

## REIKI

Jacqueline HUOT

### I - DEFINITION

Le mot « REIKI » signifie en Japonnais « énergie vitale universelle ». Il est représenté par deux idéogrammes dont le premier « rei » se traduit par « esprit qui n'est pas défini qualitativement » ou encore « spirituel ».. esprit transcendantal ou essence, le second « ki » par énergie vitale. C'est cette force vitale qui régit l'univers qui nous entoure, animale, végétale ou minérale. Toutes les cultures et toutes les religions connaissent, sous une forme ou une autre, avec quelques variantes, la notion de « ki » sur laquelle se fonde le REIKI.

#### L'idéogramme



#### Interprétation

Partie supérieur : « Rei »

Sa traduction signifie :

« esprit qui n'est pas défini qualitativement » ou encore :

« spirituel »

Partie inférieure : « ki »

Sa traduction signifie :

« esprit, âme, cœur, dessein, humeur, tempérament »

Et par extension on le traduit par « énergie vitale »

#### Où l'on retrouve la notion de « ki »

Le CHI de la médecine chinoise

Dans l'acupuncture

Dans le Qigong

Dans les arts martiaux

Dans le prana du yoga indien

Ou dans la lumière des chrétiens

#### Pas de barrières...

Culturelles

Religieuses

Philosophiques

En bref...

On pourrait définir le Reiki comme :

« Une thérapie naturelle, énergétique et holistique d'origine japonaise, dont le but est de procurer un bien être général d'ordre moral, émotionnel et spirituel »

### II - HISTOIRE

Il existe de nombreuses versions concernant les origines du REIKI. Certains affirment que le Docteur MIKAO USUI aurait redécouvert le REIKI, d'autres qu'il l'aurait tout simplement fondé. Peu importe les controverses souvent invérifiables l'essentiel étant qu'il fût bien à l'origine de son développement.

Le docteur USUI vécut au Japon pendant la seconde moitié du XIX ème siècle (15/08/1865-9/03/1926).

Il étudia le KIKO dans sa jeunesse et fit de nombreux voyages au Japon, en Chine et en Europe Il étudia le Bouddhisme et fit une retraite en 1922 à la fin de laquelle il reçut un satori

Lors du tremblement de terre dévastateur de 1923, Mikao Usui fût très sollicité et reçut de l'empereur la plus haute distinction « Kun San To » pour les services auprès des autres

Usui Sensei mourut le 9 mars 1926 d'une attaque cérébrale

Il repose au temple de Saihoji à Tokyo

Le nouveau directeur Juzaburo Ushida du centre fit élever une stèle à sa mémoire

#### La lignée

Le docteur HAYASHI (1879-1940) développa sa propre méthode

Mme TAKATA (1900-1980) introduisit le Reiki en Occident

#### Dérive ?

C'est à Madame TAKATA que l'on doit l'introduction du Reiki en Occident, cependant son enseignement reste controversé car elle ne reprenait que très peu ce que le Docteur Usui considérait comme important. (elle fixa ses propres règles et demandait des prix élevés pour sa formation)

#### L'essor

Grâce à l'une des ses élèves Mme Iris ISHIKURO, le reiki connut une plus grande expansion (tarifs modérés voir gratuits)

#### Jusqu'à nos jours...au Japon

La période entre 1940 et 1980 concernant l'évolution du Reiki au Japon est fort méconnue... et très discrète

Certains groupes ont disparus après la guerre mondiale

D'autres groupes se sont complètement transformés Curieusement, c'est le développement du Reiki en Occident, les nombreuses recherches concernant l'enseignement originel, qui permit la réintroduction du Reiki au Japon

Mme MITSUI fût à l'origine de cette réintroduction en 1984

### Et de nos jours en Occident...

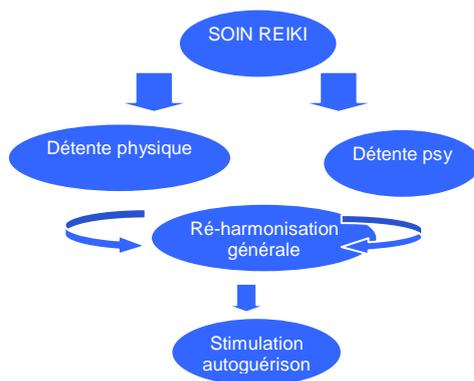
Parmi les dérives inéluctables que l'on peut rencontrer, des personnes honnêtes et attachées à l'enseignement originel continuent à pratiquer le Reiki dans l'esprit de son fondateur. Les techniques ont évolué, mais le principe de base reste identique.

