

SOMMAIRE

Introduction :

- Histoire du Reiki et de son fondateur Usui Sensei (références de bas de page : wikipedia.org)
- Historique de Kurama-Yama
- Traduction de la stèle commémorative d'Usui sensei
- Le Temple Saihō-ji
- De Chujiro Hayashi à Mme Takata
- Un article de presse de 1986 sur le Reiki
- Instructions pour le public par le fondateur de l'Usui Reiki Ryoho
- Approche du Reiki Ho

Le soin de Reiki pour soi

- Les positions de base pour le traitement
- Chiryō : Traitement

Les pratiques de purification (misogi) et d'élévation de la conscience

- Mokunen : Méthode pour focaliser l'esprit sur un point
- Kenyoku ho : Méthode de clarification et de renforcement de l'énergie interne
- Reiki syana no gi ho : Méthode pour purifier le corps énergétique
- Seichin toitsu : Méthode de respiration pour unifier l'esprit.

Les suites des séances de Reiki et des initiations

Ryoho Shishon

- La méthode de guérison selon l'Usui Hikkei
- Les techniques de guérison du Dr Hayashi
- La méthode de soin de Mme Takata

Gassho meiso : Méditation de l'apaisement mental

Les Cinq Grands Gokai (principes) du Reiki Ryoho

Gyosei, poèmes waka de Meiji Tenno

ANNEXE

Le corps humain (Anatomie et physiologie)

Aperçu de la théorie des méridiens

Les points d'énergies

Les centres d'énergies

Les glandes endocrines et les centres d'énergie

Quelques repères dans l'histoire du Japon

Le Shinto

Bouddhisme : Les origines et les concepts fondamentaux

Le christianisme au Japon

Corinne Bouty
171, rue Manon Cormier
33 000 Bordeaux
Tel. 05 56 90 07 16 – Gsm. 06 87 02 06 28

Email : info@usuireikido.com
Site Internet : www.usuireikido.com

N° Siret 328 645 395 00034