

# Le Reiki au 21e siècle

à l'intention des thérapeutes, initiants et jeunes initiés

Marc Ivo Böhning

Editions [Aromarc.com](http://Aromarc.com)

Remerciements:

à ma lignée : Mikao Usui, Chujiro Hayashi, Hawayo Takata, Phyllis Lei Furumoto, Jupp Hilger, Shinta Strübin, Ruth Schlatter

et à ma chérie, tous mes élèves, tous mes patients, Jacqueline Schwartz, Olivier Honsperger et à vous tous.

Ecrit à : Saint-Prex en décembre 2012  
Imprimé à : chez vous, si vous le désirez  
Exemplaires papier : demander depuis le site [aromarc.com](http://aromarc.com)

# Index

1.	Introduction	5
2.	L'homme-Dieu	7
3.	Histoire du Reiki	8
4.	Choix et engagement	12
5.	Un chemin, un investissement	14
6.	Première initiation	15
7.	Après une initiation	16
8.	Vivre les cinq principes	21
9.	Les cinq principes	23
10.	Que se passe-t-il pendant un soin ?	34
11.	Qu'est-ce qui en découle ?	40
12.	La neutralité du soin Reiki	48
13.	Demander l'énergie ?	52
14.	Le soin et son environnement	55
15.	Vocabulaire	64
16.	Protection ?	68
17.	Après un soin Reiki	70
18.	Les symboles	73
19.	Reiki fast-food et Reiki drive-in	75
20.	L'eau, c'est dépassé	87
21.	La maladie, aimable leçon	89

## Introduction

Bonjour et bienvenu(e) dans un format peu fréquent : un livre gratuit et électronique.

Écrivain depuis des années, j'ai voulu faire un cadeau à mes lecteurs. En plus, alors que j'écris ces dernières lignes (eh oui, je finis par l'intro), il sera Noël dans trois jours.

Maître Reiki depuis des années, j'aime que mes élèves aient un support de cours pour se remémorer ce qui a été discuté pendant le stage. Voici comment sont nées ces lignes.

Et surtout, le livre se veut une discussion sur le Reiki au 21<sup>e</sup> siècle. En effet le monde a évolué autour du Reiki et le Reiki a d'ailleurs aussi vécu quelques petites évolutions. Mais surtout le monde de la thérapie et les thérapeutes ont évolué massivement des dernières années.

Je voulais donc offrir un outil et une base de réflexion au thérapeutes, jeunes initiés et futurs initiants afin d'aborder le Reiki avec une vision peut-être saine ou du moins en connaissance de cause du Reiki et de ce qu'il a traversé ces dernières années. Il s'est en effet écoulé un monde entre sa "création" par Mikao Usui et aujourd'hui. Croyez-le ou pas, c'est d'ailleurs aujourd'hui même, alors que je mets un point final au livre, la fameuse fin du monde : nous sommes le 21 décembre 2012 et la terre entière est en émoi. Certains en rient, d'autres en paniquent car c'est la fin des calendriers mayas. On en rira bien dans quelques années, voire on ne s'en souviendra même plus, mais c'est aujourd'hui un bien drôle de jour. Et, du coup, une belle coïncidence !

Ce livre n'a pas pour but de remplacer des livres payants, il se veut un complément et une forme accessible à tous, même à ceux qui n'ont pas une grande facilité financière.

Vous pouvez le lire à l'écran, le télécharger pour votre pad ou l'imprimer chez vous. J'en tire d'ailleurs une petite série papier que vous pourrez trouver sur mon site.

Maîtres Reiki, vous pouvez l'utiliser librement en tant que support de cours si vous le souhaitez, tant que vous respectez le travail fourni et en citez l'origine, merci.

Je vous souhaite donc bonne lecture et bon chemin avec le Reiki,

Marc Ivo Böhning

## L'homme-dieu

Un jour, dit la légende, les dieux cachèrent à l'homme sa divinité car il l'employait à mauvais escient et ne savait l'honorer par son bon usage. Ils décidèrent alors de la lui cacher, non pas pour la lui extraire mais pour qu'il ne l'ait pas à sa simple portée.

Un d'entre eux dit : "Cachons-la loin sous la terre." Mais les autres répondirent qu'un jour l'homme creuserait profondément à la recherche d'autre chose et l'y trouverait. Et il le fit effectivement.

Un d'entre eux dit alors : "Cachons-la tout en haut de la plus haute montagne." Mais les autres répondirent qu'un jour l'homme monterait là haut à la recherche d'autre chose et l'y trouverait. Et il le fit effectivement.

Un d'entre eux dit ensuite : "Cachons-la au plus profond de la mer." Mais les autres répondirent qu'un jour l'homme descendrait profondément à la recherche d'autre chose et l'y trouverait. Et il le fit effectivement.

Alors le premier d'entre eux dit : "Enfouissons-la donc au plus profond de lui-même. Là, il n'ira pas chercher autre chose." Ceci les satisfit tous. Et effectivement, seuls ceux qui désiraient profondément leur divinité et s'en montraient dignes se tournèrent en eux-mêmes pour la chercher là.

## Histoire du Reiki

Reiki signifie "énergie universelle" et décrit une méthode de traitement en toute confiance de celle-ci, la laissant agir en sachant que l'âme du receveur en fera usage pour sa guérison de la façon dont il en a besoin. L'intention en dépasse probablement le thérapeute qui ne s'implique donc pas par son intention dans le soin, restant simple canal. L'histoire de cette méthode va comme suit.

Le Dr Mikao Usui était bercé de plusieurs cultures et doyen de la petite université chrétienne de Dorshisha, près de Kyoto, au Japon. Il y était également prêtre. Autour de 1870, un élève lui demanda s'il croyait en les miracles de guérison attribués à Jésus, ce à quoi il répondit par l'affirmative. Citant la bible : "celui qui croît en moi fera les œuvres que je fais ; il en fera de plus grandes", l'étudiant lui demanda pourquoi il n'y a pas plus de guérisseurs.

Selon le code japonais, Mikao Usui démissionna car il ne put fournir de réponse à son élève. Il entama alors une quête qui fut un long périple.

D'abord, il partit pour Chicago chercher la réponse dans une université chrétienne. Il y compulsait nombre d'archives et de textes. Après des mois et des mois de recherches, n'y trouvant rien, il se souvint que la même capacité de guérison était relatée de Bouddha et il rentra au Japon pour étudier les soutras (Lotus de la bonne Loi) dans un monastère Zen. Cela fait déjà deux langues, deux traditions, deux cultures et deux religions. Mais là non plus, il ne trouva pas ce qu'il cherchait.

Il apprit alors une troisième langue, le chinois, pour aller étudier des soutras chinois non traduits. Il n'y trouva pas non plus ce qu'il recherchait et apprit



donc le sanskrit afin de chercher dans des textes originaux jamais traduits en se faisant accepter dans un monastère tibétain.

Cette fois, il trouve des pistes dans des textes relatant les faits de Jésus (appelé Saint Isa au Tibet) et dans des notes prises par un élève anonyme de Bouddha lors de ses enseignements eux-mêmes. Fort de ceci et après sept ans de recherche, il retourne au Japon dans le monastère Zen où il s'était lié d'amitié avec l'abbé responsable et travaille en commun avec celui-ci.

Finalement, il décide que la seule manière de "mettre ensemble" ce qu'il a appris et surtout de "faire fonctionner" tout cela est d'aller chercher réponse en méditation. Il partit donc pour un jeûne de 21 jours au sommet du Mont Kuri Yama où il s'assit face à l'orient avec le nombre idoine de pierres, une pour chaque jour, afin de pouvoir en faire le décompte.

À la nouvelle lune, après 20 pierres et sans aucune réponse, il aperçut le dernier jour une lumière venir à lui et le pénétrer par le front, le renversant. Il vit ensuite de nombreuses boules colorées flotter devant lui avec des symboles, caractères sanskrits dorés en trois dimensions.

Plein d'entrain et d'enthousiasme d'avoir enfin trouvé la clé si recherchée après toutes ces années, il redescendit la montagne à toute allure. Trop pressé peut-être par l'exaltation, il se blessa un orteil contre un rocher. Il y appliqua ses mains comme par réflexe, sans y penser, et le saignement s'arrêta, de même que la douleur s'estompa. C'est alors qu'il eut la preuve de sa découverte.

Une fois en bas de la montagne, il rompit son si long jeûne en un grand repas sans aucun problème. Normalement, il faut sortir d'un jeûne très progressivement et sur plusieurs jours. Sinon, tout le système digestif se

rebiffe et l'on peut créer un accident métabolique grave. Mais ce jour-là pour lui, cette cessation de jeûne passa comme une lettre à la poste.

La fille de l'aubergiste présentant une rage de dents depuis 3 jours, il proposa de lui poser ses mains. Ce qui eut pour effet de diminuer l'inflammation et d'arrêter ses douleurs. Quand il rentra au monastère, son ami l'abbé était alité, souffrant d'une crise de rhumatismes. Mikao Usui lui posa bien sûr les mains, ce qui eut pour effet d'arrêter ses douleurs.

Tout se mettait ainsi en place pour qu'il puisse expérimenter au plus vite ce nouvel outil. La sérendipité frappe: la vie met tout en œuvre afin qu'il puisse expérimenter son nouvel outil et qu'il tâte tout de suite l'importance de ce cadeau qu'il allait pouvoir partager avec le monde.

Très chrétiennement et empli d'un sentiment de charité, il s'installa pendant 7 ans dans un quartier défavorisé pour traiter les pauvres et les démunis. Au Japon en ces temps là, ceux-ci sont mis au ban de la société de façon peu compatissante. Il eut au début de beaux succès. Puis il revit peu à peu les mêmes visages revenir, les mêmes gens qui s'en étaient sortis reprendre la route du chômage et de la misère.

Suite à de nombreuses interactions et dialogues, il comprit que rien n'était valable sans deux choses fondamentales. Une contrepartie qui signe tant la gratitude qu'un échange d'énergie et une demande qui signe la responsabilisation et l'implication dans son propre soin. Il établit alors les cinq règles du Reiki et mit en place la structure de l'enseignement et de l'auto-traitement.

Il transmet ensuite la responsabilité du Reiki à Chujiro Hayashi, docteur en médecine, et l'initia au degré de Maître. Celui-ci fonda une clinique de Reiki

au Japon où des soins Reiki étaient prodigués, de même que son enseignement.

Hawaya Takata, une Américaine d'origine japonaise, s'y fit traiter pour un cancer pour lequel elle refusa l'opération et guérit. Ce fut une affaire pour cette femme étrangère que de recevoir un enseignement mais elle montra beaucoup de volonté et résida donc plusieurs années au Japon pour maîtriser la langue afin d'être initiée. Démontrant une profonde envie d'apprendre et pratiquer le Reiki, elle y fut initiée aux deux premiers degrés en quatre ans puis devint Maître par l'enseignement d'Hayashi en 1938 de retour à Hawaï.

Celui-ci sentit la guerre avec l'Amérique, en pressentit l'issue et en lui naquit le conflit de ne pouvoir servir l'armée de marine en assumant ses connaissances et responsabilités de Maître Reiki. En effet, il avait pressenti le sort du Japon et avait perçu les enjeux de cette guerre bien autre qu'une défense de la veuve et de l'orphelin. Tuer et se faire tuer ne s'acclimate pas avec le respect de la vie... Il réunit subséquemment ses proches pour une méditation, tous s'assirent en cercle et il leur dit adieu. Il quitta son corps ainsi, en méditation.

Hawaya Takata reprit donc le flambeau aux Etats-Unis où elle enseigna 21 Maîtres dont Phyllis Lei Furumoto avant de décéder en 1980, ayant apporté le Reiki au monde occidental. Depuis lors, il ne cesse de s'étendre et de plus en plus de Maîtres initient des élèves sur la voie du Reiki.

## Choix et engagement

Le Reiki n'est pas une technique qui s'apprend. On en reçoit l'initiation.

Le Reiki n'est pas un outil qu'un thérapeute a à sa disposition pour améliorer sa technique, peaufiner ses soins ou augmenter son efficacité. Le Reiki est un chemin que l'on emprunte.

Le Reiki n'est pas un court chemin passager, c'est celui d'une vie qui change après l'initiation. Choisir de l'emprunter est un choix important qui qualifiera le reste de sa vie.

L'acte d'initiation est un acte irréversible. On en sort changé. Après lui, le thérapeute est capable de canaliser l'énergie. Il en a donc la responsabilité. Cela paraît très grandiloquent, voire quelque peu mystérieux. Il ne s'agit cependant de rien de dangereux. C'est un cadeau, une chance et oui, une responsabilité.

Tout le monde peut pratiquer après une initiation. Il n'y a pas d'ordre ou de hiérarchie. Il n'y a personne ni rien à prier. Il n'y a aucune obligation ni interdiction, il n'y a aucun secret caché. Il n'y a aucune prière à faire. Il n'y a pas de secte ou de société cachée qui se réunisse à l'abri des regards ou à huis clos. C'est juste un cadeau, une possibilité de guérir en canalisant de l'énergie qui se transmet par une initiation.

Choisir d'être initié au Reiki a beau être irrévocable, c'est en fait acquérir un outil utile à soi-même et aux autres et c'est donc la responsabilité de pouvoir s'aider soi-même et les autres.

On peut porter une aide qui va au-delà du plan physique ; une aide qui touche aux plans des émotions, de la psyché et de la conscience. L'initiation elle-même correspond entre autres choses à des modifications et des circulations énergétiques internes qui apportent de la guérison (sur ces différents plans) et des potentiels.

Tourner cette clé, c'est ouvrir la porte d'un monde nouveau et différent, d'une vision du monde et d'une vie qui changera et avec laquelle notre champ de vision s'élargit pendant que notre champ de perceptions s'approfondira.

