

Reiki To Jinjutsu

Tomita Ryu Teate Ryoho



Voici un extrait d'un livre publié au Japon par Kaji Tomita, un des élèves d'Usui Sensei, qui étudia le Reiki dans les années 1925/1926. A la mort d'Usui, il créa sa propre branche, la Tomita Ryu Téaté Ryoho, ou Tomita Téaté Ryoho Kai (Association Tomita de guérison par les mains). Cette école comportait 4 degrés : Shoden, Chuden, Okuden et Kaiden. La formation des trois premiers degrés s'étalait sur 5 jours, et celle de Kaiden (niveau enseignant), sur 15 jours.

Kaji Tomita était reconnu comme un guérisseur fameux. Le titre de son livre, publié en 1933, s'appelait « Reiki To Jinjutsu - Tomita Ryu Teate Ryoho », que l'on peut traduire par « Le Reiki et l'action humanitaire - École Tomita de méthode de guérison par l'apposition des mains ».

Ce livre a été republié au Japon en 1999 avec l'aide de Toshitaka Mochizuki.

Cette traduction est offerte gracieusement et dédiée à tous les praticiens Reiki Francophones. Vous pouvez la partager librement à la condition de ne pas modifier la mise en page de ce document et d'en indiquer la source. Merci par avance 🙏

Reiki To Jinjutsu



Kaji Tomita

Historique :

Cette façon de soigner est simple, on s'en sert de façon naturelle et sans avoir besoin d'apprendre. Le réflexe de poser la main est naturel et ainsi, la douleur est apaisée ainsi que le cœur. C'est dans la nature, on le fait sans s'en rendre compte. Mais il faut du temps. Pendant la fin du règne Meiji au Japon, pendant vingt ans, cette façon de soigner était très utilisée.

Le but était de soigner les maladies, mais les résultats n'étant pas très spectaculaires, c'est tombé progressivement dans l'oubli.

Usui sensei a mis en place le Reiki en le mettant en évidence alors qu'auparavant c'était plus empirique. Cette méthode a donc été très forte par la suite, mais pour la faire reconnaître dans le monde, c'était très difficile. C'est comme si on laissait pourrir un trésor. Mais si on sait s'en servir, tout le monde peut le faire, même les personnes ordinaires peuvent le faire. C'est un trésor pour les êtres vivants.

Par la suite, en étudiant profondément, on pourra l'expliquer par la science.

La racine de cette forme de soins est depuis toujours en relation avec le REI, l'âme, et l'inconscient.

Mais cette vérité peut être expliquée consciemment et, pour la mettre en évidence consciemment, on peut se rendre compte qu'il y a cinq principes fondamentaux à comprendre pour soigner avec la main.

Cinq principes :

1 - Tous les animaux ont naturellement l'instinct de se soigner, c'est-à-dire qu'ils possèdent le Reiki.

2 - Dans la nature, le Reiki sort par la main des êtres humains.

3 - Quand on place la main sur un endroit précis, il y a une action de guérison.

4 - N'importe quelle maladie peut être guérie inconditionnellement et de façon totale.

5 - Cette action n'est pas en rapport avec le mental ou l'intelligence des gens.

Donc, cette méthode étant totalement naturelle, elle ne peut pas être expliquée avec les moyens actuels de la science.

Le premier principe de cette méthode est d'avancer avec comme but le bonheur et la réalisation du monde entier.

Il ne faut pas trop s'occuper de la théorie, ni rechercher le pouvoir, mais simplement se laisser guider par le Reiki.

Tout le monde peut donc le faire, il n'y a personne qui ne puisse pas.

Rei Ryoho

Comment acquérir le pouvoir de soigner ? Comment faut-il faire pour soigner avec le REI ? La santé n'a pas de prix et c'est le problème le plus important, la plus grande préoccupation. C'est pourquoi, traditionnellement, les gens priaient Dieu matin et soir pour la bonne santé de la famille, en mettant naturellement les mains jointes. C'est la position du cœur pur.

