

# REIKI RYOHOU HIKKEI

## PREMIÈRE ÉDITION

改善身  
白井靈氣療法學會

靈氣療法必携

# **REIKI RYOHO HIKKEI**

**LE MANUEL DE LA MÉTHODE THÉRAPEUTIQUE DU REIKI**

**SHINSHIN KAIZEN USUI REIKI RYOHO GAKKAI**

**ASSOCIATION DE LA MÉTHODE THÉRAPEUTIQUE DU REIKI  
USUI POUR L'AMELIORATION DE L'ESPRIT ET DU CORPS**

## **SOMMAIRE**

- 1- **Usui Reiki Ryoho Kyogi** - Principes de la méthode thérapeutique du Reiki Usui
- 2 - **Kokai Denju Setsumei** - Explication de l'enseignement pour le public
- 3 - **Ryoho Shishin** - Guide pour la méthode de soin du corps et de l'esprit
- 4 - **Meiji Tenno Gyosei** - Poèmes de l'Empereur Meiji

*Note: la quatrième partie est encore en cours de traduction. Elle est mise à jour régulièrement.*

## **USUI REIKI RYOH KYOGI - PRINCIPES DE LA METHODE THERAPEUTIQUE DU REIKI USUI**

L'art secret d'inviter le bonheur grâce à de nombreuses bénédictions Le médicament spirituel de nombreuses maladies

Juste aujourd'hui :

Ne pas se mettre en colère

Ne pas s'inquiéter

Être rempli de gratitude Accomplir son devoir avec diligence Être bienveillant envers autrui

Chaque matin et chaque soir, les mains jointes, dans une entière attention, psalmodie ces paroles

La méthode de Reiki Usui

Pour l'amélioration de l'esprit et du corps

Le fondateur,

Usui Mikao

## **KOTAI DENJU SETSUMEI - EXPLICATION DE L'ENSEIGNEMENT POUR LE PUBLIC**, par le fondateur : Mikao Usui

Depuis les temps immémoriaux, il est arrivé souvent qu'un individu, qui avait découvert une loi originale secrète, l'ait conservée pour lui-même ou l'ait partagée seulement avec ses descendants.

Ce secret était ensuite utilisé comme une sécurité matérielle pour ses descendants. Le secret n'était pas transmis aux personnes extérieures. Quoi qu'il en soit, c'est une ancienne coutume issue du siècle dernier.

Dans des temps comme ceux-ci, le bonheur de l'humanité est basé sur le travail en communauté et le désir d'un progrès social. C'est pourquoi je ne permettrai à qui que ce soit de posséder le Reiki juste pour lui-même !

Ma thérapie du Reiki (Reiki Ryoho) est quelque chose d'absolument original et ne peut être comparée à aucune autre voie au monde.

C'est pourquoi je souhaiterais rendre cette méthode accessible au public pour le bien-être de l'humanité. Chacun de nous possède le potentiel de recevoir un cadeau du divin, qui a pour résultat l'unification du corps et

de l'esprit. De cette façon, un grand nombre de personnes feront l'expérience de la bénédiction divine.

Avant toute chose, notre méthode du Reiki est une thérapie originale, qui est construite sur le pouvoir spirituel de l'univers.

A travers celui-ci, l'être humain retrouvera en premier la santé, et ensuite la paix de l'esprit et la joie de vivre augmenteront.

Aujourd'hui, nous avons besoin d'amélioration et de restructuration dans nos vies, afin que nous puissions libérer nos compagnons humains de la maladie et de la souffrance émotionnelle.

C'est la raison pour laquelle j'ose enseigner librement cette méthode en public.

Q : Qu'est ce que la méthode du Reiki Usui ?

R : Avec gratitude, nous recevons les principes prescrits par l'empereur Meiji et nous vivons selon eux.