## Un chemin : un investissement, une honnêteté et pas d'intention

Le chemin Reiki est un chemin en soi-même. Tout acte commence par soi-même et avant de soigner, on porte le soin en soi-même.

Il convient donc de pratiquer régulièrement son auto-traitement ; c'est une honnêteté que l'on se doit et que l'on doit à ses patients. Avant tout soin, on prends du temps pour soi et pour préparer la salle, se purifier et purifier cet espace qui va accueillir le soin.

Si l'on est malade ou pas bien en soi-même, pas bien centré ou en période de désarroi, il convient d'avoir l'honnêteté de ne pas prodiguer de soin.

Pendant le soin, toute notre attention est dirigée vers ce que l'on fait, absolument toute notre attention de même que toute notre intention. L'on n'a pendant ce temps aucune intention quelle qu'elle soit, vide et libre pour qu'il se passe ce qu'il doit se passer pour le patient, ce dont on n'a aucune idée. Car en toute honnêteté, on n'en a aucune idée.

Avant et après chaque soin, l'on se met en état de gratitude et l'on remercie pour l'énergie fournie, on remercie sa lignée, on se remercie soi-même, on remercie son patient, on remercie l'univers ou la vie. On remercie également pour la guérison qui a eu lieu.

## Première initiation

L'acte de transmission du Reiki est un acte oral. La transmission de la capacité de canaliser ainsi est un acte d'initiation qui demande à être enseigné jusqu'à l'aptitude complète à le faire parfaitement.

Ne perdez jamais votre identité, votre opinion, votre discrimination et votre valeur de vous-mêmes en écoutant un maître. Ne lui donnez aucun pouvoir.

Le maître est à choisir avec attention. Il doit être quelqu'un en qui nous avons confiance, quelqu'un qui nous inspire. En effet, toute notre vie, notre maître est quelqu'un à qui nous pourrions poser des questions, à qui nous nous référerons. Il est quelqu'un dont l'expérience pourra nous guider lors d'incertitude.

En étant conscient et critique, écoutons tout ce qu'il a à dire, apprenons de lui, digérons ses paroles et aimons tout ceci pour ce qu'il en est véritablement : des expériences faites pour nous. Au sein de tout ceci, il y a des éléments à retenir et à intégrer. Ne cependant pas les faire siens ; les intégrer au sein de sa propre puissance.

Deux mots d'ordre : "Rester soi-même" et "Oser le changement".

## Après une initiation

Une initiation n'est pas un simple acte passif d'apprentissage. C'est un acte sacré. Et en tant que tel, il marque un tournant de notre vie. Vu de l'extérieur, cela paraît volontiers très ésotérique et étrange, mais quand on l'a vécu, on se rend compte de ce que cela veut dire.

Une initiation Reiki, c'est comme passer la puberté ou la ménopause en quelques heures. Et cela sous-entend de la digérer.

L'après-initiation est donc un moment crucial. Un moment auquel, d'ailleurs, il vaut mieux avoir un peu songé avant. L'énergie et l'intention que l'on met dans notre initiation et la période qui la suivra seront capitales pour ce que l'on en retirera.

Traditionnellement, si j'ose dire, voici le déroulement des semaines qui suivent une initiation Reiki.

1. Premièrement, il y a une épuration physique et spirituelle. Non pas une épuration-purge, mais une épuration des entrées.

Une attention particulière est portée aux aliments quant à leur qualité. Une alimentation simple et à prédominance végétale est souhaitable. Il convient que la nourriture et l'eau soient issus de sources et de filières au long desquels ils ont été respectés. Il importe qu'ils soient mangés et bus en gratitude.

L'alcool, le tabac, les drogues, les additifs, les conservateurs, les OGM, les médicaments, les alicaments et les pesticides sont à éviter tant que faire se peut.



Il en va de même pour les nourritures de l'esprit. Il est souhaitable de ne pas passer son temps à lire ou à regarder des histoires sordides de meurtres et de guerres de même que des livres, articles, films ou séries de propagande cachée ou de publicité cachée.

Non seulement cela permet-il une purification et les meilleurs conditions pour la période suivant l'initiation, mais cela permet également (voire surtout) juste après. On se rend volontiers compte à quel point on s'était assoupi, frappés socialement par le syndrome de la grenouille. C'est une deuxième initiation gratuite, en quelque sorte.

## 2. Une période de 21 jours d'auto-traitement.

Juste après l'initiation, pendant 21 jours de suite, l'initié se fait 2 auto-traitements par jour. Chacun d'une demi-heure à une heure. Et cela impérativement pendant 21 jours de suite. S'il a fallu interrompre ce déroulement et souter un jour, le mieux est de recommencer le décompte à zéro. Quitte à ce que cela soit un peu plus long. La patience n'est certes pas à la mode au 21e siècle et l'on se donne toutes les fausses excuses pour passer outre la patience, l'application et la valorisation de cette période précieuse : "Ça ne change pas grand chose", "Ce qui compte, c'est l'intention", "Finalement, c'est 21 jours même s'ils ne sont pas bout à bout", "L'énergie sur terre a augmenté et accélère tout", etc.

Mais celui qui les a fait comme il faut, deux auto-traitements par jour pendant 21 jours tout à fait consécutifs sait pourquoi. Et c'est comme beaucoup de choses ; ça ne s'explique pas, ça se vit.

### 3. Un échange de traitements

Il se fait pendant quatre jours consécutifs de l'un à un autre initié de la même volée et de quatre jours consécutifs de l'autre initié au premier. En aller-retour. Et les traitements "aller" ne se passent pas les mêmes jours que les traitements "retour".

Ceci se fait une fois que les 21 jours consécutifs ont été faits avec un initié de la même volée ou au moins du même niveau.

Il faut la peine qu'un initié partage cet échange de cette manière. Il est dommage, par exemple, qu'un initié au premier niveau échange ses quatre jours avec un initié du deuxième niveau.

Il aura de toute façon tout loisir de le faire ensuite quand il le voudra et aussi souvent qu'il le voudra. Alors autant qu'il prenne au sérieux ce tout petit instant de sa vie, mais si précieuse période de sa vie. Et cette période ne se refera pas. Jamais.

Lorsque cet échange se fait entre initiés d'un niveau différent, cela peut amener de la confusion et un manque de confiance. En effet, il y a les échanges eux-mêmes, mais aussi les partages et discussions qui les accompagnent. Il est intéressant que l'initié ne soit plus dans une situation d'élève ou d'inférieur ; il est en train de prendre ses ailes et son envol. Sa liberté et sa grandeur doivent lui appartenir.

Bien sûr que tout ceci peut se faire différemment, mais ce serait dommage. Une initiation ne se galvaude pas. Alors oui, cela présuppose de la discipline

peu à la mode au 21e siècle. Oui cela présuppose un peu de planification pour penser à l'après-initiation avant celle-ci.

#### 4. Des fluctuations de confiance et des robinets.

Très souvent, durant les mois qui suivent l'initiation, le thérapeute est en proie à un gain de confiance suivi d'une baisse de confiance.

En effet au début, il ressent souvent l'énergie passer soit dans ses bras, soit dans son tronc, soit dans ses mains, soit de façon diffuse. Puis, progressivement, ces sensations s'estompent voire disparaissent. Le fait qu'elles s'amenuisent mène souvent le jeune initié à douter de lui-même, à douter de sa capacité à canaliser. Il croit que moins d'énergie passe puisqu'il la sent moins.

Mais en fait, c'est le contraire qui se fait. De plus en plus d'énergie passe. Et elle passe de plus en plus proprement. Alors qu'est-ce qu'il se passe ?

Prenons une image.

Quand un robinet n'a pas été utilisé depuis longtemps, par exemple après un retour de longues vacances, sa remise en route est, disons, remarquable. Il crachote, il fait des bulles, des bruits et l'eau qui sort n'est pas la plus pure qui soit. Son flux est turbulent (non-laminaire).

Quand un robinet est souvent utilisé, l'eau en sort limpide et surtout sans un bruit. Son flux est laminaire.

Voilà ce qui arrive souvent aux thérapeutes peu après leur initiation. Au début, ils perçoivent l'écoulement de l'énergie. Cela les enthousiasme beaucoup. Mais s'ils la perçoivent, c'est parce que son passage est quelque peu chaotique. Plus tard, lorsque l'énergie passera bien de nouveau, sans anicroche et toute pure, son flux sera laminaire et son passage sera peu perceptible. Au lieu de perdre confiance à cette étape, le thérapeute, grâce à ce savoir, peut reprendre une encore plus grande confiance en sa capacité de canalisation.

## 5. L'entretien.

Après quelques mois et tout au long de sa carrière ou de sa vie, il est intéressant qu'un thérapeute fasse des auto-traitements, fasse des traitements et reçoive des traitements régulièrement.

Cela entretient ses capacités et garde ses canaux propres, efficaces et en bon état. Pour reprendre l'image précédente, cela évitera les glouglous bruyants, l'eau sale et les interruptions du flux du robinet. Il maintiendra ainsi la plomberie au propre.

Remarquez que dans tout ce chapitre, rien n'est obligatoire ni demandé ; seulement suggéré et encouragé.

## Vivre les cinq principes

Les cinq principes du Reiki offrent un cadre au thérapeute. Ils lui offrent une piste pour se mettre dans un état dans lequel il sera "bien" pour faire un soin. En se mettant dans l'état émotionnel que les cinq principes induisent, il pourra assumer d'être un canal le plus adéquat possible lors de la séance.

Les cinq principes ne sont ni une obligation, ni une nécessité, ni un devoir. Les devoirs ne sont d'ailleurs ni à la mode ni toujours bons à prendre à notre époque où spiritualité rime avec liberté. Ils ne doivent pas non-plus fournir de terreau à de la culpabilité si le thérapeute n'arrive pas à les suivre à la lettre toute la journée tous les jours.

Ils peuvent être considérés comme des règles de moral ou comme des maximes de vie. Mais je trouve cette interprétation quelque peu sectaire et surtout dirigiste.

Je préfère penser à eux comme pouvant faire du bien en aidant à reprendre de la perspective lors de moments d'énervement, d'irritation ou d'impatience. J'aime aussi et surtout penser à eux, comme je l'ai écrit au début de ce chapitre, comme un moyen de se mettre dans un bel état pour pouvoir assumer un soin avec cœur et centrage.

Pour cela, juste avant et pendant un traitement, non-seulement se les remémorer, mais les ressentir jusqu'au plus profond de nous-mêmes. Ressentir l'état apaisant dans lequel ils nous plongent. Ceci demande bien sûr de le faire en-dehors des séances fréquemment aussi. L'effet secondaire bénéfique est que, du coup, ils participent à nous apaiser et à apaiser notre vie.

靈

氣

## Les cinq principes du Reiki

Aujourd'hui, je ne me ferai pas de souci

Aujourd'hui, j'oublierai la colère, juste aujourd'hui

Aujourd'hui, je suis reconnaissant envers moi-même, mes maîtres et le déroulement de ma vie

Aujourd'hui, je ferai mon travail honnêtement

Aujourd'hui, je témoignerai respect et amour envers tout ce qui vit

靈

氣



## 1<sup>er</sup> principe

Aujourd'hui, je ne me ferai pas de souci.

Tout a sa raison d'être, chaque évènement, chaque personne, chaque chose et chaque instant. Même si cela me dépasse.

Hier, j'ai fait du mieux que je pouvais avec l'état de conscience qui était le mien. Aujourd'hui, je suis déjà une autre personne. Demain, je serai encore tout autre, ayant encore progressé sur mon chemin de vie et dans mon développement personnel.

J'assume ce que la personne que j'étais hier a fait en sachant que je suis un "moi" nouveau et grandi qui ne doit pas s'en vouloir mais pas non plus se dérober de ses responsabilités.

Je n'hésite pas à rappeler à autrui qui pourrait m'en vouloir que je suis déjà un autre être que celui qui a agi tel qu'il a blessé.

靈

氣

## 2<sup>e</sup> principe

Aujourd'hui, j'oublierai la colère, juste aujourd'hui.

La colère est issue de l'oubli de notre fusion avec l'autre. En vouloir à un évènement, une personne ou une chose, c'est oublier que l'on a participé à créer cet espace-temps et qu'il était sur notre chemin non pas par hasard, mais dans un but donné. Même si ceci me dépasse.

Nous sommes en colère si notre ego prend la prétention d'être en conflit avec le déroulement de notre vie qui, lui, est en parfait accord avec notre âme. Il veut s'asseoir à un trône qui n'est pas le sien, laissant vacante sa propre place. Nous devenons impliqués au lieu de rester spectateurs.

L'ego, qui devrait nous servir à suivre nos besoins, est utilisé à sublimer des désirs sans corrélation avec nos besoins réels.

Si une colère sursoit à notre bonne humeur, s'en vouloir ne ferait rien que la retourner contre nous, ce qui ne la résout pas. De manière générale, regarder une situation lucidement et de manière détachée nous empêche tout bonnement d'entrer dans la colère et n'en est pas non plus le refus.

靈

氣

### 3<sup>e</sup> principe

Aujourd'hui, je suis reconnaissant envers moi-même, mes maîtres et le déroulement de ma vie.

La reconnaissance entraîne l'abondance et se fait en antériorité à un acte ou une réception pour avoir de la valeur. Elle n'est pas un acte, une prière ou un mot de remerciement, elle est une compréhension des choses.

Qui voit ce qui lui manque vit dans le besoin. Qui voit ce qu'il a vit dans l'abondance.

"N'a-t-on effectivement pas présentement exactement tout ce dont on a besoin ?" Pourrait-on se demander quand nous sentons un manque ou un besoin. Et si nous avons l'audace de répondre non, raccourcissons juste notre valeur du mot présentement et reconnaissons.

Je suis digne des richesses du monde, toutes. La vie étant orientée vers le bonheur de tous, les plaisirs et bonheurs du monde me sont destinés, à moi aussi.