## III – MECANISMES PHYSIOLOGIQUES D'ACTION

### Hypothèses

#### 1- l'effet psychosomatique

Rappel : la médecine psychosomatique étudie le fonctionnement du corps dans son intégralité  
La circulation des informations s'effectue par le biais sur système nerveux et du cerveau  
La cause d'un déséquilibre est parfois très différente du symptôme



#### 2-effet biomagnétique

Les courants électriques passent par le système nerveux  
Circulent aussi par le système circulatoire  
Passent dans et entre les cellules  
Les cristaux liquides des membranes cellulaires génèrent en permanence des courants électriques  
Leur fréquences sont accordées avec la zone concernée  
Le système péri-neural est le siège de courants continus et le lieu de propagation des ondes cérébrales  
C'est un élément très important pour tous les processus internes de guérison  
Selon les travaux de recherche de Sidorov, les ondes cérébrales pourraient aussi se transmettre à des organismes adjacents  
le système péri-neural semblerait être le lien entre notre cerveau et notre main. *Est-ce lui le vecteur de ce que l'on nomme l'intention thérapeutique ?*

Source : Manipulation des nerfs crâniens auteurs JP barral, A.Croibier

Expérience des Dr Robert Becker Dr John Zimmerman :

la fréquence du champ généré par le soin de Reiki, entre le praticien et le patient, fut enregistrée et s'avéra alors identique à celle du champ magnétique terrestre.

Le Pr Toni Bunnel observa, en 1997, que le champ biomagnétique généré par le soin de Reiki, avait une configuration identique à celle de la résonance de Schumann et qu'il suivait les mêmes algorithmes mathématiques.

Dès lors que les pratiquants de Reiki se positionnent, le transfert s'opérerait entre la constante de Schumann autour de la Terre et eux  
3- les chakras

- Les chakras sont des centres d'énergie subtile
- Les sept chakras principaux correspondent aux sept glandes principales du système endocrinien, qui sont l'hypophyse, l'épiphyse, la thyroïde et les parathyroïdes, le thymus, les îlots de Langerhans (dans le pancréas), les surrénales, les testicules et les ovaires.
- Mikao Usui ne mentionne pas les chakras dans la technique de base du Reiki

Cependant, on peut constater que lors d'un traitement Reiki, et surtout dans le traitement d'équilibrage où la personne est assise, on traite essentiellement les chakras...

#### 4-les méridiens

Méridiens d'acupuncture et leur rapport avec les chakras

- Chakra 1 - Vessie, intestin grêle, gros intestin.
- Chakra 2 - Vessie, intestin grêle, gros intestin, rate, pancréas.
- Chakra 3 - Rate, pancréas, estomac, foie, vésicule biliaire, rein.
- Chakra 4 - Estomac, foie, vésicule biliaire, rein, coeur, poumon.
- Chakra 5 - Coeur, poumon, triple réchauffeur, circulation.
- Chakra 6 - Triple réchauffeur, circulation, foie, vésicule biliaire.
- Chakra 7 - Les 12 méridiens.

Rappelons que le Reiki a été établi à partir de la médecine traditionnelle chinoise et du Qi Gong. Le traitement de Reiki permet de retrouver un équilibre de façon très douce par le biais de l'imposition des mains sur certains points d'acupuncture ou en caressant les méridiens entiers. On retrouve cette pratique dans la technique du Kenyoku, que l'on assimile à un nettoyage.

## IV – METHODE CLINIQUE

Éthique ...

