



# REIKI du Dr USUI

Le REIKI est une technique de soin énergétique séculaire d'origine japonaise.

Cette technique de relaxation a été découverte par le Dr Mikao USUI (photo) au début du 20<sup>ème</sup> siècle sur le mont Kurama.

On peut traduire le REIKI comme l'ENERGIE UNIVERSELLE, celle qui nous entoure et nous constitue.

Le REIKI est une méthode naturelle qui vise à harmoniser le corps, les émotions et l'esprit. C'est aussi un excellent moyen de faire le plein d'énergie et de se ressourcer.

L'harmonisation énergétique est faite par l'imposition des mains. Le praticien REIKI canalise et transmet l'Energie Universelle au receveur au niveau des organes vitaux et des centres énergétiques (chakras). L'énergie se dirige naturellement vers les zones qui en ont besoin.

Les vertus du Reiki se rapprochent de celles de la méditation dont on sait aujourd'hui qu'elle améliore significativement l'état de santé physique et mental de ceux qui la pratiquent.

## **LES BIENFAITS**

---

- Libération des nœuds psychiques, des tensions corporelles
- Harmonisation du système émotionnel
- Un mieux-être général : le REIKI équilibre tous les aspects de l'Etre humain
- Relaxation, sensation de bien-être et de paix intérieure
- Active le système énergétique
- Renforce le système immunitaire
- Augmente la résistance physique
- Aide à l'élimination des toxines
- Dénoue les blocages énergétiques dus aux migraines, douleurs dorsales, stress, dépression...

## **DEROULEMENT**

---

Une séance de REIKI se déroule en 3 temps :

- 1- Entretien d'accueil complet
- 2- Imposition des mains par séquence de 3 minutes : la séance peut durer 30 mn, 1h ou plus.

Le REIKI est reçu allongé, le receveur reste habillé.

3- Repos du receveur et réponse aux éventuelles questions : le receveur peut ressentir le besoin de se reposer, de parler, de poser des questions. Le praticien est alors à son écoute et lui expliquera les éventuels effets d'une séance.

Pour bénéficier pleinement des effets du REIKI, il est recommandé d'effectuer 4 séances consécutives ou, à défaut, de manière très rapprochées.

Le REIKI ne se substitue en aucun cas à un traitement médical mais peut être pratiqué en complément.