La gratitude crée l'abondance. La gratitude, c'est juste la grandeur de l'attitude.

靈

氣

#### 4<sup>e</sup> principe

Aujourd'hui, je ferai mon travail honnêtement.

Toute action envers la compréhension de soi-même est un travail, toute action envers le bien-être du monde et le bonheur d'autrui est un travail et tout travail mérite salaire. S'il n'a pas été accompli dans ce but, alors l'univers se chargera du salaire. S'il a été accompli uniquement dans le but du salaire, alors l'univers se chargera que la personne comprenne que ce salaire n'était pas la seule chose à chercher.

Un bon vieux dicton garde en lui une sagesse immense : "Fais à autrui ce que tu aimerais qu'il te fasse." Quoi que cela implique de changer pour être en accord avec soi-même pendant la journée et chaque soir avant le coucher lors du passage en revue de la journée et de ses actes et pensées.

Faire ses auto-traitements en fait partie si nous allons prendre soin des autres, car l'autre, c'est d'abord nous-mêmes.

Notre honnêteté envers nous-mêmes nous offrira celle des autres...

靈

氣



## 5<sup>e</sup> principe

Aujourd'hui, je témoignerai respect et amour envers tout ce qui vit.

Nous sommes tous un, tous issus du même tissu de la conscience auquel nous retournerons tous. Notre individuation est passagère et autrui n'est qu'une prolongation de nous-mêmes.

Protéger la vie, c'est donc prendre soin de sa propre expérience, puisque autrui y participe.

Penser que son bien-être est plus important que les conséquences qu'il a pour autrui est tout bonnement l'oubli de la place qui est la nôtre en ce monde. Il n'est ainsi pas de souffrance que nous créons à l'autre que nous n'infligeons pas en fait à nous-mêmes.

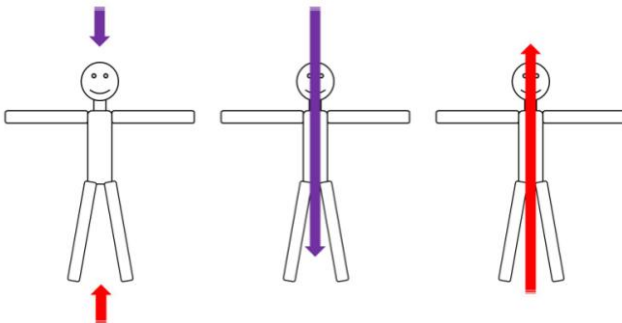
## Que se passe-t-il pendant un soin ?

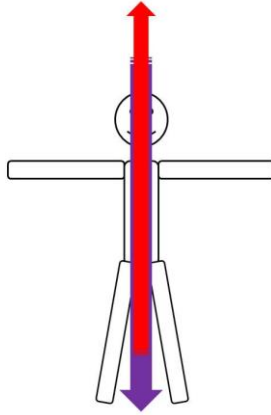
Un soin Reiki n'est techniquement pas très complexe. Il s'agit même probablement d'un des traitements les plus simples que l'on puisse imaginer.

Il se passe certes plusieurs phénomènes, mais tous semblent découler de la seule et même chose et du bien-être relaxant, tranquilisant qu'il induit. De l'énergie est canalisée vers le patient.

Le thérapeute est canal, c'est-à-dire qu'il offre sa capacité naturelle de canaliser au service du patient. Elle est dynamisée par l'initiation et c'est pour cela qu'elle est tellement puissante et tellement pure.

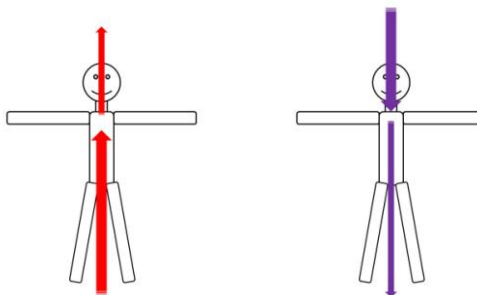
De façon naturelle, l'énergie de vie entre par le haut et le bas de l'être humain (par le septième chakra, à la fontanelle et par le premier chakra, entre le sexe et l'anus). Elle traverse et sort à l'opposé, baignant l'être entier dans un flux d'énergie constant, le reliant à la Terre et au Ciel. Celle-ci, en le traversant au niveau de la Sushumna, d'Ida et de Pingala, les trois canaux centraux, parcourt les sept chakras principaux et leur confère la puissance et l'énergie nécessaires à leur métabolisme et leur travail.



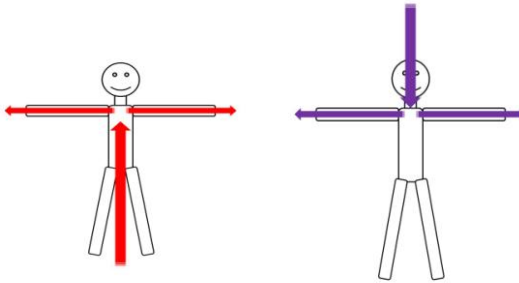


Après une initiation Reiki, non seulement ce circuit est facilité, augmentant sa capacité de transport, mais un deuxième circuit lui est raccordé. Au quatrième chakra (c'est-à-dire au chakra central, celui du cœur), le flux d'énergie se divise en trois parties.

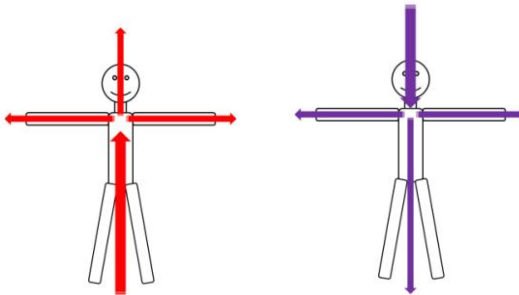
- La première partie continue vers l'opposé, normalement, par la Sushumna, Ida et Pingala, baignant naturellement les trois chakras suivants et continuant à créer comme un appel d'air pour la circulation énergétique globale du thérapeute.



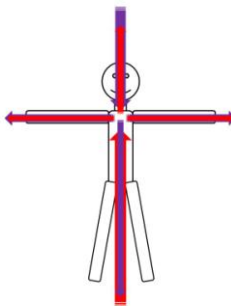
- Les deux autres parties bifurquent vers le bras droit et le bras gauche.  
Celles-ci permettent le flux qui sera mis à disposition du patient.



Voici la subdivision en trois des flux naturels.



Et le tout, avec la superposition du flux ascendant et descendant.



Pendant le traitement, le thérapeute canalise ainsi de l'énergie vers le patient. C'est tout.

De l'énergie est canalisée vers le patient. Le thérapeute l'absorbe aux premier et septième chakras, elle le traverse, bifurque au quatrième chakra et lui ressort par les mains vers le patient.

Celui-ci "appelle" et absorbe la quantité dont il a besoin. Elle ira, en lui, là où elle est le plus nécessaire.

S'il a besoin de beaucoup d'énergie, il en appellera de grandes quantités et le thérapeute sera traversé par toute cette énergie et elle sera menée par son système énergétique préparé par l'initiation vers le patient.

Si le patient a besoin de peu d'énergie, il en appelle peu et seule une faible quantité traversera le thérapeute pour aller satisfaire la demande du patient.

Prenons maintenant le cas de la régionalité au sein du corps du patient. Et tenons le cas de figure suivant: la région des épaules du patient demande beaucoup d'énergie et le reste du corps en demande assez peu.

Quand le thérapeute pose ses mains sur les épaules du patient, il y a toutes les chances que celles-ci accaparent à peu près toute l'énergie canalisée vers le patient. Même chose lorsque les mains sont posées vers la tête ou le buste du patient. Peut-être même jusqu'aux hanches. Mais lorsque les mains sont posées sur les pieds, il y a de fortes chances que d'autres régions appellent l'énergie avant les épaules.

Surtout lors d'un traitement complet en posant les mains de haut en bas du patient progressivement. La région des épaules aura été "rassasiée" bien avant

que les mains du thérapeute n'atteignent les pieds du patient. L'énergie est alors disponible au reste du corps. Lorsque les mains sont sur les pieds, l'énergie peut alors aussi bien être appelée vers l'estomac ou les pieds eux-mêmes ou encore être diffusée dans le corps entier du patient.

En revanche lorsque le thérapeute pose ses mains en-dehors d'un traitement complet, dans un traitement focal ou un traitement d'urgence par exemple, tout ceci peut être assez différent. Il y a de fortes chances pour l'un des trois cas suivants. Premier cas de figure, l'urgence au niveau des pieds était effectivement forte et toute l'énergie y est utilisée. Deuxième cas de figure, malgré l'urgence apparente au niveau des pieds, le corps considère l'urgence des épaules comme étant prévalente et toute l'énergie s'y dirige. Troisième cas de figure, l'énergie se répartit entre les deux, voire se diffuse un peu partout dans le corps du patient.

Il y a donc un rapport étroit entre l'importance, la nécessité ou l'urgence d'un côté et de l'autre côté la distance entre le lieu où l'énergie est appelée et le lieu où les mains du thérapeute sont posées.

L'énergie se comporte avec une certaine électivité. Celle-ci n'est pas manipulable positivement par la pensée du patient. S'il cherche à conduire le flux d'énergie pendant le traitement qu'il reçoit, cela aboutit plutôt en général à un blocage ou au mieux à une perturbation de l'énergie qu'il reçoit.

En pesant négativement ou en bloquant volontairement l'accès à des zones de son corps, il semblerait pourtant que le patient ait une relative efficacité. Le traitement doit être conduit par l'énergie elle-même et son adresse doit être laissée à l'inconscient et au laisser-faire du patient comme du thérapeute.

Tout ceci bien sûr aussi au niveau émotionnel et spirituel bien que l'image deviendrait alors plus floue. C'est pour cela que j'en suis resté au physique dans cet exemple.

Il faut donc tenir compte non seulement du corps physique, mais aussi des corps subtils et des plans émotionnels, psychiques et spirituels sur lesquels l'énergie agit aussi et où l'énergie va aussi.

Il y a également des canaux principaux secondaires et tertiaires et le flux de l'énergie est facilité différemment par ses différentes voies d'acheminement comme des voitures sur des autoroutes, des routes ou des chemins forestiers.

Il y a ensuite des zones réflexes et leurs zones référentes. Les effets d'une absorption d'énergie sur une zone réflexe peuvent avoir lieu ailleurs. Et être ressenties ailleurs.

La même chose peut être dite pour des régions symboliques. Autant pour des régions symboliques universelles ou liées à l'inconscient collectif que pour des régions dont la symbolique est toute personnelle, liée par exemple à des blessures ou des expériences fortes.

## Qu'est-ce qui en découle?

Nous avons vu ce qui se passe techniquement pendant un soin : seulement canaliser de l'énergie. Voyons maintenant, de façon non-exhaustive, ce qui arrive chez le patient grâce à cela.

De l'afflux d'énergie découle :

1. L'état alpha et ses conséquences	2. Les processus stimulés	3. Les effets énergétiques
Relaxation sur le moment	Régénérescence	Afflux d'énergie
État alpha	Antalgie	Harmonisation énergétique
Relaxation à long terme	Cicatrisation	Déblocages
Augmentation du bien-être	Émonctoires	Augmentation du potentiel de transport
Ouverture d'esprit	Immunité	Décrassage des canaux énergétiques
Diminution du stress		Tonification des corps subtils
Acceptation des hasards		Dynamisation du rôle de triage des chakras
Diminution des habitudes néfastes		



## 1. L'état alpha et ses conséquences

La première chose remarquable pendant une séance est la détente. Et souvent, la profondeur de celle-ci ne se remarque qu'au moment du réveil à la fin de la séance. Le patient dit des fois s'être senti tout à fait éveillé pendant le soin mais être tout chose au moment de devoir se relever, comme cloué au lit sans pouvoir bouger ses membres.

Cette détente se passe autant au niveau physique que psychique. Le patient se relaxe (se relâche, étymologiquement) progressivement. Il ne cherche plus à avoir le contrôle sur ses pensées et lâche un peu la bride à ses neurones. Il se promène dans son inconscient sans surveiller son cerveau à chaque pas. Il lui allonge la laisse et le laisse enfin gambader.

Il est assez peu étonnant de voir de quoi le cerveau est capable quand il n'est pas canalisé, emmuré, censuré et camisolé. On le remarque bien la nuit avec les rêves, avec la désinhibition que peut nous offrir l'alcool ou avec l'ouverture des portes que provoquent certaines drogues.

Ici, l'intention est belle, le lieu est sécurisant, le thérapeute veille sur le patient, l'énergie soutient positivement ce qui se passe et le but premier est la guérison et le mieux-être. Les résultats d'un lâcher-prise dans ces bonnes conditions ne peuvent d'onc qu'être des cadeaux. Mais ce qui explique la profondeur de sa portée guérissante est en partie la profondeur de l'état de relaxation vécu pendant la séance.

En effet, le patient atteint souvent un état de relaxation profonde que les neurosciences appellent l'état alpha.

Il existe quatre phases principales de fonctionnement du cerveau. Deux phases de sommeil : le sommeil profond (on ronfle) et le sommeil paradoxal (on rêve). Deux phases de veille : la veille active (on parle, on travaille, on fait du sport, on joue...) et la veille inactive (on prie, on médite, on fait de la sophrologie, de l'hypnose...). Cette dernière est l'état alpha, ainsi nommé parce que le cerveau émet beaucoup d'ondes alpha durant cette période.

Cet état permet et stimule de nombreuses fonctions.

Tout d'abord, c'est l'état dans lequel se passe (et de loin) le plus de régénérescence dans le corps. Les tissus se réparent, se refont. Que ce soit la peau, l'estomac, les lésions ou coupures fraîches ou les cartilages.

