

Le Reiki est Kami, le Reiki est Bouddha.

Par Frans Stiene.

*« Le Reiki est *kami* et *Hotoke* (Bouddha), bien que je craigne que cette réponse ne suscite bien des malentendus, surtout chez vous, les Occidentaux. Je pense qu'il ne faut pas trop s'attacher aux mots, car ils deviennent souvent une pierre d'achoppement pour nous. »* – Takeda Hakusai Ajari

Dans les livrets **Shin-Shin Kaizen Usui Reiki Ryoho Kokai Denju Setsumeï** et **Usui Reiki Ryoho Hikkei** — deux ouvrages distribués par l'Usui Reiki Ryoho Gakkai — figure un entretien avec Mikao Usui. Sa réponse à l'une des questions offre une indication précieuse sur ses enseignements intérieurs :

- Q. L'Usui Reiki Ryoho ne sert-il qu'à guérir la maladie ?

- R. **Non.** *L'Usui Reiki Ryoho ne se limite pas à la guérison des maladies. Mais à l'amélioration des troubles mentaux, tels que l'angoisse, la faiblesse, la timidité, l'indécision, la nervosité et autres mauvaises habitudes ; peuvent être corrigés. Vous êtes alors en mesure de mener une vie heureuse et de guérir autrui avec l'esprit de *Kami* ou de *Hotoke* [Bouddha]. C'est là l'objectif principal. »*

Ainsi, l'objectif principal des enseignements de Mikao Usui est de réaliser que nous sommes **Kami**, que nous sommes Bouddha, ou, en d'autres termes, que nous sommes le Reiki.

« Ici, le terme "Bouddha" ne désigne pas un individu, mais plutôt le grand pilier d'énergie qui constitue le Tout. » — **Standing Again – Healing, Health, and Our Inner Light** (Se relever : guérison, santé et notre lumière intérieure), par **le maître zen Daehaeng**.

Bouddha = Reiki = Le grand pilier d'énergie qui constitue le Tout.

*« Le shintoïsme japonais ancien ne concevait pas l'univers comme une simple existence matérielle ; il percevait une noble puissance en toute chose, appelée "*Kami*". En d'autres termes, les Japonais ont traditionnellement ressenti l'existence de Dieu, de la Vie ou de l'Esprit divin en toutes choses. Et pour nous, le Bouddha et le *Kami* shintoïste ne font qu'un. »* –

Takeda Hakusai Ajari

*Lorsque nous réalisons que nous sommes *Kami* — Bouddha — Reiki, il n'y a plus rien à canaliser ; comment pourrions-nous nous canaliser nous-mêmes ? Nous sommes alors le Reiki qui émane de notre esprit dans toutes les directions, tout comme le soleil rayonne de lumière. Le soleil ne canalise absolument rien.*

« Tous les êtres humains ont le potentiel de devenir des Kami. »

— **L'Essence du shinto : le cœur spirituel du Japon**, de **Motohisa Yamakage**

Mikao Usui a également désigné les Kami au sein du premier symbole et du premier mantra. Le symbole lui-même signifie : aller vers les Kami — se souvenir de son être divin intérieur. Le mantra signifie « esprit direct », lequel est lié aux Kami. Nous devons réaliser, ici et maintenant, que nous sommes des Kami, le Soi divin.

« Le terme **chokurei** (直霊). **Choku** (直) signifie « direct » et **rei** (霊) signifie « esprit ». Le **chokurei** est la lumière émanant directement de Dieu pour former l'origine de l'humanité.

Chokurei pourrait être traduit par « Dieu dans le monde humain », « Esprit direct » ou « Soi divin ». Extrait du livre de **Masahisa Goi**, **Dieu et l'Homme : jalons pour la paix spirituelle et l'éveil**

Ainsi, Mikao Usui n'a pas seulement indiqué l'objet principal de ses enseignements dans ces livrets ; il l'a également fait à travers les symboles et les mantras. Mikao Usui a emprunté ces mantras et symboles à des enseignements spirituels japonais existants, tels que le shintoïsme, le bouddhisme Tendai, etc. ; ils ne sont donc pas propres aux seuls enseignements de Mikao Usui. Comme vous pouvez le constater, des enseignants tels que Masahisa Goi ont également utilisé le concept de **chokurei**.