Inconsciemment, combien d'êtres humains, sans s'en rendre compte ont apportaient du réconfort dans leur vie en faisant cela ? Ce n'est pas parce qu'ils prient Dieu, mais parce qu'en priant, ils pacifient leur cœur et qu'ils placent leur esprit dans une position juste.

La racine de cette méthode de guérison est là. Bien sûr, il y a beaucoup de manières, mais les moyens d'action de cette méthode, c'est la purification du cœur et la position des mains jointes (gassho).

I - TÉ ATÉ RYOHO (Méthode d'imposition des mains)

Si on n'a pas beaucoup de moyens, mais que l'on a du temps, on peut transformer ce temps en argent, en soignant autour de soi, sa famille et soi-même, les médicaments et le médecin coûtant cher pour chacun et la société en général. Tout le monde a donc intérêt à pratiquer TÉ ATÉ RYOHO.

Au début de notre pratique, il ne faut surtout pas se compliquer la tête mais apprendre juste cette méthode pour la bonne santé et aussi pour moins dépenser pour celle-ci.

Il faut commencer par les bases, puis on apprend de plus en plus de choses, mais bien sûr, on ne devient pas médecin pour autant.

II - REI SHUY NO JUNJO (Méthode de travail, de développement du REI)

Comme on l'a dit auparavant, nous sommes nés avec cette méthode. La première chose, c'est de faire sortir la force (HATSUREI = la force qui sort). Ensuite, on place la main par laquelle sort le REI, sur la partie malade. Pour que cette force sorte par la main, il faut faire un travail méthodique de cinq jours consécutifs. Mais plus on va le faire et plus la force va se développer. Autrefois, les bonzes qui soignaient pouvaient guérir très rapidement, mais en aucun cas ils n'y sont arrivés en un jour. C'est le fruit d'un travail sur de nombreuses années.

En travaillant beaucoup, tout le monde peut acquérir cette force. Maintenant je vais vous montrer comment travailler.

III - SYUTOKO NO SHIKATA (La façon de maîtriser pour parvenir au résultat)

1 - SEIZA : (A genoux assis sur les talons)



Apporter le calme dans le corps, trouver un endroit tranquille, ou bien pratiquer le soir.

Trois recommandations :

- a) Surtout, ne pas maintenir de pression au niveau du tanden et avoir les genoux légèrement ouverts.
- b) La colonne vertébrale doit être bien droite, mais sans forcer.
- c) Les yeux sont fermés.

2 - GASSHO (Mains jointes)

Après avoir fait SEIZA, on fait gassho.

Le but de gassho, c'est la manière par laquelle la force du cœur, c'est-à-dire le REIKI, parvient à la main et se concentre dans la main.

Il ne faut surtout pas contracter les épaules. Les épaules doivent avoir la sensation de tomber légèrement, les coudes collent contre le corps comme s'ils soutenaient les mains jointes. Les cinq doigts sont collés les uns contre les autres, comme s'il y avait du coton entre les mains.



3 - JOSHIN HO (Méthode de purification de l'esprit)

Après avoir fait SEIZA et GASSHO, on purifie l'esprit en chantant des Wakas (poèmes) venus du grand cœur de l'Empereur Meiji, en les faisant résonner dans notre propre cœur :



Le Ciel

Vert-clair et limpide
Est le grand ciel.
Je voudrais
Moi aussi
Posséder un tel esprit.

L'esprit

Quoiqu'il arrive
Dans chaque situation
Mon désir est que,
Dans toutes ses dimensions,
L'esprit demeure sans limite

4 - HATSUREI-HO (Méthode pour émaner le REI)

Après avoir pratiqué SEIZA, GASSHO et JOSHIN-HO, le cœur et le corps se purifient.

En conservant les bases de cette sensation et en continuant à pratiquer SEIZA, le cœur se purifie naturellement, toujours plus, et l'on ressent progressivement la chaleur dans les mains lorsqu'on est en position GASSHO. On appelle cela REI NETSU (chaleur de REI) et plus on a la paix et l'harmonie dans le corps, plus on ressent le courant énergétique (picotements, fourmillements).