Le traitement Reiki ne dispense pas d'une consultation ni d'un suivi médical

Le praticien Reiki :

Ne pose pas de diagnostic

Ne prescrit pas de médicaments  
Ne juge pas  
N'influence en aucun cas le libre arbitre de l'autre  
Respecte une stricte confidentialité des informations données

1- présenter la pratique  
Approche globale de la thérapie  
Énergie qui stimule l'auto-guérison  
Action physique et subtile  
Traitement holistique

2- s'informer de la motivation  
Pour éclaircir les à priori  
Définir la démarche du thérapeute  
Éviter les malentendus

3- s'informer des attentes  
Que cherches tu ???  
Bien être  
Curiosité  
Conseil  
Quête spirituelle  
...ou autre

4- définir ses tarifs  
Le temps  
L'investissement personnel du praticien  
Les possibilités de chacun  
Autres moyens...

5- expliquer le déroulement de la séance  
Précisions sur l'environnement  
La pratique du touché  
Le temps  
Les 4 jours de traitement  
La tenue vestimentaire

7- procéder à la séance  
Le rôle du praticien  
[Les 17 positions](#)

8-s'enquérir du ressenti  
L'échange  
Les effets

#### V – APPLICATIONS ET ETUDES DE CAS

Selon Walter Lübeck (La quintessence du Reiki, les énergies de vie selon le système japonais)  
« Le Reiki relie sans engagement  
Le Reiki stimule sans excitation  
Le Reiki sépare sans engendrer l'isolement  
Le Reiki calme sans provoquer de raideur  
Le Reiki dirige notre attention vers la vie et l'amour  
Le Reiki nous éveille et soutient le développement de toutes nos potentialités latentes (...)  
Résumé en une seule phrase, le Reiki favorise tous les types de processus de vie »  
Reiki applications

#### Le Reiki apporte un soulagement significatif pour :

- Les dépendances
- L'asthme
- La fatigue chronique
- Malaises généraux
- Douleurs
- Hypertension
- Ménopause
- Stress
- Les personnes en fin de vie

#### En positions spéciales :

Brûlures légères (cloques)  
Piqûres d'insectes

Mal de tête (& partir du moment où les maux ne sont pas récurrents)

On procèdera avec prudence sur les fractures avec déplacement, le Reiki ayant tendance à accélérer la réparation tissulaire osseuse, le simple bon sens consistera à traiter la blessure après le diagnostic médical.

Les animaux sont aussi très sensibles aux traitements Reiki.

il est possible de traiter les plantes et la nourriture qui vont se trouver vitalisés par cette énergie.

#### Reiki études

source

[http://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=reiki\\_th](http://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=reiki_th)

**Contribuer à la réadaptation à la suite d'un accident vasculaire cérébral (AVC).** Un essai clinique randomisé publié en 2002 a évalué l'efficacité du Reiki comme ajout au protocole de réadaptation chez des patients hospitalisés ayant subi un accident vasculaire cérébral.

Les résultats ont indiqué que le Reiki aurait un effet limité et sélectif sur l'humeur et le degré d'énergie. Par contre il n'aurait pas d'impact significatif sur l'indépendance fonctionnelle dans des activités quotidiennes comme manger, se vêtir, se déplacer, etc., ni sur la dépression.

**Aider à diminuer la perception de la douleur.** Une étude randomisée réalisée en chassé-croisé a examiné l'effet du Reiki combiné à la thérapie LeShan (une technique similaire de guérison) sur la douleur suivant l'extraction de dents de sagesse. Vingt et un participants ont subi l'extraction de deux dents à au moins deux semaines d'intervalle. Les résultats ont affiché une diminution significative de la douleur pour le groupe Reiki-LeShan par rapport au groupe contrôle, et ce, de la quatrième à la neuvième heure après la chirurgie.

**Améliorer la qualité de vie des diabétiques de type 2.** Lors d'un récent essai clinique randomisé, 93 participants ont reçu des séances de Reiki

*véritable, 88 des séances « mimées » par des acteurs, et 26 uniquement les soins habituels. La médication habituelle était permise. Selon les résultats, on a noté une diminution de la douleur et une amélioration de la distance de marche, autant pour le groupe Reiki réel que le groupe Reiki mimé. Toutefois, ces différences n'étaient presque pas plus grandes que pour le groupe contrôle. Les auteurs avancent que les effets observés résulteraient davantage de la relation participant-praticien que du Reiki lui-même.*

**Aider à diminuer les problèmes de mémoire et de comportement.** Une étude randomisée publiée en 2006 a exploré l'efficacité du Reiki pour améliorer la mémoire et limiter les problèmes de comportement chez 24 patients présentant soit des atteintes cognitives légères, soit un début de maladie d'Alzheimer

Les résultats affichent une amélioration significative de la fonction mentale ainsi qu'une diminution des problèmes de mémoire et de comportement chez les participants du groupe Reiki. Mais ces résultats doivent être considérés comme préliminaires en raison de l'absence d'un groupe placebo (Reiki mimé par exemple) et du petit nombre de participants.