« C'est là que j'ai rencontré mon propre esprit divin [**Choku Rei** 直霊]. » – Extrait du livre de **Masahisa Goi**, **Vivre comme le ciel bleu : 5 entretiens de Masahisa Goi**

Plus nous intériorisons ces symboles et ces mantras, plus nous redécouvrons que nous sommes « Kami – Bouddha – Reiki ».

*Le shintoïsme est la voie par laquelle nous cherchons à nous réaliser pleinement en tant qu'êtres humains, en acquérant les nobles caractéristiques des Kami. » – *L'Essence du shinto : le cœur spirituel du Japon*, de **Motohisa Yamakage** «*

Ainsi, les enseignements de Mikao Usui visent avant tout à réaliser que nous sommes des Kami, des êtres divins.

« Les Kami sont présents en toutes choses. » – **Motoori Norinaga**

Quelles sont ces nobles caractéristiques dont parlent le shintoïsme et le bouddhisme ? Ils représentent un état d'esprit exempt de colère et d'inquiétude, un état de gratitude, de fidélité à notre voie et à notre être, ainsi que de compassion envers nous-mêmes et les autres. En d'autres termes, l'objectif principal est l'incarnation des préceptes du Reiki.

« Les préceptes du Reiki sont, d'une certaine manière, identiques au Sutra du Lotus. Quelle est l'essence des préceptes et du Sutra du Lotus ? Qu'êtes-vous ? La conscience de soi en tant que bouddha. » – **Takeda Hakusai Ajari**

Si nous approfondissons les enseignements de Mikao Usui, nous y trouvons autant d'indications pointant vers notre moi divin : le fait que nous sommes Reiki, et que nous devons réaliser que nous sommes Kami – Bouddha.

« Hon Sha Ze Sho Nen (本者は正念) entretient un lien étroit avec la pensée Tendai Hongaku (天台本覚思) — l'état d'éveil originel, signifiant que nous sommes déjà bouddha. » – **Takeda Hakusai Ajari**

Nous voyons ici qu'un autre symbole ou mantra enseigné dans le système Reiki renvoie

également à la nature de bouddha.

« Usui Sensei n'avait pas de programme standard ; la durée de la formation dépendait de la progression spirituelle de chaque élève. On raconte qu'il dispensait des enseignements individuels, principalement axés sur l'attitude mentale juste nécessaire à l'avancement spirituel, en se fondant sur sa propre expérience. » – Hiroshi Doi

L'attitude mentale juste dont parle Hiroshi Doi...ce dont il est question, c'est de l'esprit du Kami – du Bouddha.

Penchons-nous sur une autre pratique importante des enseignements de Mikao Usui : la méditation **joshin kokyu ho**. **Jo** se traduit par « pur », sans tache ni impureté. **Shin** se traduit par « esprit ». **Kokyu** désigne l'acte d'inspirer et d'expirer, et **ho** signifie « méthode ». Ainsi, **joshin kokyu ho** désigne une méthode pour réaliser notre esprit pur grâce à la respiration.

Cela signifie qu'en pratiquant cette méditation, nous commençons à réaliser peu à peu que notre esprit est pur, tel celui du Kami ou du Bouddha, et que nous **sommes le Reiki**. Cet esprit pur correspond exactement aux préceptes du Reiki : un esprit exempt de colère et d'inquiétude, empli de gratitude, fidèle à notre voie et à notre être, et empreint de compassion envers nous-mêmes et envers autrui.

En fait, tous les enseignements et pratiques de Mikao Usui convergent sans cesse vers une même essence : être Kami, Bouddha, Reiki ; incarner les préceptes du Reiki.

*« Aux membres de notre association : gardez à l'esprit que plus votre vertu intérieure est élevée, plus votre énergie spirituelle gagne en puissance. » – Extrait du *Reiki Ryoho no Shiori* distribué par l'Usui Reiki Ryoho Gakkai.*

C'est pourquoi il est si important de se pencher sur les enseignements intérieurs de Mikao Usui. Sans cela, on pourrait croire que le système Reiki se résume à une simple méthode de guérison par apposition des mains ou à une pratique élémentaire favorisant une légère relaxation. Or, il s'agit en réalité d'un système complet, conçu pour nous aider à réaliser que nous sommes « Kami, Bouddha, Reiki ».