Cette chaleur, ces picotements, on appelle cela REI HA, c'est cela la manifestation du REIKI qui irradie, qui sort.

Au début, cette sensation est très légère, puis à force de pratiquer SEIZA, elle devient de plus en plus forte.

Plus il y a d'harmonie dans le corps et le cœur, plus on est capable de capter cette sensation. Par contre, moins il y a d'harmonie et moins on la capte.

Le SEIZA est une façon d'acquiescer l'harmonie du corps et du cœur, on devrait donc mettre le cœur au niveau du Tanden, le centre de gravité du corps. De plus, il faut rechercher la concentration pour éliminer les pensées parasites (recherche de la force et de l'harmonie).

La force de l'harmonie du corps devenant stable, la force de HATSUREI augmente en pratiquant GASSHO. Le maintien du corps et du cœur stable c'est le travail de SEIZA.

Une séance de SEIZA dure environ une heure, mais, au début, on peut faire beaucoup moins et augmenter petit à petit.

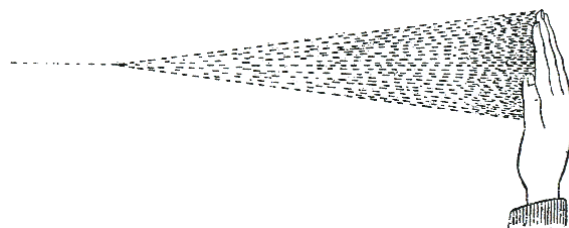
Lorsqu'on commence ce travail (SHUYO de SEIZA), il faut le faire cinq ou sept jours de suite.

Comment procéder pendant ces cinq jours :

1^{er} jour : SEIZA pendant 30 minutes. Mais, si on peut faire une heure, c'est bien. Cette phase comprend SEIZA, GASSHO et JOSHIN-HO. Ensuite, lorsqu'on a fait cela, quelques respirations profondes facilitent l'accès à l'harmonisation du corps et du cœur. À la fin de cette première journée, on peut arriver à ressentir le REI NETSU (chaleur de REI) dans les mains.

2^{ème} jour : SEIZA de 30 à 40 minutes.
En chantant les Wakas (poèmes) de Meiji Tenno, on re-commence la pratique de SEIZA, en retrouvant la sensation connue le premier jour. À la fin, la chaleur du REI augmente et l'on peut avoir les sensations énergétiques (fourmillements, etc.).

3^{ème} jour : SEIZA pendant 40 minutes.
La sensation du REI NETSU arrive plus vite et REI HA devient de plus en plus fort. À la fin de SEIZA, en conservant bien la sensation de SEIZA, on écarte les mains et l'on ressent REI NETSU et REI HA. Puis on rapproche doucement les mains. On peut avoir, à ce moment-là, la sensation que les mains sont aspirées l'une vers l'autre.



4^{ème} jour : 40 à 50 minutes de SEIZA.

La sensation de la veille vient plus rapidement, la main perçoit donc les sensations plus rapidement (HATSUREI). Après une vingtaine de minutes, on place les deux mains sur les cuisses, les doigts accrochées, et l'on obtient la même sensation HATSUREI qu'avec GASSHO.



La main gauche est paume vers le haut et la main droite avec la paume vers le bas, les doigts des mains recourbés permettant ainsi aux deux mains de s'accrocher, comme pour se réchauffer les bouts de doigt.

Après 10 minutes, on revient à nouveau en position de GASSHO. À ce moment- là, on aura une grande stabilisation du HATSUREI (du REI qui s'émane).

Après 10 nouvelles minutes, on place la main gauche en position verticale, doigts vers le haut, la main droite regardant à 90° en direction de la main gauche.



À ce moment- là, on aura une sensation de vent frais sur un point de la main gauche. Si on modifie un peu la direction, la sensation peut changer. Cet exercice permet de mieux capter la sensation de HATSUREI et de REI KAN (sensation de REI dans tout le corps).

Puis on revient en position de GASSHO en chantant mentalement un WAKA.

5^{ème} jour : 1 heure de SEIZA.