Ensuite c'est un état durant lequel nous avons accès à notre inconscient et notre inconscient a accès à nous. Le dialogue intérieur peut avoir lieu. On s'entend soi-même. Ce qui participe à résoudre nombre de tensions internes, de conflits et de problèmes divers. C'est d'ailleurs sur ceci que s'appuie par exemple la Réflexologie amérindienne (voir livre du même auteur).

Puis c'est un état que nous n'avons pas l'habitude d'atteindre dans le monde occidental moderne. Son étrangeté et notre découverte participent largement à notre ouverture d'esprit.

Suite à ceci, les gens qui atteignent souvent cet état diminuent largement leur état de stress global. Ils augmentent leur laisser-venir (plutôt que de parler de ce fameux lâcher-prise inaccessible ; voir le livre « La soupe bonheur est servie ! » du même auteur). Ils parviennent à mieux accepter les hasards et les événements inattendus qui ne se passent pas comme ils étaient prévus... ou pas.

Avec tout cela, leur bien-être global augmentant et leur stress comme leurs conflits intérieurs diminuant, ils parviennent plus aisément à laisser tomber leurs habitudes néfastes.

L'état alpha a aussi une influence bénéfique sur la circulation interne d'énergie ; des déblocages se font spontanément et la capacité de transport des différentes voies de circulation énergétique interne augmente.

Et enfin, on s'est aperçus que les gens qui atteignent souvent cet état ont un rythme cardiaque plus calme et régulier, une tension artérielle moins élevée et leur état de santé s'améliore très nettement. Nombre d'études sérieuses peuvent se trouver en anglais sur internet.

## 2. Les processus stimulés

Lors d'un soin Reiki, de nombreux processus du corps sont stimulés ou dynamisés. Les études disponibles sont toutes en anglais mais facilement accessibles sur internet.

À commencer par la cicatrisation. C'est très visible. Si quelqu'un reçoit du Reiki localement (je ne parle pas de soin complet) lorsqu'il se coupe, la cicatrisation se fait à une vitesse incroyable. En quelques jours, les plaies se referment de façon solide avec des cicatrices nettes et propres.

L'antalgie est parfois impressionnante. Mais pour l'aigu surtout, elle se passe généralement en deux temps. Que ce soit lors d'une blessure musculaire ou d'une brûlure par exemple, un phénomène apparaît de façon très notable.

Dans un premier temps, la douleur a tendance à se concentrer. Elle devient plus intense et se focalise au lieu précis de la lésion. Ceci dure quelques secondes à quelques courtes minutes. Puis la douleur diminue progressivement. Jusqu'à parfois disparaître pendant quelques heures. Il arrive même que la douleur ne réapparaisse plus aussi intensément après un soin d'urgence, même assez court.

Un autre processus stimulé est le système de lavage du corps : les émonctoires. Le corps se déttoxine, se déttoxifie et se purifie constamment grâce, entre autres, au foie, aux reins, aux poumons, à la peau et aux phanères. Lors de traitements Reiki réguliers, on voit l'énergie et l'activité émonctoaire de ces organes largement stimulés. Ils travaillent plus fort aux drainages physiologiques et le corps s'en retrouve moins pollué, que cette pollution soit alimentaire, médicamenteuse, autogène ou professionnelle.

Les processus immunitaires aussi se trouvent stimulés. On semble récupérer plus rapidement de maladies infectieuses et cancéreuses avec des séances de Reiki. Les effets secondaires des médicaments utiles à survivre lors de telles affections semblent aussi être bien moins forts s'il y a des séances de Reiki régulières. C'est très difficile à démontrer, mais l'expérience est intéressante. Petit bémol : les auto-traitements lors de maladies infectieuses (grippe, gastro-entérite etc.) semblent peu productifs. Il semblerait que ce soit le moment de laisser quelqu'un d'autre nous soigner à ce moment-là.

### 3. Les effets énergétiques

Un certain nombre de phénomènes énergétiques se produisent bénéfiquement pour le patient pendant le soin. Mais surtout, ils se produisent dans un cadre qui me fait tout particulièrement apprécier le Reiki : les capacités de transport

énergétique et les capacités de fonctionnement des chakras du patient sont totalement respectées.

Il n'y vient pas plus d'énergie que le système énergétique du patient ne peut supporter. Et ce n'est de loin (hélas) pas le cas avec tous les traitements. Beaucoup de thérapeutes forment les systèmes énergétiques des patients (sans toujours le savoir) pour obtenir de bons résultats. Et oui, juste après la séance, ils sont excellents.

Les symptômes ont souvent disparu. Mais le patient ne va pas bien pour autant. En Inde, un des mots pour dire "fou" est "chakram", c'est-à-dire quelqu'un qui a reçu trop d'énergie dans ses chakras et ses canaux (nadis) alors qu'il n'était pas prêt à la recevoir. Ce qui donne ce qu'on appelle en bon français "péter les plombs".

Une chose me hérisse les poils plus que tout.

Ce sont les thérapeutes qui se cachent derrière un argument vrai mais tellement faux la plupart du temps : "Il se fera seulement et exactement ce qui est bon pour le patient." Non ! Ce n'est pas vrai ! Pas si l'on a une intention, surtout si le thérapeute a un tant soit peu de puissance. C'est seulement vrai dans certaines thérapie sans intention avec un thérapeute qui arrive à respecter cette clause.

- Pendant le soin, il se passe des déblocages énergétiques.

Des fois, les tuyauteries du patient sont malpropres ou nouées. Un bon nombre de ces bouchons et nœuds disparaissent pendant la séance. Il est intéressant de voir que tous les blocages ne cèdent cependant pas. Le patient

garde ceux qui protègent ses circuits énergétiques trop jeunes ou trop fragiles pour supporter un afflux d'énergie.

- Il se passe une augmentation du potentiel de transport énergétique.

Ceci a lieu au fil des séances si elles sont régulières. On peut imaginer ceci de la manière suivante. C'est comme si le diamètre des tuyaux du patient augmentait. Et comme si l'épaisseur (et donc la solidité) des tuyaux augmentait. Le résultat est qu'il peut transporter et assumer plus d'énergie. Donc il arrive mieux à utiliser ses propres capacités d'auto-guérison, puisqu'il arrive à faire parvenir plus d'énergie d'un endroit de son corps à un autre. Notamment vers des zones de lésions.

- Il se passe aussi une tonification des corps subtils. Les différents corps reçoivent tous de l'énergie pendant le soin. Ils brillent plus fort et prennent de l'ampleur lors de soins réguliers. Ils parviennent mieux à trier les petites agressions énergétiques quotidiennes.

- Il se passe une dynamisation du rôle de triage des chakras. Leur capacité à faire passer des informations et de l'énergie d'un plan de l'être à un autre se trouve largement renforcée. (Pour plus d'informations sur les chakras, voir le livre à paraître du même auteur : "Le grand atlas des huiles essentielles et des chakras".) Il n'y a cependant pas d'ouverture des chakras. Tous les chakras sont toujours ouverts chez tout le monde. Ils fonctionnent plus fortement d'eux-mêmes quand ils y sont prêts et quand la personne y est prête. Il n'y a jamais lieu de forcer un chakra. Ça donne des catastrophes et j'en ai hélas vu trop souvent chez des patients que j'ai du récupérer, arrivés chez moi après du forcing thérapeutique. Des patients qu'il faut ensuite péniblement récupérer, réharmoniser et dont il faut calmer un système énergétique agressé.

Heureusement, le Reiki n'exploite pas les surcapacités des chakras et on ne risque aucun problème si on le fait correctement.

- Il se passe une réharmonisation énergétique globale intéressante. Que ce soit gauche-droite, avant-arrière, haut-bas etc. Ce qui diminue les contrastes énergétiques puissants. Ce qui calme les différences de potentiel internes si on veut imaginer cela avec un comportement pseudo-électrique. Ce qui découle sur une dissolution des tensions internes et des conflits psychiques.

- Entre la réharmonisation, les déblocages et l'afflux énergétique, il y a un parallèle à faire avec la Réflexologie amérindienne. C'est un peu comme si c'était la proportion inverse. En effet en Reiki, il y a un grand afflux énergétique, pas mal de déblocages et un peu de réharmonisation. En Réflexologie amérindienne, il y a beaucoup de réharmonisation, pas mal de déblocages et un petit afflux énergétique.

## La neutralité du soin Reiki

Tout soin doit suivre une demande de soin. Il implique un échange d'énergie entre patient et thérapeute ; l'intention et la responsabilisation en dépendent.

Le praticien reste neutre vis-à-vis de l'issue du soin. Il est d'ailleurs simple canal, doué d'aucun pouvoir supplémentaire à tout autre être humain. C'est le patient et lui seul qui effectue véritablement toute la guérison ; l'énergie mise à sa disposition pendant un traitement lui est une simple assistance.

Observer autant chez soi que chez le patient l'éveil de la conscience qui se fait de pair avec tout soin. Il est une gâchette tant de la guérison que de l'augmentation du bonheur de vivre et fait augmenter le profit de nos expériences de vie.

Cette neutralité, cette non-intention est sans doute une des plus belles choses que le Reiki puisse utiliser et apporter. Elle est sans aucun doute une des plus importantes valeurs du Reiki. Surtout de nos jours.

Nous avons à notre disposition un immense nombre de méthodes de soin qui sont belles, mais invasives. En effet la vaste majorité des techniques actuelles ont pour but de chercher la cause d'un mal-être ou d'une maladie et de remédier activement à celle-ci. Le but étant de tout mettre en œuvre pour en "enlever la cause" et pour guérir le patient. On questionne, on interroge, on diagnostique, on teste, on cherche, on scrute, on lit dans le patient avec des cartes, des chartes, des grilles de lecture et des techniques. Jusqu'à ce que l'on trouve. Ou jusqu'à ce croie avoir trouvé. Que trouver fut une bonne chose ou non.



Puis on agit, on traite, on intervient, on rééquilibre, on repolarise, on dénoue, on force les blocages, on fait sauter des verrous, on dépasse, on traverse, on énergétise, on vide, on remplit, on colore, on nettoie. On instille des nouvelles pensées, on cherche à changer les formes-pensées, on essaie d'élever, de faire avancer, de changer le patient.

Bref, on intentionne, on intentionne et on intentionne. On prend la place du patient et on lui vole sa guérison.

Il peut être intéressant, voire très bon de le faire. Si tel est le mandat que l'on a reçu de la part du patient. Si c'est son souhait et qu'il peut en assumer les conséquences. Mais c'est cette dernière partie qui est la plus importante. En effet on est en droit et en devoir de nous questionner quant à la capacité du patient. Est-il vraiment apte et prêt à assumer la non-maladie et l'éradication totale de ses causes et symptômes ? Il est rare qu'il ait besoin d'un gros traitement interventionniste pour le faire s'il est prêt. Un traitement neutre comme le Reiki lui suffit en ce cas.

Le Reiki a cette force et cette richesse d'offrir de ne pas forcer les parties de la maladie pour le patient, ni de forcer la porte de la connaissance des causes pour le patient.

Pendant un traitement, le thérapeute Reiki ne doit donc pas chercher à savoir de quoi provient le problème. Ni ne doit-il chercher à guérir le patient. Juste à lui canaliser de l'énergie.

Avec cette énergie, le patient comprendra sans doute différemment sa maladie. Peut-être même en percevra-t-il certaines des causes de lui-même. Peut-être même comprendra-t-il pourquoi il en guérit maintenant. La force du Reiki ici est que le patient ne conscientise pas ce qu'il n'est pas prêt à savoir.

Et ce n'est pas au thérapeute de le mettre face à ses quatre vérités. Cela peut le perturber ou lui faire "péter les plombs".

J'ai du, dans ma carrière, récupérer des patients qui avaient ainsi été traumatisés par des thérapeutes trop généreux de soins et d'informations. J'appelle d'ailleurs ceux-là des "dérapeutes".

Mais avant tout, beaucoup trop d'informations sur les causes des maladies est souvent très culpabilisant pour le patient. Et ça, c'est inacceptable. D'autant plus qu'il se sent inférieur au thérapeute. Ce qui n'a jamais été et ne sera jamais le cas.

Il existe de nombreux dictionnaires de maladies, des dictionnaires de lecture du corps. On y apprend que telle maladie est liée à tel traumatisme ou évènement ou faute et que telle autre maladie est liée à tel autre problème.

Dans le genre figée et impersonnel, on ne fait pas mieux. Et le patient, dans tout ça?

J'ai vu des milliers de patients dans ma carrière. Et j'en ai vu des dizaines voire des centaines avec la même maladie ou les mêmes symptômes. Eh bien il y en a beaucoup qui souffrent des mêmes symptômes sans pour autant en souffrir suite à la même blessure.

Il ne faut pas oublier qu'il y a les blessures, certes, mais aussi la façon dont les gens réagissent aux blessures. Et là, nous sommes tous très différents. Deux ex-mariés après le même type de conjoint et le même type de séparation en souffrent de façon totalement différente.

De même deux personnes qui ont une sclérose en plaque ou un tibia fracturé réagissent probablement chacun à leur manière à des blessures très différentes.

Ces dictionnaires peuvent être d'intéressantes pistes de réflexion pour nous donner des supports de réflexion quant à la survenue d'une maladie et sa guérison chez l'être humain. Mais selon moi, ils devraient être consultés seulement après avoir fini la prise en charge d'un patient. Sinon, on a souvent tendance à voir chez le patient non pas ce qu'il a, mais ce qu'on a lu. On appelle ça une projection. Ce n'est pas un signe de faiblesse du thérapeute, c'est juste quelque chose qui se passe et qui fait partie de la psyché humaine. Du coup, mieux vaut tout simplement s'abstenir.

De toutes les façons, en Reiki, il convient de ne pas interpréter quoi que ce soit ! Il y a d'autres techniques, le Reiki est réservé à autre chose.

## Demander l'énergie?

On a maintenant vu comment l'intention doit rester neutre parce que c'est la capacité du patient et les besoins réels du patient qui dosent la quantité d'énergie qui est canalisée vers lui.