Afin d'accomplir le chemin propre à l'humanité, nous devons vivre en accord avec ces principes. Cela signifie que nous devons apprendre à améliorer notre esprit et notre corps avec ces pratiques. Pour faire cela, nous guérissons l'esprit en premier. Ensuite, nous rendons le

corps en bonne santé. Quand notre esprit se trouve sur le chemin sain de l'honnêteté et du sérieux, le corps devient en bonne santé de lui même. Alors l'esprit et le corps ne font plus qu'un, et nous accomplissons notre vie dans la paix et dans la joie. Nous nous guérissons nous-mêmes et les maladies des autres, intensifiant et augmentant notre joie de vivre dans la vie, aussi bien que celle des autres.

C'est le but de la méthode du Reiki Usui.

Q : La méthode du Reiki Usui est-elle similaire à l'hypnothérapie, au kiai jutsu (concentration du "ki" dans l'abdomen et expression d'un cri) ou à une thérapie religieuse (shinko ryoho), etc. ? Est-ce une forme de thérapie similaire sous une autre appellation ?

R : Non, non. Ce n'est en rien similaire avec ces formes de thérapies décrites ci-dessus. Ma méthode est d'aider le

corps et la conscience avec le pouvoir intuitif de l'univers<sup>1</sup>. Après des années d'un entraînement difficile, j'ai trouvé un

---

1 Il ne nous est pas possible de conclure que Mikao Usui se réfère au terme shintoïste ou bouddhiste, et s'il opère même une telle distinction, pour traduire ce « pouvoir intuitif de l'univers ». S'il a été missionnaire du Shintô de longues années, il pratique depuis trois ans le Bouddhisme Zen lorsqu'il découvre le Reiki. Il y a donc une ambiguïté dans les termes qu'il utilise, apparemment Shintô mais qui pourraient relever d'un sens bouddhique.

Dans le Shintô, ce pouvoir intuitif de l'univers est celui des « kami », des esprits supérieurs veillant sur le monde et qui s'expriment dans tel ou tel aspect de la nature. Ce monde spirituel interfère sur le chaos du monde terrestre pour l'ordonner et le rendre propice à la prospérité. La vision shintoïste repose ainsi sur l'individualité des hommes, en communication avec des entités, celles des « dieux » célestes.

Dans le Bouddhisme, qui ne les considère que comme des manières imagées de parler, l'individualité et les entités célestes sont absentes ; ce sont des phénomènes conditionnés, composites et dépourvus d'existence propre. Ce pouvoir intuitif de l'univers est donc qualifié de « vertu de sagesse transcendante », ou en sanscrit « Prajnaparamita », une des six qualités consacrées et la plus élevée. Elle est mise en exergue dans le « Sûtra du Cœur », et a donné naissance à une école propre et une littérature spécifique au sein du Grand Véhicule, celle de la Prajanaparamita. Le terme signifie à l'origine « capacité cognitive » ou « savoir-faire ». Il désigne la capacité à percevoir par intuition (sans construction mentale) le phénomène de « coproduction conditionnée » (la manière dont les phénomènes sont liés, non distincts fondamentalement, comme les éléments d'un même aquarium participent à son équilibre), ainsi que l'absence de soi-propre et le vide de toute chose. C'est une perception aiguë qui permet d'atteindre la « sagesse transcendante » (jnana), qui, comme son nom l'indique, transcende la conscience propre de chacun (moi individuel, personnalité, ego) dans ce qu'il a de fragmenté et d'étriqué pour permettre une compréhension nouménale du phénoménal.

Explication imagée : Si vous regardez la rivière depuis la rive, vous ne distinguez qu'un seul méandre. Si vous vous élévez, vous en discernerez plusieurs, puis tous les affluents de la rivière. Si vous continuez votre élévation, vous en arriverez à voir que par-delà les montagnes, toutes les rivières se rassemblent en un seul océan, mélangeant leurs eaux indifféremment. Le regard qui s'élève est votre « prajna », sagesse transcendante. Ce même regard une fois arrivé au sommet, là d'où l'on distingue rivières et océan dans leur unité, est dit « jnana », sagesse transcendante. « Là » : toutes les différences sont unies en un seul et même tout.

secret spirituel (le Reiki) : c'est une méthode de libération du corps et de l'esprit.

Q : Le Reiki est-il une méthode de guérison spirituelle et psychique (shinrei ryoho) ?