Même procédure de SEIZA que les autres jours en chantant les WAKA pendant 20 minutes. Après 20 minutes, REI NETSU et REI HA viennent, on répète ensuite les deux positions de la veille 10 minutes chacune, et on revient ensuite en position GASSHO (20 minutes) avec stabilisation du HATSUREI. À ce moment-là, on met la main droite sur l'épaule douloureuse de quelqu'un, la main gauche étant sur le genou (15 minutes). La personne qui souffre aura la sensation de légèreté, et dans la main droite, on aura des sensations comme des fourmillements (on appelle cela BYOKAN). Si on n'a pas ces sensations avec la main gauche, ressentir intérieurement la différence entre les 2 mains. Quand on arrive à faire cela, pour le 1^{er} degré, c'est très bien.



IV - HATSUREI HO KAISETSU (Explication de Hasurei Ho)

1 - Signification de SEIZA :

Le but est d'apaiser le corps et d'éveiller l'esprit. Pour atteindre l'harmonie du corps et du cœur, le plus important pour SEIZA, c'est l'oubli de soi, mettre l'ego de côté, les différences sociales, etc. On pousse l'esprit à renaître (s'éveiller) en oubliant tout cela.

En commençant SEIZA, il y a beaucoup de pensées qui passent. C'est tout à fait normal.

On peut, bien sûr, en priant selon sa croyance, se débarrasser de toutes ces pensées, mais il y a une autre façon :

TANDEN, ça veut dire KOKORO, le cœur-esprit ou cœur-conscience,
Le centre de GASSHO,
Le nez.

Il faut placer ces trois points sur une même ligne et, pendant la pratique du SEIZA, on va goûter la relation secrète du TANDEN et de GASSHO. C'est-à-dire qu'on rassemble les forces de son cœur dans cette sensation de Hatsurei et l'on prend conscience de cette situation d'harmonie totale du REIKI qui s'exprime par son émanation à l'extrémité des doigts.

Pour progresser et acquérir de l'efficacité, il faut le pratiquer le plus souvent possible. Tout le monde peut pratiquer (SHUYO = faire des efforts constants pour cultiver son esprit).

2 - Signification de GASSHO :

En essence, il n'y a pas de signification plus profonde que GASSHO.

Le but du GASSHO est de diminuer l'activité attachée à nos cinq sens et de trouver l'émanation du REI en provenance du cœur. C'est pour cela qu'il ne faut pas forcer la pratique mais, au contraire, maintenir le cœur et le corps en paix, ouverts et illimités comme la nature, trouver le lâcher prise.

La pratique du GASSHO nous amène à rassembler les côtés droit et gauche du corps. Il y a souvent, dans le corps humain, des maladies comme l'hémiplégie qui atteignent une moitié du corps.

En faisant GASSHO, il y a une signification profonde de rassemblement. GASSHO, c'est naturellement une façon d'harmoniser le corps. En travaillant beaucoup (SHUYO) - (SHUYO = travail de l'esprit), on parvient forcément à la véritable pureté du cœur (force). Cette qualité du cœur (fermeté) nous en avons besoin non seulement pour la pratique du REIKI, mais aussi en toutes circonstances. Avec un grand cœur, devant un problème impromptu, on aura la force d'y faire face sans s'affoler. C'est cette force du cœur qui, petit à petit, se développe par la pratique du GASSHO. C'est cela le REI NETSU (chaleur du REI) et le REI HA (vague du REI).

Atteindre le but du GASSHO, ce n'est pas simplement réservé à la pratique du GASSHO, mais c'est 24/24 h que nous devons atteindre cet état de cœur.

GASSHO est un moyen pour travailler l'esprit, ce n'est pas simplement un geste, mais c'est l'état du cœur. Par exemple, lorsqu'il faut soigner de façon rapide, on n'a pas le temps de faire GASSHO, c'est pourquoi l'état de cœur de GASSHO doit régner en permanence.

La sensation du GASSHO et la sensation lorsqu'on soigne sont la même sensation. Donc, il faut bien graver dans le cœur cette sensation.