On verra au chapitre suivant ce qui se passe pendant un traitement : de l'énergie est canalisée par le thérapeute depuis partout autour vers le patient.

Il reste une question : comment "lancer la machine" ?

Faut-il faire quelque chose de spécial ? Un cérémonial ? Une prière ? "Ouvrir" un canal ?

Beaucoup d'écrits incitent à faire une demande à l'Univers au début de la séance. On y recommande de demander l'énergie.

Mais quoi ? ! L'énergie n'aurait-elle pas envie de "travailler" ? Ne voudrait-elle pas spontanément participer ? Je vous propose de voir cette histoire sous un autre angle, puis en vous laissant répondre librement à votre façon sans subir la pression par l'auteur.

Nous sommes vivants grâce à plusieurs choses.

Nous nous nourrissons d'aliments et d'eau. Ceux-ci comburent dans notre corps pour nous fournir de la chaleur et de l'énergie afin d'assumer nos activités quotidiennes. Ils nous permettent de fonctionner et de fabriquer la matière et les tissus avec lesquels nous nous régénérons.

Nous nous nourrissons également de lumière solaire. Nous ne sommes pas dépendants d'elle à l'instar des plantes qui fabriquent leur énergie grâce au soleil. Mais nous l'utilisons pour fabriquer certaines substances bien spécifiques. Sans lui, certaines substances de notre corps ne seraient pas synthétisées de la bonne manière. C'est le cas par exemple de la mélatonine. Sans lui, certaines ne sont pas synthétisées du tout par notre corps à l'âge adulte. C'est le cas de la vitamine D par exemple. On ne l'absorbe même pas si on en mange en tablettes vendues en pharmacie. On a besoin du soleil pour que, grâce à la vitamine D, les minéraux se fixent dans nos os pour les rendre solides.

Il y a encore une source de laquelle nous ne sommes pas indépendants : c'est la vie elle-même. L'énergie, l'univers, la vie, le saint-esprit, le grand Manitou, l'orgon, le ki, le chi, on l'appelle comme on veut. Sans énergie, pas de vie. Ce qu'il manque aux docteurs Frankenstein en herbe pour faire des Igors. Il faut que la vie décide d'elle-même de sa présence et donc que les conditions soient réunies pour ce faire.

Nous dépendons tous de l'énergie pour vivre. Notamment pour tous nos processus de régénérescence. Sans énergie, le moteur central, la conscience, s'arrête. Elle nous perfuse toute la journée et toute la nuit, de façon continue.

Elle nous traverse et nous maintient en vie, sans se soucier que nous portions des chaussures ou un bonnet. Elle est là, toujours, autour de nous. Nous en sommes remplis, nous la laissons passer, nous la laissons nous baigner de l'intérieur.

Alors si l'énergie arrive à traverser nos chaussures pour nous maintenir en vie. Si elle fait en sorte que nous soyons toujours là, heure après heure, jour après jour, sans que nous ayons besoin de lui demander de le faire, c'est qu'il

semble bien qu'elle en ait envie, voire qu'elle se plaise à le faire, voire qu'elle nous nous soyons prévus pour.

Deux soins Reiki, fait l'un avec une demande et l'autre sans demande, marchent tout aussi bien. Avec cela, chacun est libre de considérer les choses comme il l'entend. Et surtout, le mieux est clairement qu'il fasse comme il est le plus confortable pour lui.

Le plus important est de se mettre en état, en réceptivité, en accueil, en gratitude et en canal. Les cinq principes, nous l'avons vu, servent en partie à cela. La conscience et la volonté de cet accueil sont primordiaux. Le fait de faire ou non une demande à l'énergie de venir pendant le traitement est important aussi : il faut impérativement que le thérapeute fasse à sa façon et sa conscience, pas à celle de son maître, qu'il ne suivrait de toute façon que formellement mais pas au-delà de ses croyances par rapport à son intention profonde.

## Le soin et son environnement

Nul besoin d'un long chapitre, le bon sens prédomine ici. Attirons tout de même l'attention sur cinq points.

1. La musique
2. L'atmosphère olfactive
3. Les symboles visuels
4. Les bijoux et montres
5. Le temps

Mais avant tout cela et en une phrase seulement, rappelons-nous qu'un lieu propice à un traitement est calme, accueillant, non-passant et d'une luminosité point plus qu'agréable. Voilà, les portes ouvertes sont enfoncées, nul besoin que le lieu soit totalement réservé à cela, même si cela est nécessaire pour une pratique professionnelle. Sachons juste qu'un traitement d'urgence est magnifique même dans une toilette publique bruyante, bondée, malodorante à l'éclairage néon en ayant trop bu. Revenons donc au cas idéal, dans une salle accueillante.

### 1. La musique

Tout d'abord, il y a le choix entre la musique et le silence. La meilleure neutralité est évidemment offerte par le silence, mais la musique peut avoir deux avantages : masquer des bruits ambiants peu propices au soin et aider une personne à "décrocher".

En effet, en sortant du bureau et en ayant affronté la route en voiture de façon stressée, il n'est pas sûr que le patient parvienne à calmer le flot de ses

pensées rapidement et il peut passer un long moment du soin, accroché à son mental comme un grimpeur à sa falaise. La musique peut donner un point de fixation que son esprit utilisera pour desserrer les griffes de ses neurones, agrippées aux prises de ses pensées et se laisser décrocher de la falaise pour planer dans les airs du traitement et d'ailleurs rapidement prendre confiance en le pilote du vol (l'énergie) pour oublier la musique et flotter dans les nimbes de son soin et de son inconscient.

Il peut donc effectivement convenir de parfois demander au patient s'il désire de la musique. Mais si nous lui demandons "Voudriez-vous de la musique pendant le traitement ?", il arrive qu'il ne se sente pas libre et qu'il réponde pour le thérapeute en croyant que ce dernier aurait envie de musique, perdu dans son cabinet à s'ennuyer pendant le soin. C'est étrange, mais ça arrive.

Il faut alors lui donner le choix par une question véritablement ouverte. "Aimeriez-vous une jolie musique ou du joli silence ?" Ce type de question permet au patient de sentir que les deux options sont positives tant pour lui que pour le thérapeute. Et il est libre.

Le choix de la musique elle-même n'est pas si simple que l'on veut bien croire. Beaucoup de musiques ont une consonance religieuse ou anticléricale intolérable pour les patients. C'est le cas plus souvent qu'on le croit avec les cornes, gongs et bols tibétains ou les didjeridoos pour quelqu'un allant à la messe toutes les semaines.

Les musiques classiques racontent chacune une histoire. Au revoir la neutralité du soin ! Et si en plus le bateau coule pendant l'histoire... De toute façon, elles ont tendance à accélérer puis à ralentir, à être calmes puis puissantes etc. dans l'inconstance.



Les sons de la nature sont souvent les plus neutres, mais peuvent aussi ne pas convenir. Imaginez un bruit de ruisseau pour une personne incontinente ou un fond forestier pour quelqu'un qui a peur des oiseaux. Et ça arrive.

À chacun de trouver des musiques planantes les plus neutres possibles. Et d'éviter celles qui ont des paroles. Le chant prononcé avec des voix humains, c'est tout sauf neutre, même si le message est joli et positif. Cela irrite d'ailleurs de nombreuses personnes sans qu'elles n'osent en fait le verbaliser clairement.

## 2. L'atmosphère olfactive

La diffusion d'huiles essentielles dans la salle d'attente ou la salle de soin offre un cadre relaxant, agréable et propice aux sourires. Mais cela peut amener une énergie donnée et donc venir à l'encontre de la neutralité du soin.

Je suis un vrai fanatique d'huiles essentielles et pourtant j'ai tendance à émettre des réserves et à modérer leur emploi dans ce cadre précis.

Je pense que choisir une huile essentielle particulière pour un patient particulier n'est pas une chose à faire. C'est donner une intention au traitement. Par contre diffuser une huile essentielle pour le cabinet ou pour son propre plaisir, un peu toujours la même quel que soit le patient que l'on attend, cela est faisable. Il convient alors d'opter pour une diffusion douce qui n'offre pas plus qu'un petit fond olfactif et ne vienne pas agresser la narine et friser les poils du nez.

Des conifères, des agrumes, des lavandes ou du palmarosa par exemple sont assez neutres, bienfaisantes et douces pour offrir un cadre olfactif agréable avec une énergie positive.

En Réflexologie amérindienne, je suis plutôt opposé à toute diffusion d'huiles essentielles pendant la séance. En Reiki, c'est plus simple et non seulement mon avis est plus souple, mais je pense qu'un peu de diffusion très neutre et sans intervention d'intention est même plutôt bonne à prendre.

### 3. Les symboles visuels

On décore souvent très attentivement et avec beaucoup d'amour de très jolis cabinets très feng-shui. Mais on ne pense pas toujours à l'impact et la résonance que certains des symboles présents peuvent avoir pour nos patients. En effet chacun voit le monde avec une paire de lunettes bien différente et interprète différemment ce qu'il voit. Puisque chacun voit à travers sa paire de lunettes.

Un des cas typiques est la présence parfois écrasante de statues et tableaux du Bouddha Gautama. Il y a deux choses à tenir en compte ici.

Pour de nombreuses personnes, il s'agit d'une agression antichrétienne difficile à soutenir. Ils se sentent agressés dans leur religion ou pli basiquement s'ils ne sont pas croyants : agressés dans leur culture. Ça arrive beaucoup plus souvent qu'on ne le croit. C'est assez sournois et les gens n'en parlent pas, mais on voit leur énergie changer du tout au tout quand ils posent les yeux sur ces statues ou tableaux.. on n'aimerait pas forcément une salle de soins remplie de crucifix. C'est la même chose. Le bouddhisme n'est pas qu'une philosophie, il est aussi une religion.

La deuxième chose n'est pas visible à prime abord. Il s'agit de décoder le symbole présent derrière le Bouddha pour le spectateur. Et il suffit que quelqu'un ait lu ou entendu une information une fois pour qu'elle reste gravée inconsciemment dans sa mémoire et qu'elle reste accrochée à un symbole. Celui-ci porte alors toute la charge de ce à quoi la personne le rattache.

La première noble vérité enseignée par le Bouddha est que toute vie implique la souffrance. Peu importe les beautés du message qui sont derrière, les gens ont entendu et connaissent inconsciemment ceci. Seul un érudit du bouddhisme comprend complètement et assimile correctement ceci à quelque chose de beau. Pour le patient lambda, ce n'est pas très beau, ce n'est pas très positif. Le message qu'il reçoit quand il entre dans le cabinet est : "La vie implique la souffrance." Le deuxième message est son association inconsciente : ce cabinet et ce qu'il s'y passe porte ce message et amène vers une vie de souffrance. Dommage.

D'autres cas typiques d'agression symbolique des patients sont les tableaux très new-age. Ou la profusion parfois surabondante de petites statuettes et décorations orientales ou les yin-yang de partout.

Peu importe que l'on croie ou pas à tout ceci. Ce qui est important est ce qui arrive pour le patient : ce qui le percute, les symboles qu'il voit et ce que lui y rattache. Le message subliminal et inconscient qu'il reçoit.

#### 4. Bijoux et montres

Deux types de soin sont concernés : le soin complet et le soin d'urgence. Pour un soin d'urgence, on met les mains et on agit. Point barre. Ce qui suit concerne donc le soin complet.

Deux personnes sont concernées : le patient et le thérapeute.

- Pour le thérapeute, un bijou qui fait du bruit (montre, bracelets etc) est relativement inacceptable. Un bijou qui touche le patient, le chatouille ou le caresse (bracelet, collier etc.) est relativement inacceptable. Les montres à quartz, pour l'influence qu'elles ont chez certains thérapeutes sur leur canalisation, sont dommageables et plutôt à enlever. Pour le reste, l'influence n'est pas franchement beaucoup plus importante que les habits que porte le thérapeute. Et comme on ne va pas lui demander de se dénuder pour prodiguer un soin, on ne va pas lui demander d'enlever absolument tous ses bijoux. Il n'a besoin d'enlever ceux qu'il juge lui-même perturbateurs.

- Pour le patient, on entend parfois dire qu'il doit enlever absolument tous ses bijoux. Mais je vais vous raconter une expérience. Ma toute première patiente Reiki est venue pour des problèmes de nuque. Elle ne pouvait même pas me regarder dans les yeux, tant elle était bloquée ; elle n'arrivait pas à lever la tête. Elle enleva ses bijoux, se coucha et nous fîmes un soin. Une heure après, elle se releva, sans douleurs, pouvant regarder droit devant elle et tourner la tête. Elle remercia et partit. Je la regardai par la fenêtre tourner le coin de la rue en remettant son collier. Sa tête repartit en avant et ses épaules s'affaissèrent. Je courus hors du cabinet et lui demandai qui lui avait offert ce collier. "Ma belle-mère", me répondit-elle. Je l'invitai à revenir quelques minutes et décidai sur le champ que plus jamais on ne m'y reprendrait.

Les patients portent des bijoux. Ils sont eux-mêmes avec leurs bijoux, quelque soit le bijou s'ils ont tendance à en échanger. Quand on les leur enlève, on leur enlève une partie d'eux.

Si on fait un soin sans leurs bijoux et qu'ils les remettent après, ils endossent à nouveau des symboles qui ont une charge affective parfois importante. Et la relation entre eux et leurs bijoux n'est absolument pas soignée. Ils ne sont pas réharmonisés énergétiquement comme ils affrontent la vie. D'ailleurs, en enlevant son alliance à un patient, doit-on lui faire renier son mariage pendant le soin ? Ce geste peut avoir cette portée pour certains patients et ce n'est pas à nous de les juger. Même si pour nous, avec nos lunettes de vie, ce geste ne signifie pas cela, c'est peut-être le cas pour le patient.