R : C'est correct, nous pourrions l'appeler shinrei ryoho. Cependant, il serait aussi possible de l'appeler une « thérapie physique » puisque l'énergie et la lumière irradient de toutes les parties du corps de la personne qui donne le soin.

L'énergie et la lumière irradient principalement des yeux, de la bouche et des mains du donneur. En même temps, le donneur de soins porte ses yeux pendant deux ou trois minutes sur les parties du corps affectées, souffle dessus ou les masse doucement.

Rages de dents, maux de tête, crampes d'estomac, poitrine gonflée, douleurs nerveuses, contusions, coupures, brûlures, etc..., sont simplement guéris. Néanmoins, les maladies chroniques ne sont pas si faciles à traiter. Mais c'est un fait que même un seul traitement d'une maladie chronique montre un effet positif.

Je me demande comment ce phénomène peut être expliqué dans l'acceptation de la science médicale. Eh bien, la réalité est toujours plus impressionnante que ce

que la fiction ne pourra jamais être. Si vous voyiez les résultats, vous seriez obligés d'être d'accord avec moi. Même quelqu'un qui ne veut pas y croire ne peut pas nier la réalité.

Q : Est-il nécessaire de croire dans la méthode du Reiki Usui pour qu'une guérison puisse se faire ?

R : Non, puisqu'elle est différente des autres méthodes de guérisons psychiques, de la psychothérapie et de l'hypnothérapie.

Consentement et foi ne sont pas nécessaires puisque le Reiki ne travaille pas par suggestion. Cela ne fait pas de différence qu'une personne soit opposée et méfiante ou refuse de croire en lui. Par exemple, cela marche aussi bien sur de jeunes enfants ou pour des personnes qui sont très gravement malades et inconscientes.

Sur dix personnes, une seule peut-être apportera sa confiance avec elle au premier soin. Même après leur premier soin, la plupart des personnes ressentiront déjà les effets et leur confiance à l'intérieur d'elles grandira.

Q : Quels sont les désordres de santé qui peuvent être guéris par le Reiki ?

R : Toutes les maladies, qu'elles aient été causées par des facteurs psychologiques ou physiques, peuvent être guéries par la méthode du Reiki Usui.

Q : La méthode du Reiki Usui soigne-t-elle seulement les maladies ?

R : Non, elle ne soigne pas seulement les maladies du corps. Elle peut aussi guérir les mauvaises habitudes et les désordres psychologiques comme le désespoir, la faiblesse de caractère, la lâcheté, la difficulté à prendre des décisions, et la nervosité. Avec le Reiki, l'esprit devient identique à Dieu ou au Bouddha et nous développons le but dans la vie de guérir nos compagnons humains.

Ceci est la façon dont nous rendons les autres et nous-même heureux.

Q : Comment la méthode naturelle de soin de Mikao Usui fonctionne-t-elle ?

R : Je n'ai reçu cette méthode de personne, ni non plus étudié les pouvoirs psychiques de guérison. J'ai réalisé que j'avais reçu accidentellement un pouvoir de guérison lorsque j'ai éprouvé l'air et la respiration d'une façon inédite et mystérieuse alors que je jeûnais. J'ai mis du temps à comprendre exactement de quoi il s'agissait, bien que je sois l'initiateur de cette méthode. Des érudits et des

hommes intuitifs ont étudié ce phénomène (de tout temps) mais la science moderne ne peut lui donner une explication. Je pense qu'un jour, cela viendra naturellement.

Q : La méthode Usui fait-elle usage de médicaments ? Et y a-t-il une quelconque sorte d'effets secondaires ?

R : Nous n'utilisons jamais de matériel médical. Fixer des yeux un point névrotique, souffler dessus, imposer les mains ou pratiquer la digitopuncture sont nos moyens de traitement.

Q : Une personne a-t-elle besoin de connaissance médicale pour pratiquer ?

R : Ma méthode va au-delà des connaissances de la science moderne ; aussi nous n'avons pas besoin d'un bagage médical scientifique.