Même si on ne possède pas une sensation exacte de l'endroit où le patient a mal, à partir du moment où l'on pose la main, le processus de soin commence.

3 - Qu'est-ce que HATSUREI HO ?

C'est un travail de l'esprit pour que le REIKI sorte de la main. Donc, dans notre méthode, le seul travail à faire, c'est de chercher le moyen de faire émaner le REIKI.

Le REIKI, par rapport à la maladie et au soignant, devient réellement la force du diagnostic, et au moment de soigner, il devient réellement le médicament.

4 - Signification du TANDEN :

Depuis toujours, dans la pratique du SHUYO (travail de l'esprit), ce principe est placé au niveau du TANDEN. Dans cette méthode, il faut toujours placer le cœur au niveau du TANDEN.

Le TANDEN est le pivot, le centre du travail sur l'esprit. Sa signification exacte est difficile à définir par la théorie. Pourtant, pour apprendre parfaitement cette méthode, il faut bien comprendre le travail du TANDEN.

On pourrait comparer, par sa fonction et son emplacement, le TANDEN aux reins, ceux-ci se situant en regard du TANDEN. Les reins sont un organe fondamental dans la purification du sang. Le TANDEN est, lui, l'endroit fondamental de purification de l'esprit. En ayant ce regard, on peut mieux comprendre la signification du TANDEN.

Par exemple, pour apprendre, pratiquer dans les arts martiaux ou autre, si le TANDEN est vide, on arrive à rien. Le TANDEN complet, on peut arriver à tout.

Dans cette méthode, toutes les forces du cœur et du corps qui se concentrent sur les mains et les doigts viennent du TANDEN. Il est donc très important de fortifier le TANDEN.

Pour fortifier le TANDEN, il y a de nombreuses façons, mais la plus fondamentale c'est d'éprouver en premier du respect pour la nature.

Toutes les méthodes qui font trop appel à la réflexion et à des artifices ne sont pas souhaitables parce qu'on est dans le vouloir, on force, donc, il y a des inconvénients.

Par conséquent, le vrai TANDEN SHUYO (travail de l'esprit au niveau du TANDEN) est basé sur le respect de la nature acquis naturellement et conservé en permanence en soi. TANDEN SHUYO est basé sur le fonctionnement de la nature.

V - APPROCHE DE LA MALADIE et comment "diagnostiquer", "comprendre" :

1 - Diagnostic de base :

Il faut d'abord savoir d'où vient la maladie. Quand on est malade, on ne sait pas

pourquoi et l'on est obligé de demander à quelqu'un. Et les docteurs, très souvent, se trompent aussi, et cela est assez normal parce que ce sont des êtres humains.

Cette méthode est une coopération entre le diagnostiqueur et le diagnostiqué, c'est un échange naturel, c'est le travail du REIKI.

BYOKAN : C'est la sensation qu'éprouve le soignant en posant sa main sur le malade. À ce moment-là, en touchant, le praticien a une sensation spéciale qui lui indique la zone à traiter.

Tous les êtres vivants sont dotés de cette faculté de l'énergie REI qui émane d'eux. C'est sur cette faculté que repose la possibilité de ressentir les zones en disharmonie.

2 - Qu'est-ce que BYOKAN ?

La main d'où émane l'énergie se place sur une personne et, à ce moment-là, on construit une relation du corps et du cœur. Une sensation étrange peut survenir, c'est ce qu'on appelle BYOKAN, c'est-à-dire que la main qui vient d'être posée, vient aussi de cerner le problème (le manque). La personne malade, en fait, manque de REIKI à cet endroit, elle capte donc le REIKI transmis par l'autre personne. C'est cela la sensation de BYOKAN ressentie par le soignant.

REI SHU (la main qui transmet le REI) : la bonne santé qui vient au contact de la maladie, c'est là la base du diagnostic.

Fin de la traduction Française partielle de ce livre.



(法療治の胃 圖十三第)

Un immense merci à Masaé Kawai-Sudre pour la traduction du Japonais en Français

Traduction française © Universal Copyright octobre 2019, Patrice Gros (www.reikido-france.com)