

LA SIGNIFICATION PROFONDE DU REIKI PAR L'APPOSITION DES MAINS,

Selon Frans Stiene.

Mikao Usui enseignait l'apposition des mains sur soi-même comme un moyen d'adoucir la notion de « je », « moi », « mien ». Plus nous adoucissons cette notion, plus nous révélons notre lumière intérieure, notre essence même de Reiki.

On dit souvent : « Je me donne du Reiki. » Mais ce n'est pas toute la vérité ; lorsque nous nous donnons du Reiki, nous le recevons aussi. À un niveau plus profond, nous sommes à la fois celui qui donne et celui qui reçoit, et ce processus contribue à adoucir la notion de « je », « moi », « mien ».

« La double sensation, par l'intuition de l'identité entre ce qui touche et ce qui est touché, relie le corps sujet au corps objet... et les amène à une interfusion. » ~ Seishin to shite no shintai – Le Corps comme Esprit, par Ichikawa Hiroshi (philosophe japonais, 1930-2009).

Autrement dit, nous touchons et sommes touchés. Cette double sensation, à son tour, contribue à estomper la distinction sujet/objet. Et quand tout s'effondre, que reste-t-il ? La conscience non duelle, la conscience d'être Reiki. Pourquoi cela fait-il disparaître la distinction entre sujet et objet ? Parce que nous ne percevons généralement les choses que d'un seul point de vue, jamais des deux.

C'est un paradoxe. La plupart du temps, nous disons simplement : « Je me donne du Reiki » ou « Je me touche ». Mais ce n'est pas toute la vérité ; nous recevons et sommes touchés simultanément. C'est également vrai lorsque nous touchons quelqu'un ou quelque chose ; faites-en l'expérience. On pourrait dire : « Frans touche la chaise », mais en même temps, c'est la chaise qui touche Frans. Lorsque nous pratiquons le Reiki par apposition des mains, nous touchons l'autre et, simultanément, il nous touche – une double sensation, la fusion du sujet et de l'objet. Mais si nous ne le remarquons pas, ou si nous continuons à le percevoir d'une seule manière, nous ne redécouvrirons jamais les dimensions plus profondes du Reiki par apposition des mains que Mikao Usui soulignait.

« Bien que je me touche moi-même, moi qui suis [aussi] touché, ce dédoublement des sensations s'intériorise davantage pour me permettre de me découvrir moi-même, qui prend conscience du toucher, ce qui m'invite à purifier la pensée « Je touche ». » ~ Seishin to shite no shintai – Le Corps comme Esprit par Ichikawa Hiroshi.

Plus nous purifions le je, le moi, le mien, plus nous mettons à nu notre nature originelle. Mikao Usui l'a très clairement souligné avec l'inclusion du symbole/mantra hon sha ze sho nen, qui se traduit par « **ma nature originelle est l'esprit juste** ». Qu'est-ce que cet esprit juste ? Notre esprit non duel.

Et que se passe-t-il lorsque la distinction sujet/objet s'effondre ? Nous réalisons profondément que nous sommes l'univers et que l'univers est nous. Et qu'advient-il alors de votre énergie ? Elle circule comme jamais auparavant, car vous êtes pleinement ouvert, sans commencement ni fin, une énergie et un flux illimités.

« Chacun possède de façon innée [littéralement, « comme un don du Ciel » (ten'yo)] suffisamment de Reiki ou d'énergie (katsuryoku). »

Cependant, nous sommes tout simplement incapables de le réaliser ou de l'utiliser. » - Tomabechi Gizō (1880-1959) était l'un des vingt élèves shihan (maîtres) formés par Usui Mikao. Il a étudié auprès d'Usui-sensei de 1923 à 1926. Élève direct de Mikao Usui, Tomabechi Gizō affirmait également que nous possédons instinctivement suffisamment de Reiki, mais que nous n'en avons pas conscience. Cependant, plus nous adoucissons le « je », le « moi », le « mien », plus nous prenons conscience de ce que nous possédons déjà. Mikao Usui l'a également souligné à travers la pratique méditative du **seishin toitsu**, où l'on joint les mains en gassho.

« Dans de nombreuses religions, la raison pour laquelle on ferme les yeux et que l'on joint les mains [gassho] en priant est que l'on tente d'atteindre, par son activité, un certain état de pureté, sans fissure entre activité et passivité, entre intériorité et extériorité, et entre sujet et objet. » ~ Seishin to shite noshintai – Le Corps comme L'Esprit par Ichikawa Hiroshi.

Ainsi, nous constatons que l'effondrement du « je », du « moi », du « mien » est au cœur des enseignements de Mikao Usui et constitue le sens profond de la guérison par apposition des mains.

« Pratiquer le gassho, c'est couler comme l'eau. Quand vous pratiquez le gassho, gassho tout simplement. Au sein même du « gassho », il n'y a ni sujet ni objet. » – Garde-moi un instant dans ton cœur : Le Zen envoûtant de Dainin Katagiri par Dosho Port.

Bien sûr, nous retrouvons cette même idée dans les préceptes du Reiki. Quand il n'y a plus de « je », de « moi », de « mien », il n'y a plus automatiquement de colère ni d'inquiétude. Quand il n'y a plus de colère ni d'inquiétude, il ne reste plus que la gratitude, la fidélité à notre nature profonde et à notre être, et nous avons mis à nu notre compassion innée, la véritable compassion qui ne change pas au gré des circonstances.

« Pour atteindre l'objectif du gassho, il faut toujours – et pas seulement pendant la pratique – maintenir cette puissance gassho du cœur et de l'esprit. » En d'autres termes, le gassho est pratiqué pour obtenir un certain bienfait, et son but n'est pleinement atteint que lorsqu'on maintient constamment cette énergie du cœur et de l'esprit, vingt-quatre heures sur vingt-quatre. » – Reiki et l'art bienveillant de la guérison par Tomita Kaiji (publié en 1933).

Ainsi, pour bénéficier pleinement des bienfaits de notre pratique et non pas seulement de façon éphémère, nous devons maintenir... Dans cet état de conscience non duelle, 24 heures sur 24. Comme nous le rappellent les préceptes, aujourd'hui. Bien sûr, ce n'est pas toujours facile et cela prend du temps. C'est pourquoi nous pratiquons, afin que, par une pratique et une attention constante, nous puissions maintenir notre conscience non duelle, en permanence. Aujourd'hui, à chaque instant, dans tout ce que nous faisons. Et le soin par apposition des mains, pratiqué correctement, nous y aidera.

« Usui sensei lui-même expliquait que le point de départ du Reiki Usui Ryoho était le concept selon lequel les êtres humains naissent originellement sains et heureux. Le microcosme doit entrer en résonance avec le macrocosme pour que nous retrouvions notre état de santé initial. La capacité de guérir par l'apposition des mains est rendue possible lorsqu'elles entrent en

résonance. L'état ultime d'Anshin Ritsumei est également atteint lorsque ces niveaux sont en résonance. Je souhaite transmettre le chemin vers l'Anshin Ritsumei par le biais du soin par apposition des mains, comme une porte accessible à tous. » - Gendai Reiki Ho - L'esprit d'Usui Sensei et la vérité du Reiki traditionnel par Hiroshi Doi traduit par Rika Saruhashi.