Quand vous portez votre regard, ou soufflez, ou touchez ou tapotez la partie affectée du corps, vous obtenez le but désiré. Par exemple, vous touchez la tête quand vous souhaitez traiter le cerveau, le ventre quand vous souhaitez traiter le ventre, et les yeux pour traiter les yeux. Vous n'avez pas besoin de prendre des médicaments amers ni faire usage de moxibustion. Le traitement prend peu de temps. Nous nous concentrerons sur le point névrotique,

nous soufflons dessus ou imposons les mains. C'est la raison pour laquelle ma méthode est réellement originale.

Q : Comment les médecins de renom la perçoivent-ils ?

R : Les autorités compétentes en ce domaine se sont montrées sans parti pris. Les médecins européens réputés sont très critiques quant à la prescription de médicaments. D'un autre côté, le Dr. Sen Nagai de l'Université de Médecine Teikoku a dit : « Nous, les médecins, savons comment diagnostiquer une maladie, l'enregistrer de façon empirique et la comprendre, mais nous ne savons pas comment la traiter. » Le Dr. Kondo a dit quant à lui : « Il est très arrogant de dire que la médecine a fait d'incroyables progrès étant donné que la médecine moderne néglige l'équilibre spirituel. C'est son plus grand désavantage. » Le Docteur Sakae Hara a dit : « C'est une impertinence de vouloir traiter un être humain, lequel possède une sagesse spirituelle, comme on le ferait pour un animal. Je crois que, dans le futur, nous pouvons compter sur une grande révolution dans le domaine de la thérapie. » Le Dr. Rokura Kuga a dit : « C'est un fait que les non-médecins ont introduit toute une série de thérapies, comme la psychothérapie, avec un haut degré de réussite, qui n'a jamais été obtenu par les talents de la médecine, parce que ces thérapies prennent en compte le tempérament, les symptômes personnels du patient, et de

nombreuses méthodes différentes dans leur traitement. Si les médecins voulaient rejeter aveuglément les thérapeutes et les psychothérapeutes et tenter de les gêner dans leur travail, cela serait vraiment faire preuve d'un esprit étroit. »

Les médecins et les pharmaciens comprennent souvent cela et viennent se faire initier.

Q : Que pense le gouvernement au sujet de la méthode ?

R : le 6 Février de la onzième année de la période Taisho (1922), le porte-parole Teiji Matsushita a posé la question suivante lors d'une commission budgétaire de la Chambre des Représentants: « Qu'elle est la position du gouvernement concernant les thérapeutes qui pratiquent couramment la psychothérapie et la thérapie spirituelle sans avoir de diplôme de médecine ? »

M. Ushio de la commission du gouvernement a répondu comme suit : « Il y a un peu plus de dix ans, les gens pensaient que les traitements de nature psychique étaient une invention des médecins occidentaux; mais aujourd'hui, des études ont été faites et des expériences cliniques conduites sur des patients soufflants de troubles mentaux. Il est difficile de croire que l'on peut pénétrer tous les mystères de la conscience humaine par des médicaments et l'analyse scientifique. Les docteurs suivent les

instructions de la science médicale ; mais pas des traitements comme ceux mettant en œuvre l'énergie du corps ou la guérison par imposition des mains. »

C'est pourquoi la technique de soin naturel Usui n'est pas concernée ni par les lois qui régissent les conditions légales d'exercice de la médecine et de l'acuponcture.

Q : Les capacités de guérison spirituelle ne semblent être accordées que comme un « don du ciel » à certaines personnes, ne viennent avec certitude qu'à ceux qui se sont développés spirituellement depuis leur naissance et ne peuvent pas être apprises ? Qu'en est-il ?

R : Non, c'est inexact.

Tous les êtres en qui la vie a été insufflée ont reçu comme cadeau la faculté spirituelle de guérir. La même chose s'applique aux plantes, aux animaux, aux poissons, et aux insectes.

Mais les êtres humains, qui représentent le point culminant de la Création, qui possèdent le plus grand des pouvoirs. La méthode de Reiki Usui est une manifestation pratique de ce pouvoir.

Q : N'importe qui peut-il être initié à la méthode du Reiki Usui ?