*« Enseignements et règles stricts de Maître Usui : l'une des règles les plus rigoureuses qu'il nous a transmises stipule que votre esprit, en tant que microcosme, doit toujours faire un avec la puissance spirituelle de l'univers tout entier. » – Extrait du *Reiki Ryoho no Shiori* distribué par l'Usui Reiki Ryoho Gakkai.*

Tous ces enseignements ancestraux présentent les vertus et la moralité comme des pratiques permettant de se souvenir de notre véritable nature — notre moi divin —, de réaliser que nous sommes Kami, Bouddha, ou quel que soit le nom que l'on donne à cette essence.

*« Lorsque le développement moral d'une personne atteint un niveau très élevé, elle entre en connexion avec le ciel et la terre, accédant ainsi à une forme d'énergie extraordinairement abondante. Quiconque parvient à cet état de culture morale entrevoit également sa véritable nature. » – *L'Alchimie interne taoïste* de Huang Yuanji et Ge Guolong*

Mikao Usui fait souvent référence à l'esprit des *Kami* dans ses enseignements. Voici quelques enseignements sur les *Kami* tirés de l'ouvrage *

-Le Chant du Zazen de Hakuin par Yamada Mumon Roshi. Pouvons-nous pratiquer le système Reiki de cette manière ?*

« Le mot *kami* dérive de *kagami*, qui signifie "miroir". »

« Un miroir ne recèle ni ruse ni artifice. Il est dépourvu de pensée propre et totalement impartial. Si une fleur se présente devant lui, c'est une fleur qui s'y reflète ; si c'est un oiseau, c'est un oiseau ; dans les deux cas, ils apparaissent exactement tels qu'ils sont. Un miroir reflète tout ce qui se présente à lui sans la moindre discrimination ; et lorsque ces choses s'éloignent, les images disparaissent sans laisser de trace, et le miroir retrouve son état de vacuité ou de non-esprit. Cet esprit semblable à un miroir — immaculément pur, libre et sans entrave — est appelé *kami*. On l'appelle aussi Bouddha. »

« Devant un miroir, riches et pauvres, puissants et humbles, hommes et femmes, jeunes et vieux sont tous parfaitement égaux. »

« Un esprit pur et immaculé, exempt de tout artifice, impartial et dénué d'ego tel un miroir : voilà le sens de *kami*, et aussi celui de Bouddha. »

-« Le véritable soi est aussi pur et immaculé, aussi dénué d'ego et impartial qu'un miroir ; c'est un état d'esprit où le soi et l'autre ne font qu'un. »

-« Un esprit pur et immaculé, exempt de tout artifice, impartial et dénué d'ego tel un miroir : voilà le sens de *kami*, et aussi celui de Bouddha. »

-« Le véritable soi est aussi pur et immaculé, aussi dénué d'ego et impartial qu'un miroir ; c'est un état d'esprit où le soi et l'autre ne font qu'un. » -

-« On dit que l'esprit des *kami* shintoïstes est aussi pur et immaculé qu'un miroir, parfaitement impartial et dénué d'ego ; un esprit qui a pénétré l'infini. Dans le bouddhisme, on appelle cela la « Grande Sagesse du Miroir Parfait » (*Daien-kyōchi*). Le miroir constitue le symbole par excellence des *kami* shintoïstes et de l'esprit de bouddha.

Dans les sanctuaires shinto, un miroir est généralement disposé devant l'autel. »

-« Un miroir est placé devant le *kami* sur l'autel sacré d'un sanctuaire shinto ; il représente l'esprit immaculé du *kami*, impartial et dénué d'ego, à l'image d'un miroir. Comme nous l'avons vu précédemment, le bouddhisme nomme cet esprit *Daien-kyōchi* — la Grande Sagesse du Miroir Parfait —, qui est la sagesse originelle ou primordiale du bouddha ainsi que notre propre nature essentielle.

Or, ce que nous découvrons finalement en sondant les profondeurs de notre être, c'est la conscience elle-même, la vie elle-même, la vérité absolue elle-même ; une réalité qui, seule entre toutes, ne peut être objectivée. Nous lui donnons également le nom de *Dharma*. »

-« Que leur esprit, leur nature fondamentale (qu'il désignait aussi comme « l'esprit pur de la nature propre »), est semblable à un miroir. Rien, absolument rien, ne réside dans le miroir ; c'est précisément pour cette raison qu'il reflète toutes choses. Toute personne ou tout objet se présentant devant lui s'y reflète ; et lorsque la personne ou l'objet n'est plus là, le reflet disparaît.