**Améliorer la qualité de vie des gens atteints de cancer.** Une récente étude pilote réalisée en chassé-croisé a évalué l'effet du Reiki sur la fatigue, la douleur, l'anxiété et la qualité de vie de 16 personnes souffrant de cancer

À la suite des séances de Reiki, la fatigue, la douleur et l'anxiété ont diminué, et la qualité de vie s'est améliorée comparativement aux séances de repos. Toutefois, le peu de participants et l'absence de groupe placebo limite la portée des conclusions.

**Diminuer le stress et les symptômes dépressifs**

Un seul essai randomisé a évalué l'efficacité du Reiki contre le stress et les symptômes dépressifs. D'après les résultats obtenus, une diminution significative des symptômes de dépression et du stress perçue chez les sujets a été enregistrée par les deux groupes de Reiki  
De plus, les effets bénéfiques se sont maintenus un an après la fin des traitements. Ces résultats préliminaires laissent présager la possibilité d'un effet à long terme du Reiki sur la détresse psychologique.

**observations personnelles**

Une diminution significative d'un œdème à la cheville suite à un traumatisme (chute en moto) accompagné d'une diminution de la douleur  
La cessation de douleurs de l'estomac provoquées par un stress  
La disparition d'une douleur au niveau d'un genou

Le soulagement d'une douleur aiguë à la hanche et de nombreux cas de retour au calme à la suite de situations stressantes...

Un soulagement considérable de douleurs chez un chien atteint d'insuffisance rénale

## VI - CONCLUSION

Naturopathie considère l'être humain dans son ensemble et recherche à soigner avant tout la cause des déséquilibres.

Les points communs sont l'écoute, le profond respect et l'accompagnement de la personne. L'accent sera porté sur la responsabilisation du consultant et sur la nécessité d'une participation active à son processus de guérison.

La principale différence dans le cadre du traitement est que le Reiki est une thérapie énergétique dont la validité scientifique reste à prouver. Il est d'ailleurs assez regrettable que les études menées jusqu'à présent ont tendance à laisser un doute alors que de nombreux praticiens obtiennent des résultats plus que satisfaisants.

Petite parenthèse concernant les dérives :

Le Reiki en lui-même ne présente aucun danger si l'on respecte les quelques précautions mentionnées. Le seul danger réside dans la motivation du praticien.

Chaque personne demandant un soin Reiki doit savoir que le Reiki est une méthode de soin énergétique qui n'a aucune attache religieuse.

Le bouddhisme a été évoqué dans cet exposé à titre de philosophie.

Un praticien imposant ses croyances et voulant démontrer qu'il détient une vérité, exerçant une domination, une pression morale ou financière est à rejeter avec vigueur.

La voyance ou le channeling ne font pas partis de la méthode de soin Reiki

L'utilisation de remèdes ou de prescription n'est pas admise.

Dans le cadre d'une consultation naturopathique, il semble que le Reiki pourrait apporter un complément efficace dans le domaine énergétique psychique et philosophique.

En effet, certains blocages émotionnels trouvent une issue favorable par l'intermédiaire de cette thérapie... il serait dommage de s'en priver.

Le lien praticien/consultant qui s'établit lors d'une séance basé sur l'empathie, la compassion favorise un partage et une profonde confiance, étape très importante dans un processus de guérison.



## VII-REMERCIEMENTS

- M.DIAW, pour ses encouragements
- Melles HUOT et VEBER pour les photos
- M.COURTY pour son indéfectible amitié et son soutien moral
- M.HUOT pour sa patience, ses attentions et sa gentillesse