R : Naturellement. Hommes et femmes, vieux et jeunes, médecins et illettrés qui vivent en accord avec des principes moraux, peuvent certainement apprendre en un temps très court à se guérir eux-mêmes, aussi bien que les autres. Aujourd'hui, j'ai initié un millier et plusieurs centaines de personnes, et pas un seul individu n'a manqué d'expérimenter les résultats recherchés. Tout le monde, même celui qui n'a appris que le premier degré (shoden), a apparemment reçu la possibilité de guérir les maladies. Si nous y pensons, il est assez étrange que nous puissions apprendre à guérir des maladies en un temps si court, bien que ce soit la chose la plus difficile pour des êtres humains. Même moi, je trouve cela étonnant. C'est la chose la plus caractéristique de notre méthode de guérison spirituelle, que nous puissions apprendre quelque chose d'aussi difficile d'une façon si simple.

Q : Avec le Reiki, nous pouvons guérir d'autres personnes. Mais, qu'en est-il pour soi- même ? Une personne peut-elle guérir ses propres désordres de santé ?

R : Si nous ne pouvons guérir nos propres maladies, comment pourrions nous guérir les autres ?

Q : Que faut-il faire pour apprendre le second degré (okuden) ?

R : Okuden consiste en diverses méthodes : techniques pour émettre l'énergie (hatsurei ho), tapotement (uchi-té chiryo ho), massage (nade-té chiryo ho), pression avec les mains (oshi-té chiryo ho), guérison à distance (enkaku chiryo ho), la guérison des habitudes (seiheki chiryo ho), et ainsi de suite. Apprenez d'abord shoden (le premier degré) et quand vous m'apportez de bons résultats, que vous vous comportez convenablement, honnêtement et moralement, et que vous serez enthousiastes, alors vous serez initiés au deuxième degré (okuden).

Q : Y a t-il autre chose de plus qu'okuden dans la méthode du Reiki Usui ?

R : Il y a le degré supérieur (shinpiden).

L'interview prend fin ici.

# **RYOHO SHISHIN - GUIDE POUR LA MÉTHODE DE SOINS DU CORPS ET DE L'ESPRIT**

## **1. Traitement de base des parties spécifiques du corps**

- **Tête** (les cinq positions de base du Reiki Ryoho) : front (à la racine des cheveux) ; tempes ; occiput ; cou ; sommet de la tête + estomac-intestins.
- **Abaïsser la fièvre**: mêmes positions que ci-dessus (les cinq positions de base + estomac-intestins) - cependant, traiter la source de la maladie elle-même (byosen).
- **Yeux**: les yeux ; coin intérieur de l'oeil (entre les deux yeux) ; coin extérieur de l'oeil ; nuque ; vertèbres cervicales C 1, C 2, C 3.
- **Nez**: os du nez ; ailes du nez ; entre les sourcils ; gorge-nuque ; vertèbres cervicales C 1, C 2, C 3.
- **Oreilles**: canal auditif ; partie avant et arrière de l'oreille ; vertèbre cervicale C 1. BOUCHE : couvrir la bouche sans toucher les lèvres.
- **Langue**: côté supérieur de la langue ; racine de la langue (probablement de l'extérieur, sous le menton).
- **Gorge**: cartilage de la thyroïde, nuque.

- **Poumons:** les poumons ; à l'opposé au niveau du dos, entre les omoplates ; vertèbres dorsales D 2, D 3, D 4, D 5 et D 6.
- **Coeur:** cœur ; vertèbres cervicales C 5, C 6, C 7 ; vertèbres dorsales D 1, D 2, D 3, D 4, D 5.
- **Foie:** foie ; zone du foie ; vertèbres dorsales D 8, D 9, D 10 (particulièrement le côté droit).
- **Estomac:** estomac ; vertèbres dorsales D 4, D 6, D 7, D 8, D 9, D 10.
- **Intestin:** colon ascendant ; colon transversal ; colon descendant ; petit intestin, zone du nombril ; vertèbres dorsales D 6, D 7, D 8, D 9, D 10 ; vertèbres lombaires L 2, L 3, L 4, L 5 ; sacrum-coccyx.
- **Vessie:** vessie ; vertèbres lombaires L 4, L 5.
- **Utérus:** utérus ainsi que les deux côtés de l'utérus (ovaires) ; vertèbres dorsales D 9, D 10, D 11, D 12 ; vertèbres lombaires L 1, L 2, L 3, L 4, L 5, sacrum-coccyx.
- **Reins:** reins, vertèbres dorsales D 11, D 12.
- **Traitemennt de la moitié du corps (Hanshin Chiryō-hō):** muscles du cou ; épaules ; muscles du dos ; les deux côtés des vertèbres (colonne vertébrale) ; taille ; hanches : faire descendre (faire glisser) les mains (ou les doigts)

