

Le Reiki

Le Reiki en chinois « énergie vitale universelle », est l'art de guérir par l'imposition des mains sur une partie précise du corps.

Très populaire en Chine, puis aux Etats-Unis, cette méthode aurait été transmise de Buddha au maître philosophe Usui lors de son exil spirituel.

Le Reiki étant une méthode holistique, agit à tous niveaux : physique, émotionnel, mental et spirituel. C'est une méthode de soins, mais aussi de méditation, de transformation et de développement personnel.

Cette méthode permet de canaliser l'énergie vitale universelle et de la transmettre par imposition des mains.

REI= énergie universelle qui est dans l'univers et qui anime tout ce qui vit

KI= part de cette énergie qui est en nous et en tout ce qui vit, soit notre propre énergie vitale.

Le REIKI permet de faire le lien entre ces deux énergies. En japonais il signifie « énergie vitale universelle ».



Particularités du REIKI :

La personne qui donne du Reiki n'est qu'un canal de l'énergie universelle.

Renforce le système immunitaire et permet ainsi de prévenir la maladie.

Enclenche un processus de nettoyage et de purification.

Méthode de soins mais aussi de méditation et de développement personnel.

Gokai : Les cinq Principes (ou préceptes) du Reiki Usui

Ils ont été énoncés par Mikao Usui.

Juste aujourd'hui (今日だけは, *Kyō dake wa*) :

1. Ne te mets pas en colère (怒るな, *Okuru, ou Ikaru, na*)
2. Ne te fais pas de souci (心配すな, *Shinpai suna*)
3. Sois rempli de gratitude (感謝して, *Kansha shite*)
4. Accomplis ton devoir avec diligence (行を励め, (*Gyō*) *Goo hage me*)
5. Sois bienveillant avec les autres, et avec toi-même (人に親切に, *Hito ni shinsetsu ni*)



SPA D'ALTITUDE - 1652M

www.bellatola.ch – bellatola@bluewin.ch

Tél. +41 (0)27 475 14 44