Si on laisse les bijoux pendant le soin, on soigne la personne en entier, on soigne la personne telle qu'elle est quand elle vit sa vie de tous les jours et affronte ses défis quotidiens et ses relations. Il est important, pour moi, qu'une personne soit soignée dans son ensemble. Et cela présuppose, pour moi, qu'elle le soit avec ce qui la rend "elle" : habits et bijoux compris.

## 5. Le temps

Dans l'état dans lequel on est pendant un soin, on perd très facilement la notion du temps. Il y a alors deux paramètres importants : l'écoulement du temps de la séance et celui de chaque position.

Surveiller le temps de la séance est important avec une certaine marge de confort. Ne serait-ce que pour que le patient ne manque pas son train ou ses enfants à la sortie de l'école. Après tout, le but d'un traitement n'est pas de mettre le patient dans un état de stress ou un conflit.

Surveiller le temps imparti à chaque position peut se révéler intéressant pour différentes raisons. Ici, je suis intransigeant en Réflexologie amérindienne et un peu plus souple en Reiki.

Si on surveille le temps, chaque région du corps et des corps du patient a droit au même temps de traitement. Il peut alors puiser à sa guise ou laisser une autre région prendre de l'énergie depuis ici si elle en a plus besoin.

On peut d'ailleurs le faire avec des moyens qui permettent de ne pas se focaliser sur une horloge. Des CDs proposent de la musique avec une petite cloche toutes les trois ou cinq minutes. Les téléphones modernes permettent de faire retentir un petit gong toutes les trois ou cinq minutes. Et s'ils sont laissés en mode avion, aucune onde ne vient perturber le soin.

Il y a une implication inattendue de la surveillance du temps.

En effet si l'on laisse notre intuition choisir, on risque de faire intervenir un jugement inconscient dans la traitement et briser sa neutralité. Rappelons jusque que le patient va puiser l'énergie dont il a besoin à chaque position. Et s'il en a cruellement besoin ailleurs, il saura très bien puiser dans l'énergie qui lui est donnée à un endroit pour l'amener là où il en a le plus besoin.

a) Si l'on choisit de passer à la position suivante bien avant les trois ou cinq minutes imparties à la position, on choisit implicitement : - Soit de ne pas allouer à cette région toute l'énergie qu'elle voulait. Et si l'on croyait avoir senti qu'elle cessait de puiser, il se peut qu'elle faisait en fait juste une petite pause. Ça arrive souvent. Et comme on disait plus haut, une autre région va probablement en profiter de toute façon.

- Soit on est inconsciemment en train de travailler avec le patient qu'en état de blocage ou de besoin cruel d'afflux important d'énergie.

En effet si on interrompt chaque fois que ça a l'air de "bien se passer" et que la région semble repue, on fait un traitement seulement sur des régions qui ne font qu'apprécier ce qui se passe. Ce n'est pas terrible.

En plus, il se peut que l'on sente quand une région "cesse de prendre". Mais peut-être en fait cesse-t-elle seulement de prendre l'énergie sur un niveau pour commencer à en prendre à un autre niveau où nous ne la percevons pas bien. Nous empêchons alors le patient de prendre ce qu'il veut et ce dont il a besoin. Et ça, c'est inacceptable.

- En tout état de cause, on juge et on ne laisse pas le patient choisir pour lui-même.

b) Si l'on choisit de rester au-delà des trois ou cinq minutes imparties, on démontre que l'on n'a pas confiance en la capacité de l'énergie d'agir complètement en quelques minutes. Et que l'on n'a pas confiance en la capacité du patient de se servir de ce dont il a besoin en quelques minutes.

Et puis on fait augmenter artificiellement la proportion de temps de traitement allouée à de la canalisation d'énergie en état de blocage, de dysharmonie ou de besoin énergétique.

# Vocabulaire

Il y a trois choses cruciales à souligner dans le dialogue avec le patient.

- Détecter la relation qu'a le patient avec la raison de sa consultation.
- Participer à des prises de conscience du patient.
- L'aider en l'amenant à ouvrir des portes quand à sa guérison.

Et le thérapeute ne pas oublier de prêter attention à son propre vocabulaire afin de ne pas fermer lui-même les portes de la guérison de son patient par inadvertance.

Afin de couvrir ces trois sujets, voyons donc un par un quels sont les paramètres importants du vocabulaire.

1. La personnalisation
2. Le temps
3. L'optimisme lucide
4. La vérité

1. La personnalisation

En écoutant le patient parler de la raison de sa consultation, le paramètre le plus facile à détecter, et surtout le plus facile à changer, est la personnalisation.

Il y a toutes les manières d'entrer en relation avec son corps. Même chose pour une pathologie. Son propre corps et une pathologie dont il souffre sont



deux choses qui intègrent notre vie de façon fort différente. Il convient de ne pas les considérer de la même manière.

Certaines personnes parlent des pathologies cises dans leur corps comme elles parlent de leur corps. Elles les personnalisent en les appelant "ma douleur, mon eczéma, mon cancer, etc."

Ça, c'est la porte fermée à la guérison. Comment peut-on abandonner quelque chose qui nous appartient ? La personnalisation d'une pathologie est une habitude qu'il faut essayer de faire perdre au patient. S'il veut sa guérison, il doit s'approprier son corps, mais se désapproprier les pathologies qui le frappent.

Le thérapeute peut si facilement détecter cette relation dysfonctionnelle et aider le patient à en prendre conscience et la corriger qu'il se doit de le faire à mon avis.

## 2. Le temps

Le temps des verbes qu'utilise le patient est étonnamment important aussi surtout lors d'affections chroniques ou cycliques. Il montre comment se situe et se projette le patient par rapport à la maladie ou le mal-être.

Prenons des exemples, cela sera plus simple. "Chaque hiver, j'ai la grippe."  
"Tous mes couples sont toujours des catastrophes."

Dans ces deux exemples, la personne se programme pour que cela perdure. Elle ne se donne aucune voie de sortie. En l'occurrence, elle se programme

une grippe l'hiver prochain et l'échec de son nouveau couple naissant et mignon. Dommage.

Il est possible de le détecter et d'en faire prendre conscience. Le travail à faire pour le patient est par contre un peu plus long que dans la personnalisation. En effet et pour commencer c'est techniquement un peu plus compliqué de faire attention à l'utilisation des temps des verbes dans ses phrases. (Ok, ce que je viens de faire est un programmation peu positive, mais c'est issu de nombreuses années de soins et d'observation.) Ensuite l'utilisation des verbes au présent et au futur en tant que programmation est signe d'un optimisme défaillant qu'il faut "travailler au corps".

Le patient se doit donc d'y prêter attention. De tourner ses phrases au passé en utilisant des "jusqu'ici", des "que j'avais" etc. Le fait d'y prêter attention et de corriger et remplacer le temps des verbes lui fait faire un formidable travail au quotidien. Il ne lui en faut en général guère plus.

### 3. L'optimisme lucide

Oint rejoint forcément quelque peu le précédent. Lorsque la personne parle d'une affection, il peut dire des choses comme "L'eczéma qui est en train de guérir" ou "Mon bras qui commence à aller mieux" ou "Mon ligament qui cicatrise", mais bien se garder de dire "mon ligament déchiré" par exemple.

Cela donne une connotation positive à son propre corps. Cela met de l'énergie aussi sur la forme-pensée de guérison que vit la personne au lieu de la pathologie. Là où l'on met ses mots et ses pensées, on met son énergie.

Et puis peu importe que le verre soit à moitié vide ou à moitié plein. Si c'est le cas, buvons-le et resservons-nous-en un.

#### 4. La vérité

Il est important, central, crucial, que dis-je : indispensable de ne pas se mentir. Se dire "Il fait chaud, il fait chaud, il fait chaud" alors qu'il fait -5°C, c'est du mensonge. Ça marche quelque fois au début. Tant mieux, ça nous démontre que l'esprit est plus fort qu'on ne le croyait. Mais après, il faut savoir passer à autre chose. On ne peut pas se mentir à soi-même ni mentir à l'univers.

"Je n'ai pas mal, je n'ai pas mal, je n'ai pas mal" ou "L'eczéma est guéri, l'eczéma est guéri, l'eczéma est guéri", c'est la même chose : un mensonge.

Faire mieux que cela demande non-seulement une prise de conscience, mais aussi un effort et surtout un mélange d'attention et de maîtrise. Pour cela, l'auto-observation avec un peu de finesse est cruciale.

Il faut repérer les changements positifs. Puis trouver des tournures de phrase pour les exprimer, se les dire et mettre son attention dessus. Et à ce moment-là, avec une prise de conscience, une auto-observation, une personnalisation correcte, des verbes maniés au juste temps, un optimisme lucide avec vérité, la porte de la guérison est ouverte. Il faudra encore l'agir. Ce n'est pas la guérison, seulement la rendre possible. Il ne reste plus qu'à faire la séance de soin. Bien que j'aie vu des patients faire de telles prises de conscience avec cela que tout a changé quasi instantanément.

## Protection ?

On entend souvent parler de besoin de protection pendant la séance de soin pour le thérapeute. C'est dommage ; il n'en est rien.

Eh oui. Il n'en est rien.

La seule chose de laquelle le thérapeute doit se protéger, c'est lui-même. L'attaque la plus forte et de très loin la plus fréquente qu'il subit, c'est ses propres formes-pensées.

Ce qui ne veut pas dire que ce soit de sa faute. Un enseignant, des lectures, la peur véhiculée par les autres et par le milieu thérapeutique lui auront probablement instillé ces formes-pensées.

Elles germent ensuite rapidement et les expériences du thérapeute lui semblent effectivement concorder avec ses formes-pensées. Et pourtant un thérapeute ne peut absolument rien attraper énergétiquement de la part du patient. Rien !

Il n'y a pas d'énergie négative, d'énergie de douleur ou autre. Il n'y a que des trous d'énergie ou des nœuds d'énergie où elle ne circule pas correctement, ce qui crée des zones de faiblesse où des problèmes pourront par la suite s'installer. On ne peut attraper ni un trou ni un nœud.

Ce qui ressemble à attraper un problème est en fait une résonance.

Les façons dont on imite, reçoit, attrape un problème sont la résonance harmonique, des formes pensées de création ou d'imitation ou d'avantages parfois inconscients.

Il n'y a rien d'autre que de soi-même, de ses peurs ou de ses formes-pensées qu'un thérapeute doit avoir à se protéger. Pour cela, une des meilleures méthodes est le sentiment de paix, de gratitude et de bonheur que le thérapeute peut éprouver au début du traitement. Les cinq principes sont une belle aide pour ceci, dans la manière particulière (et plus classique) de les utiliser qui est décrite dans leur chapitre.

Je ne ferai pas plus long ; l'essentiel est dit et ce n'est pas le sujet central du livre. Tous les mécanismes des transmissions, de protection et toutes les manières de les manier seront décrites dans un livre à paraître assez bientôt. Il sera annoncé sur mon site internet dès sa parution. Il y a par contre déjà un article, sur un ton amusant, paru dans le journal des éditions Recto-Verseau, disponible sur mon site : "Goodspeed et Doolittle".

Il convient de ne pas abandonner toutes ses protections du jour au lendemain si on a l'habitude d'en utiliser, mais d'en comprendre les mécanismes, de se mettre progressivement en état de ne rien attraper / imiter / résonner et enfin oublier les protections au moment où on se met à les oublier, pas avant.

## Après un soin Reiki (le patient)

Il n'y a pas de gestion du traitement à faire de même qu'il n'y a rien de spécifique à faire. Il n'y a pas non plus besoin d'y croire. La preuve en est la réussite des traitements sur les animaux et les plantes pour qui l'effet placebo n'existe pas et qui ne "croient" en rien. Toutefois, pour l'intégration correcte, quelques choses peuvent être intéressantes.

Tout d'abord, le plus la personne a confiance en le traitement, le plus elle laisse la porte ouverte à son bon fonctionnement. Cela aide également à l'accession d'une certaine sérénité. Les peurs sont des freins à tout déroulement fluide et correct de la vie.

Une envie de guérir est indispensable, ce pour quoi est formulée la demande de traitement. Elle conditionne l'implication que le patient va fournir après le soin aux modifications de sa vie que les effets du traitement vont probablement lui demander (surtout en cas de problème chronique). Que ce soient des changements dans les comportements relationnels, dans la conduite et compréhension affective et psycho-émotionnelle de sa vie, dans sa nutrition ou dans des habitudes de vie.

Le patient ne sera même pas forcément conscient des changements qui vont se passer et qu'il va faire. Ces changements seront sans doute faits par intuition, se faisant largement d'eux-mêmes, sans effort et même pas "exprès". Le patient les fait par feeling, parce que c'est ainsi qu'il a envie d'agir et qu'il agit, qu'il se comporte. Ça, c'est l'idéal. Mais l'idéal a souvent lieu en Reiki.

Augmenter l'acceptation de son intuition dans la guidance de sa vie de et son existence est peut-être la seule chose à faire. Et elle fait marcher la condition idéale du paragraphe précédent.

Il se passe souvent des processus de détoxication, période pendant laquelle le patient peut observer différents phénomènes. Sueurs collantes et boutons, urine colorée, selles abondantes, gaz, fièvre, diarrhées ou nausées. Ceci n'arrive pas toujours. Toutefois, il peut être bon qu'il en soit averti, car sinon il lui arrive de paniquer et soit d'interrompre le traitement, soit de considérer que celui-ci est un échec, soit de bloquer ces phénomènes naturels de purification par lesquels son corps doit peut-être passer pour expurger ses toxines et sa maladie.

Les crises émonctoires se passent principalement lorsque le patient a consulté pour un problème chronique. Ceci se passe aussi chez les patients très intoxiqués nutritionnellement ou par pollution professionnelle ou globale. Mais avant tout, ceci se passe surtout dans le cadre de personnes dont une des formes-pensées de base est la suivante : "Un soin passe par une épuration et l'épuration, c'est dur." Ou : "La difficulté de l'épuration signe son efficacité." Ou : Il faut souffrir pour être belle."

