

## L'ESSENCE DU REIKI.

Dans le livret Reiki Ryoho no Shiori, distribué par l'Usui Reiki Ryoho Gakkai au Japon, on trouve une section intitulée « Enseignements rigoureux de Mikao Usui ».

Cette section renferme un magnifique poème qui résume l'enseignement de Mikao Usui :  
**« Kumo wa harete nochino hikari to omounayo Motoyori sorani ariake no tsuki »**

(« Ne croyez pas que la lumière n'apparaît qu'après la dissipation des nuages [confusion, pensées, ego].

La lumière de la lune [Grande Lumière Brillante – car nous sommes Reiki] brille dans le ciel depuis toujours. »).

Ce poème explique le système du Reiki d'une manière à la fois simple et profonde. Et comme le souligne le livret, il s'agit des enseignements rigoureux de Mikao Usui. Tout d'abord, dans les enseignements traditionnels japonais, la lune symbolise notre essence, notre véritable nature, notre nature originelle, notre nature de Bouddha, la réalité au-delà de notre ego et de nos pensées, et l'Être Reiki.

La lumière de notre essence brille depuis toujours. Souvent, nous pensons devoir nous enrichir en énergie, en lumière ou en Reiki car nous en manquerions. Mais il ne s'agit là que de pensées confuses, de nuages, de notre ego. En réalité, notre énergie, notre lumière ou notre Reiki rayonne toujours. On ne peut ni ajouter de lumière à la lune, ni lui en enlever, tout comme on ne peut ajouter de lumière au soleil, ni lui en enlever.

Mikao Usui souligne ainsi que le système Reiki tout entier repose sur la prise de conscience de notre pureté et de notre plénitude intrinsèques, à l'image de la lune ou du soleil.

Toutes les pratiques du Reiki consistent à se libérer des nuages de la confusion, de nos pensées confuses, de notre ego. En lâchant prise, nous prenons conscience de notre pureté originelle, ici et maintenant.

Que notre lumière brille aujourd'hui, dans toute sa pureté. « Son essence est la recherche de l'harmonie du corps et de l'esprit. Lorsqu'on pratique le seiza, l'oubli du « soi » est primordial.

En matière de développement personnel, il faut se défaire de toute pensée » – Reiki et l'art bienveillant de la guérison, Tomita Kaij, 1933.

Lorsque nous oublions le « soi », les nuages, nos pensées confuses, nous commençons à comprendre que nous avons toujours été Reiki. Il n'y a pas de moment où nous commençons à « être Reiki ». « Tout dans l'univers contient du Reiki » –

Mikao Usui, dans le livret Kokai Denju Setsumei (dont le premier exemplaire daterait de 1922). Nous avons toujours été l'univers à 1000 %, depuis le tout début. Ainsi, nous ne pouvons pas dire que notre pratique nous ajoute de l'énergie universelle. Si tel était le cas, nous serions d'abord 45 % de l'univers, puis nous pratiquerions. Et soudain, nous deviendrions... !!

par Frans Stiene.

Traduction Edith Gauthier