de chaque coté de la colonne vertébrale, de la nuque jusqu'au haut des fesses.

- **Traitement du tandem (Tanden Chiryo ho)** : au niveau du nombril, et aussi à trois largeurs de doigt en dessous.

## **2. Maladie des nerfs**

En plus du soin de la tête (voir ci-dessus) traiter :

- **Faiblesse des nerfs / neurasthénie**: positions de la tête ; yeux ; cœur ; estomac ; intestins, bas ventre (organes reproducteurs) ; "traitement de la moitié du corps" et "traitement du tandem".
- **Hystérie**: positions de la tête ; yeux ; cœur ; estomac ; intestins, bas-ventre (organes reproducteurs) ; "traitement de la moitié du corps" et "traitement du tandem".
- **Anémie cérébrale**: positions de la tête ; estomac et intestins ; cœur.
- **Hémorragie cérébrale**: positions de la tête ; estomac et intestins ; cœur.
- **Méningite**: positions de la tête ; estomac et intestins ; cœur.

- **Encéphalite**: positions de la tête ; estomac et intestins ; cœur.
- **Maux de tête**: positions de la tête (particulièrement les tempes).
- **Insomnie**: positions de la tête (particulièrement le derrière de la tête - occiput- nuque ; sommet de la tête).
- **Vertiges**: positions de la tête (particulièrement le front).
- **Apoplexie cérébrale**: positions de la tête (principalement le côté affecté) ; cœur, estomac et intestins ; reins ; zone paralysée.
- **Épilepsie**: positions de la tête ; estomac et intestins.
- **Danse de St Guy (Chorée)**: positions de la tête ; zone du cœur ; partie affectée du corps ; paumes de mains et plantes de pieds ; "traitement de la moitié du corps".
- **Symptômes de Basedow (yeux enflés)**: positions de la tête ; yeux ; thyroïde ; cœur ; utérus ; "traitement de la moitié du corps".
- **Neuralgie, névralgie, paralysie, douleurs des nerfs**: positions de la tête ; estomac et intestins (permettant d'améliorer le transit intestinal) ; zone affectée du corps.

- **Hoquet**: diaphragme ; positions de la tête (front) ; vertèbres cervicales C 3, C 4, C 5.
- **Aphasie**: front et tempes (principalement le côté gauche) ; gorge.
- **Crampe de l'écrivain**: positions de la tête ; coude ; pouce.
- **Acouphènes / Bourdonnements d'oreille**: oreilles ; positions de la tête.

### **3. Maladies respiratoires**

- **Bronchite**: bronches ; trachée.
- **Toux**: gorge ; poitrine ; zone affectée du corps.
- **Asthme**: positions de la tête ; poitrine ; dessous du sternum ; cœur ; gorge ; nez.
- **Tuberculose**: positions de la tête ; poumons ; estomac et intestins ; cœur ; tandem.
- **Pleurésie**: positions de la tête ; zone affectée ; estomac et intestins ; tandem.
- **Pneumonie**: positions de la tête ; cœur ; partie affectée ; tandem.

- **Bronchite hémorragique (Hémoptysie)**: zone affectée des poumons.
- **Saignement de nez / Épitaxis**: positions du nez.
- **Emphysème**: positions du nez ; front.