Il convient de vérifier avec la personne si elle a plutôt tendance à avoir des formes-pensées très négatives, voire à être abonnée aux lois de Murphy. Si tel est le cas, il convient alors de parler positivement à la personne pour instiller des idées positives et couper l'herbe sous les pieds des programmations négatives.

Il faut savoir que le cadre spirituel a bien changé en quelques décennies. Les sujets de conversation traitant à la psychologie, aux émotions voire à la spiritualité sont de moins en moins tabou. Heureusement. On fait de fréquentes lectures dans ce domaine. Même chez ceux qui n'ouvriraient jamais un livre de développement personnel. Ceci se passe inconsciemment dans les magazines, dans les romans qui débordent dans le domaine du

développement personnel et même dans les films, y compris de science-fiction (Matrix, Avatar, Code source, Jean-Philippe, Inception, Forest Gump, Last action hero...)



## Les symboles

À partir du deuxième degré d'initiation Reiki, un thérapeute apprend les symboles : leur usage et leur utilité. Il apprend comment, quand et pourquoi les manier.

Les symboles sont des outils puissants que seul un initié au deuxième degré doit manier. Avant cela, il passe un ou deux ans, voire plus, à se familiariser avec l'énergie, avec les traitements et à faire des auto-traitements. C'est seulement quand son maître le juge mûr et apte à manier ces outils qu'il l'initiera au degré suivant et lui transmettra les symboles. Seulement après un ou deux ans de traitements Reiki, d'ailleurs, le système énergétique du thérapeute sera-t-il prêt à assumer l'afflux d'énergie que les symboles provoquent.

Jusqu'à peu, les symboles ont été gardés avec discrétion. Ils n'étaient pas divulgués afin de ne pas être utilisés par des gens ne sachant pas comment pour pourquoi, par les gens n'étant pas matures et initiés, capables de maîtriser leur emploi et de leur offrir déférence, gratitude et respect suffisants, par des gens dont le système énergétique n'est pas prêt à assumer l'énergie formidable des symboles et chez qui cela créerait inévitablement des dommages.

Ces dernières années, ils ont parfois été divulgués dans des livres ou sur internet, avec relativement peu de respect. Cela est regretté par la plupart des maîtres. Certains y voient même une relative catastrophe. Quoi qu'il en soit, *c'est*. En tout état de cause, les faits sont là et les symboles sont accessibles. Il faut faire avec et aller de l'avant. C'est très dommage, mais d'un autre côté peut-être cela diminuera-t-il le mystère et la crainte pour certains. Peut-être que la disparition du seul ésotérisme que contenait le Reiki fera-t-elle

disparaître le dernier rempart de peur. Dans tout évènement, il y a du bon aussi. Même s'il faut parfois un peu se forcer à la regarder pour le trouver très bon.

Je ne saurai assez parler du respect à porter à ces symboles. Je prie tout le monde de ne pas les chercher. Et si toutefois on les a cherchés, de ne pas les tracer, les dessiner et surtout les utiliser. Sans en avoir peur toutefois. Il n'y a aucune raison d'en avoir peur ou de les craindre (si ce n'est que leur emploi par des gens non-préparés fait un peu griller les circuits énergétiques immatures). Il y a par contre de nombreuses raisons de ne pas les manier.

Ils sont dans certains livres et sur internet. Il n'y a pas lieu de les présenter ici et je ne suis pas d'avis de les partager en-dehors de l'initiation. Afin de les connaître, pour moi, il convient d'être initié, de cheminer quelques années avec le Reiki et de mûrir sur ce point au contact de l'énergie. Puis, avec un maître qui nous y sent prêt, d'être initié au second degré et d'apprendre ce qu'il en est de leur usage.

## Reiki fast-food et Reiki drive-in

Ah le Reiki au 21<sup>e</sup> siècle... On peut dire qu'il en a pris plein la figure. Mais qu'est-ce qui la mené au déclin de sa réputation ? Qu'est-ce qui a souffert : sa réputation ou le Reiki lui-même ?

Dans l'absolu, le Reiki est tout simplement l'acte de transmettre de l'énergie sans intervenir dessus. L'énergie n'a pas changé et le Reiki n'a pas changé. Il n'est d'ailleurs ni moins bon qu'avant, ni moins efficace qu'avant. Il est tout simplement pratiqué par plus de thérapeutes qu'avant. En fin de compte, le traitement est resté parfait.

Mais...

Il y a eu l'homme de la fin du 20<sup>e</sup> siècle. Et ça, c'est une autre paire de manches.

Il a parfois un gros ego et aime être Dieu-le-Père et avoir inventé lui-même l'énergie ou être Maître (de lui-même ? des autres ?) Il veut des résultats extraordinaires, stupéfiants et miraculeux avec ses soins. Il a de l'impatience et veut se faire initier quand il le veut, devenir Maître quand il le veut, avoir des résultats hyperrapides avec ses patients.

Il a un mental et veut savoir. Il veut savoir ce qui se passe pendant le soin, le maîtriser, diriger l'énergie et les déblocages. Il croit savoir ce qui est mieux de faite. Et il croit intelligent de rajouter nombre de fioritures à la simplicité du Reiki.

Au 21<sup>e</sup> siècle, nous en sommes arrivés à ce que j'appelle le Reiki fast-food et le Reiki drive-in. Les thérapeutes sont devenus, pour certains, des dérapeutes.

## 1. Le Reiki fast-food

L'énergie sur Terre est plus forte qu'il y a un siècle. Tout va plus vite, les événements se sont accélérés et les capacités, les potentiels sont plus élevés. C'est vrai. Mais il ne faut pas non plus prendre cela en tant qu'excuse pour bâcler le travail ou pour justifier la médiocrité. Ce n'est pas à cause de cela que l'on a le droit de faire n'importe quoi.

En Reiki, c'est le Maître qui accepte un élève pour une initiation. S'il ne le sent pas prêt, il le lui dit, il lui indique des moyens de se préparer et le revoit quelques années plus tard pour réévaluer la situation. Et ce n'est ni grave, ni une défaite. L'élève se doit d'accepter, même s'ils est évidemment en droit de demander des explications et de demander de l'aide pour avancer.

C'est ensuite la même chose entre les initiations avant le 2<sup>e</sup> et le 3<sup>e</sup> niveau. Le Maître estime la maturité de l'élève et le travail fait, comme l'expérience acquise. Nous parlerons de la subdivision du 3<sup>e</sup> degré à la fin du chapitre (point 5). Le temps entre chaque degré est au minimum d'une année, si ce n'est bien plus parfois.

Mais voilà, l'impatience peut rendre l'homme fou. Et pire : se faire signifier par le Maître qu'il nous faut attendre est perçu comme une défaite, voire pire, l'élève trouve des fois cela inacceptable. Alors sont ego lui tend la main avec des fausses excuses et des projections comme par exemple s'auto-convaincre que c'est fermer la porte au nez des gens. Eh bien non, c'est juste suggérer un peu de patience et de travail. Seulement, ce n'est pas à la mode et c'est parfois dur à accepter.

Il y a pléthore d'offre et certains Maîtres acceptent tout ce qui passe. Les élèves les paient pour faire un stage, alors c'est tentant d'en abuser. Il y a

d'ailleurs extrêmement peu de Maîtres qui ont un contact avec leurs élèves avant le premier stage d'initiation. Beaucoup d'élèves sont donc initiés alors qu'ils n'y sont pas prêts.

C'est dommage. Surtout qu'ils proposent ensuite leurs services en tant que thérapeutes. Et quand ils poursuivent leur chemin dans le Reiki, ils le font souvent avec la même hâte. Et non seulement ils ne sont généralement pas prêts au 2<sup>e</sup> degré, mais ils sont déjà "à moitié cramés" par une première initiation faite trop tôt.

Et pour peu que la planète manque de bol, ils vont s'initier au degré de Maître de la même manière.

On tombe alors sur ce que j'appelle le Reiki fast-food.

Ces Maîtres fast-food initient des élèves par un acte sacré vers une nouvelle partie de leur vie, n'ayant aucune idée eux-mêmes de la préparation que doivent faire les élèves, ni du respect que leurs élèves devraient éprouver envers le Reiki. Eux-mêmes déjà s'en sont montrés indignes ou en tout cas non-prêts.

Et ces maîtres foisonnent malheureusement. En effet, le mot Maître donne envie. Il sonne comme un titre. Il peut mener l'ego vers une telle fierté, il peut faire monter la personne sur un piédestal en carton-pâte.

Mais quand trop de maîtres se mettent debout sur ce piédestal, il s'écroule. C'est un peu ce qui est en train de se passer avec le Reiki. Sa réputation souffre beaucoup des maîtres immatures qui ne maîtrisent rien et portent préjudice à cette si belle thérapie qui reste parfaite quand elle est bien faite.

On peut toujours demander sa lignée à son Maître ou à son thérapeute Reiki. S'il a 32 personnes dans sa lignée, cela ne veut pas dire qu'il n'est pas bon, mais ce n'est pas un signe de qualité, bien au contraire. Il y a de très fortes chances alors qu'il y ait eu des maillons faibles le long de la chaîne.

Le temps, la patience, la modestie sont clé pour laisser mûrir les choses, s'initier au bon moment et intégrer comme il faut l'initiation et l'énergie Reiki. Brûler les étapes ne mène à rien de bon. J'ai moi-même assisté à des initiations calamiteuses et ce n'est pas beau à voir. Ah il y a beaucoup d'enthousiasme, des sourires de partout et une folle énergie qui ressemble à de l'émancipation, mais c'est comme une pâte qui monte trop vite et qui fait "plouf" en s'aplatissant juste après. Le résultat est peu ragoutant.

De nombreuses personnes ont pris le pari d'une sorte de course à l'initiation, d'initier un maximum de gens sur Terre pour élever le niveau vibratoire de la planète. Eh bien le résultat, c'est le Reiki fast-food. Un travail bâclé avec des thérapeutes qui ne maîtrisent absolument pas leur outil et qui ne font finalement pas que du bien à leurs patients. C'est peu dire que le Reiki s'est démocratisé.

## 2. Le Reiki drive-in

Un soin Reiki, répétons-le une énième fois, n'est que canaliser de l'énergie sans aucune intention.

Mais quand on croit qu'on peut mieux faire que toute la force et toute la neutralité de l'énergie... Que dire ?

Pourquoi tant de gens n'arrivent-ils pas à se satisfaire de ce qu'ils ont de beau ? Pourquoi faut-il que certains croient pouvoir faire mieux, faire plus et rajouter de l'inutile à ce qui est déjà parfait ?

J'ai vu de tout. Et j'ai même entendu enseigner de tout. Comme quoi le Reiki fast-food mène au Reiki drive-in, nous allons le voir.

J'ai vu enseigner de rajouter des pierres sur les chakras pendant les soins, rajouter des huiles essentielles ou des aimants, rajouter des manœuvres de déblocage énergétique, des manipulations, des actes rituels ou cérémoniaux, des symboles, des réharmonisations, des prières, des exercices et plus encore. J'ai vu des gens tout essayer pour "renforcer" le Reiki. On finit avec des soins bazar et des thérapies fourre-tout.

Ce qui rend le Reiki si efficace et si formidablement absent d'effets secondaires, c'est que l'on respecte la non-intention et la non-intervention. On n'essaie pas de faire du forcing. L'énergie et la nature s'occupent parfaitement bien de ce qu'il y a à faire.

Si une personne suit déjà un traitement quand elle commence le Reiki, il est impératif qu'elle le maintienne en parallèle : le Reiki sera un ajout magnifique. Si une personne est dans une situation où elle a besoin d'un

traitement alors qu'elle a déjà entrepris un soin Reiki, de toute urgence qu'elle le fasse en parallèle. Le plus important de tout est la vie et la santé de la personne. Mais le soin lui-même est à respecter dans son intégrité.

Rajouter quelque chose au soin Reiki, c'est avant tout ne pas comprendre le Reiki. Mais c'est aussi ne pas avoir confiance en le Reiki. Percevoir le Reiki moins puissant et intelligent qu'il ne l'est n'aboutit qu'à une chose : lui enlever sa puissance. Autant par la forme-pensée du patient qui voit que le thérapeute n'a pas confiance en l'outil qu'il utilise, ayant besoin de le renforcer avec des mesures supplémentaires. Autant par la forme-pensée du thérapeute. N'oublions pas que nos perceptions créent notre réalité. Si nous percevons le Reiki comme un outil faible qui a besoin d'aide, alors la réalité qu'il se crée est un outil faible. Il enlève ainsi sa puissance au Reiki.



### 3. Savoir, contrôler, interpréter

De plus en plus, on a assisté à la dérive de l'interprétation ces dernières années. Poussés par le manque d'instruction car ils n'ont jamais appris qu'il ne faut pas interpréter, certains écoutent tout simplement leur curiosité. Rien de fautif, juste un manque de formation. (Merci au Reiki fast-food.) D'autres, poussés par deux choses, semblent ne pas pouvoir se retenir comme un enfant devant un gâteau.

La tentation est grande. Voir et savoir sont des clés d'un pouvoir de contrôle qui attire comme le chant des sirènes. Une fois happés et attirés, un thérapeute peut finalement se duper lui-même avec des fausses excuses comme le droit ou la volonté du patient de savoir les raisons de ses maux.

Mais le cœur du Reiki est ici : laisser au patient ce qui est à lui. Ne pas chercher à savoir les cadeaux qu'il renferme, ses blessures et leurs causes. Que ce soit par vraie intuition ou par projection. Le patient est à lui-même, le thérapeute n'est qu'un canal.

#### 4. Problèmes connexes

Nous avons vu ensemble le Reiki fast-food ou l'irrespect par l'impatience et le besoin de se croire plus fort. Nous avons vu le Reiki drive-in ou la fragilisation par le besoin de toujours faire mieux et le besoin de tout contrôler. Voici quelques histoires vécues qui peuvent faire réfléchir à l'importance du Reiki bien fait, mais aussi la facilité apparente de glisser dans de drôles de chemins.

Entre autres dérives, parlons de la plus belle : celle du pouvoir et des pouvoirs.

Un jour, un de mes amis et voisins de palier, Maître Reiki lui aussi, me relata un événement qui venait de lui arriver. On lui avait téléphoné pour lui demander s'il initiait des élèves au 2<sup>e</sup> degré. Ce à quoi il répondit par l'affirmative.

La personne au bout du fil lui dit chercher un Maître parce que le sien avait déménagé très loin. Elle demanda alors à mon voisin de but en blanc s'il avait des pouvoirs.

Celui-ci, quelque peu interloqué, répondit d'un ton emprunté qu'il n'en avait pas plus que tout être humain. La personne lui demande alors « Mais en tant que Maître Reiki, avez-vous des pouvoirs ? » Ce à quoi il répondit que, comme tout être humain, il était capable d'aimer et que cela était un miracle largement suffisant pour lui.

La personne insista et il lui demanda alors ce qu'elle appelait des pouvoirs. Celle-ci lui annonça, non sans une certaine fierté que le Maître qui l'avait initié au premier degré avait le pouvoir de faire survenir des accidents de voiture.

Mon ami resta coi, sans voix, abasourdi. Que répondre ? « Non, je n'ai pas ce type de pouvoir. » La personne lui répondit que s'il n'avait pas de pouvoirs spéciaux, elle n'était pas intéressée car elle cherchait un Maître plus puissant. Puis elle raccrocha le téléphone.

Cette histoire m'est toujours restée comme un phare de l'étrangeté. On peut apparemment aller loin dans l'incompréhension de l'énergie d'amour véhiculée par le Reiki. Encore un dégât du Reiki fast-food ; sans doute une erreur d'aiguillage.

Un autre évènement marquant mes débuts dans le Reiki m'est arrivé dans un salon de médecines naturelles en Suisse.

Un des stands était placardé de photos de trois mètres sur trois du visage d'une personne dont le nom occupait une enseigne démesurée. Et sur la devanture du stand, il était inscrit : « [Son nom], Maître Reiki : un don de Dieu. »

Tout drapé de blanc, il marchait devant son stand comme s'il flottait, les bras comme en apesanteur, tel un elfe de Hollywood dans les séries B.

Il y en a qui sont suspendus à l'érection de leur ego sans se soucier de l'impact de ces spectacles affligeants sur le public.

## 5. La subdivision du degré de Maître

À ses débuts, le Reiki était subdivisé en trois degrés. L'accès à chacun se faisant par une initiation. Mais un drôle de jour, le Reiki fast-food naquit. Les Maîtres foisonnèrent et apparut le problème des maîtrillons immatures. Il fallut trouver des solutions. Des solutions d'ouverture, pas de fermeture, surtout en cette époque.

- Certains proposèrent une division du degré de Maître. C'est une idée non dénuée d'intelligence qui s'est beaucoup répandue et qui semble avoir porté quelques fruits positifs.

Il s'est agi de remplacer le troisième degré (Maître) par un troisième et un quatrième degré, subdivisant le titre de Maître entre Maître pratiquant et Maître enseignant. Les Maître pratiquants reçoivent donc une troisième initiation et un diplôme avec le mot Maître à accrocher au mur. Ils ne peuvent cependant pas initier d'élèves. Les Maîtres enseignants reçoivent une initiation supplémentaire leur permettant d'initier à leur tour.

Ceci a permis qu'un bon nombre de Maîtres soient formés sans qu'ils aient la responsabilité d'initier. C'est peut-être un non-sens par rapport au mot Maître lui-même, mais regardons de plus près.

Beaucoup de thérapeutes Reiki issus de la « fast-food school », nommons-la ainsi, avaient des egos assez grands mais assez immatures pour vouloir à tout prix devenir Maîtres.

Ah quel statut social, quelle fierté ! Quel honneur et quelle belle flatterie ! Cela peut avoir été purement égotique dans le but de flagorner. Cela peut être issu d'un besoin de reconnaissance familial avec le besoin de justifier par un

titre son choix de parcours. De profondes blessures peuvent y mener assez facilement.

Si des personnes accèdent au degré de Maître avec une de ces intentions, n'est-il pas mieux qu'au moins ils n'initient pas ? Au moins, ils ne répandent pas du Reiki mal appris ou mal intégré ou tout simplement parcouru trop rapidement.

Celui qui sent en lui un appel d'emprunter la voie de la maîtrise peut le faire. Cet état de fait n'y change rien. Il peut même enchaîner ces deux degrés de la maîtrise assez rapidement. N'oublions pas qu'au début ils étaient un et un seul degré.

Son Maître aura eu, à sa disposition, une étape de plus pour le sensibiliser à la responsabilité qui en incombe. Il a plus d'étapes pour enseigner les valeurs du Reiki et s'assurer que l'initiant est prêt. J'en ai même connus qui, grâce à cela, ont recommencé tout leur chemin en Reiki alors qu'ils étaient sur le point de devenir Maîtres. Ils ont pris plusieurs années pour bien intégrer et ainsi mûrir encore et s'assagir avant de décider de devenir, ou non, Maître enseignant.

Cette subdivision du degré de Maître était donc une solution intéressante pour freiner l'évolution du Reiki fast-food au détriment du Reiki "traditionnel". Elle est peut-être une solution du moindre mal, mais elle a sans doute eu de bons effets. Sans doute même beaucoup plus de bons effets que d'effets négatifs.

- Certains proposèrent des Reiki bis. L'utilité peut être de refaire une sélection en ré-imposant la patience et la modestie. C'est une solution. Bien que le Reiki était et est toujours parfait.

Ces différents "Reiki II le retour" ne sont pas à présenter comme des évolutions ou comme plus puissants ou plus vrais ou plus purs ou plus profonds. On ne peut pas faire plus puissant ou plus profond. Au mieux on peut proposer un outil différent. Il existe, suite à cela des bons Reiki bis, mais aussi des Reiki à la sauce carbonara ou bolognaise, des Reiki allégés, des Reiki II et des Reiki<sup>2</sup>. Certains plus intéressants que d'autres, certains très bons, certains très commerciaux, certains issus de la volonté égotique d'avoir été l'inventeur du nouveau Reiki.

Bien que je reste parfois dubitatif car le Reiki est l'énergie de vie, là partout autour de nous. Alors faire plus "amour" ou plus "compassion" ou plus "profond" que le grand tout... Mais bon, il y a du bon là-dedans, notamment la re-sélection des initiants. Et ce point très positif n'est pas à négliger.

Le seul grand problème probablement est d'y avoir donné de nom de Reiki. Cela met une comparaison entre l'original et les évolutions ou les versions bis.

Parfois de beaux outils donc. Peut-être juste dommage à mon opinion très personnelle qu'ils portent le nom de Reiki.

## L'eau, c'est pas dépassé

Un jour, lors d'un cours d'aromathérapie, une élève m'a dit : "Le Reiki, maintenant, c'est dépassé." Elle a enchaîné en ajoutant qu'il existait maintenant des techniques beaucoup plus pointues, qu'il existe des manières de canaliser des énergies plus évoluées etc.

J'ai souri et lui ai répondu qu'elle avait raison. Et d'ailleurs que l'eau aussi était dépassée. On a inventé d'autres choses depuis. On a des aliments qui apportent bien plus, que l'on dispose de pastilles de magnésium, phosphore, zinc, sélénium et vitamines. On dispose aussi d'eaux "évoluées" comme la vodka qui ne pourrait pas grâce à l'alcool, de boissons gazeuses sucrées qui ont du goût et de l'allure grâce aux colorants végétaux et aux arômes naturels.

Je lui ai alors proposé de ne plus boire d'eau, mais de manger des pastilles à la place. Il y a là tous les oligo-éléments nécessaires que l'eau nous apportait jusqu'ici.

Je lui ai aussi proposé de ne boire que de la vodka et des boissons gazeuses. Et même de les boire en les purifiant : en enlevant l'eau dépassée qu'ils contiennent. Gardons juste le meilleur !

Le Reiki, c'est simplement l'énergie de vie. Juste et seulement l'énergie de vie. Globalement l'énergie de vie. Sans l'énergie de vie, la vie est sèche comme un corps sans eau et dépérit bien vite.

Même si l'énergie de vie est là depuis le début de l'univers, elle reste actuelle. Les constituants des atomes (neutrons, protons et électrons) furent créés au début de l'univers. Ils sont là depuis quatorze milliards d'années et pourtant

ils sont toujours la base de la matière. C'est simple ; si nous n'en avons plus, nous ne serions plus. Nous serions "évaporés".

Et pourtant, on pourrait admettre que "c'est dépassé". Nous avons réussi à mettre en évidence leurs constituants les quarks. N'empêche que les quarks sont toujours les constituants des atomes qui sont toujours notre substrat indispensable.

Alors oui, on a désossé l'énergie pour satisfaire le mental d'énergéticiens qui avaient soif de savoir (je compatis, j'en suis). Oui, on a inventé des canalisations "plus pointues" avec l'emploi ou la canalisation d'énergies plus spécifiques pour satisfaire l'ego d'énergéticiens qui avaient besoin d'inventer le nouveau Reiki de demain II le retour.

Oui, il y a plus précis que l'eau. Oui, il y a plus petit que les composants de l'atome. Oui, il y a plus pointu que le Reiki. N'empêche que l'on boit encore, que l'on est encore fait de matière et que le Reiki fait toujours des miracles.



## La maladie, aimable leçon

Une maladie n'est pas un mal mais une communication entre notre inconscient et notre conscient par l'intermédiaire de notre corps. En effet, nous nous parlons à nous-mêmes toute la journée sur différents plans. Quand des plans simples comme la pensée, l'émotion ou le rêve par exemple ne peuvent être entendus pour des raisons diverses ("occupation" mentale, stress, barrières, non volonté etc), le niveau de dialogue suivant se doit d'être un peu plus perceptible encore : une maladie.

Il s'agit donc du dialogue qui suit l'obstruction que notre mental et/ou notre ego font à notre âme, à notre soi profond. Cette partie de nous nous rappelle alors tout simplement que nous creusons un fossé entre notre chemin de vie et ce vers quoi nous dirigeons notre énergie, notre intention.

Toute maladie est issue de notre oubli de qui nous sommes, reliés et partie de l'univers. Nous sommes un et quand nous n'en prenons pas acte, notre âme nous le fait savoir au-travers de notre corps.

La maladie contient d'ailleurs sa propre guérison. En effet pour commencer, si nous sommes créateurs et capables de créer une maladie, nous sommes capables de créer notre guérison. Ensuite, si notre âme essaie de nous dire quelque chose, ce n'est pas pour le coder d'une obscure et étrange façon, c'est pour que nous le comprenions et puissions y remédier.

La lecture des maladies peut se faire selon de nombreuses clés, notamment ces deux : "Quand cela m'est-il arrivé, que se passait-il alors dans ma vie ?" et "Qu'est-ce que je m'empêche de faire avec cette maladie ?" ou encore : "De quoi est-ce que je me protège avec cette maladie ?" ou encore "Quel est mon avantage à avoir cette maladie ?".

Ceci dit, rappelons que le soin Reiki n'entre nullement dans l'interprétation des maladies. Il ne cherche pas non plus à la guérir. En ne portant aucune intention du tout, le thérapeute garde une pureté totale et une honnêteté de non intervention. Personne ne sait de par son mental et son ego s'il est mieux pour lui de guérir tel ou tel symptôme qui est en train de lui parler ; ni le thérapeute ni le patient.

Il sert donc de savoir que la maladie est un dialogue nécessaire et indispensable de même qu'il ne porte pas une signification mystérieuse et difficile à "décoder". Il est par contre du seul ressort du patient de se guérir. L'âme du patient emploiera à bon escient l'énergie que le Reiki lui met à disposition.

Ce sujet est développé en profondeur dans "Médecines allopathique, holistique et spirituelle", du même auteur.

Marc Ivo Böhning est maître Reiki depuis 2004. Il est le huitième initié de sa lignée depuis Mikao Usui compris. Il est également formé en tant que physiothérapeute et naturopathe.

Il a travaillé de nombreuses années dans des hôpitaux et cliniques, en milieu sportif, en milieu carcéral et en soins palliatifs notamment. Il travaille toujours en cabinet, en Suisse. Il est maintenant enseignant en aromathérapie et en diverses méthodes de soins naturels. Il a écrit de nombreux ouvrages dans le domaine de la santé naturelle et du développement personnel.

Il a notamment écrit :

"Médecines allopathique, holistique et spirituelle", Editions A la carte

"La soupe bonheur est servie", Editions Recto-Verseau

"Les dialogues être anges (étranges)", Editions Guérissure

"Aromathérapie des chakras", Editions Recto-Verseau

"Les formules faciles d'aromathérapie", Editions Gedane

"Ces plantes qui soignent les sportifs", Editions Favre

"Aromathérapie précise", Editions Guérissure

"Le massage derviche ou massage de Breuss", Editions Guérissure

"Réflexologie amérindienne spirituelle", Editions Recto-Verseau

"Les répertoires Böhning des huiles essentielles", Editions Aromarc

"Nigelles de Damas", Editions Guérissure

Et il a participé à :

"Guérisseurs, rebouteux et faiseurs de secret en Suisse romande" de Magali Jenny, Editions Favre (préface)

"Le stress, une épidémie qui rend malheureux" du Dr Pierre-Olivier Tauxe, Editions A la carte (préface)

"Tarot des arbres et des huiles essentielles" de Ioana Zara, Myriam Cassat et Marc Ivo Böhning, Editions Les rayons du soleil (participation)