## **4. Maladies du système digestif**

- **Maladies de l'oesophage**: oesophage; dessous du sternum; estomac; intestins.
- **Maladies de l'estomac - Gastrite, Ulcère, Cancer de l'estomac, Convulsion, Dilatation, Gastro-entérite**: positions de la tête ; dessous du sternum ; estomac et intestins.
- **Inflammation de l'intestin, ulcère intestinal, diarrhée, constipation**: estomac et intestins.
- **Appendicite**: zone affectée (principalement la partie droite) ; positions de la tête ; estomac et intestins.
- **Parasites intestinaux**: positions de la tête ; estomac et intestins.
- **Hémorroïdes**: anus.
- **Oedème abdominal**: positions de la tête ; ventre.
- **Péritonite**: positions de la tête ; zone affectée ; tandem.

- **Hépatite, Jaunisse**: positions de la tête ; estomac ; intestins ; foie ; cœur.
- **Calculs biliaires**: foie; là où siège la douleur; estomac et intestins.
- **Hernie**: zone affectée; abdomen.

## **5. Maladies circulatoires/cardio-vasculaires**

- **Inflammation du myocarde**: positions de la tête; cœur; foie; rein; vessie.
- **Inflammation des membranes**: cœur.
- **Oedème**: cœur; foie; reins; vessie.
- **Artériosclérose**: positions de la tête; cœur; rein; estomac et intestins; tandem.
- **Hypertension**: positions de la tête; cœur; rein; estomac et intestins; tandem.
- **Angine de poitrine**: positions de la tête; cœur; estomac et intestins; zone affectée.
- **Béribéri / Insuffisance cardiaque**: cœur; estomac et intestins; jambe affectée.

## **6. Les maladies du métabolisme et du sang**

- **Anémie**: « traitement du tandem »; positions de la tête; cœur; reins; estomac et intestins; « traitement de la moitié du corps ».
- **Purpura**: positions de la tête; cœur; reins; estomac et intestins; partie affectée couverte de taches; tandem.
- **Scorbut**: positions de la tête; cœur; foie; pancréas; estomac et intestins; « traitement de la moitié du corps »; tandem.
- **Diabète**: positions de la tête; cœur; foie; pancréas; estomac et intestins; reins; vessie ; « traitement de la moitié du corps ».
- **Obésité**: cœur; rein; estomac et intestins; « traitement de la moitié du corps ».
- **Arthrite / Goutte**: cœur; reins; vessie; estomac et intestins; tandem; zone affectée.
- **Insolation**: positions de la tête; cœur; dessous du sternum; estomac et intestins; reins; tandem.

## **7. Maladies urinaires**

- **Néphrite (inflammation des reins)**: cœur ; vessie ; estomac et intestins.
- **Pyélite (inflammation du pelvis)**: reins ; vessie ; tandem.

- **Calculs rénaux:** reins ; estomac ; intestins ; vessie ; zone douloureuse.
- **Urémie / Infection urinaire:** positions de la tête ; yeux ; estomac et intestins ; cœur ; reins ; vessie ; tandem.
- **Cystites:** reins, vessie.
- **Calculs urinaires:** reins ; vessie ; zone douloureuse.
- **Incontinence urinaire:** positions de la tête ; sommet du crâne ; vessie ; reins.
- **Énurésie:** reins ; vessie ; urètre.

## **8. Maladies chirurgicales et dermatologiques**

- **Blessures / Plaies:** zone affectée (si saignement excessif utilisez les techniques spécifiques pour cesser l'écoulement du sang).
- **Brûlures, engelures:** zone affectée (à une certaine distance, jusqu'à ce que la douleur soit complètement partie).
- **Entorse, Contusion:** zone affectée.
- **Inflammation des glandes lymphatiques:** zone affectée ; tandem.
- **Fracture:** zone affectée (mains sur bandage ou plâtre).

- **Attelle**: zone affectée.
- **Luxation**: zone affectée.
- **Arthrite, inflammation musculaire et osseuse**: zone affectée ; tandem.
- **Rhumatisme musculaire**: positions de la tête ; zone douloureuse ; estomac et intestins (permettant d'améliorer le transit intestinal).
- **Tuberculose de la moelle épinière**: positions de la tête ; zone affectée ; tandem.
- **Scoliose**: zone affectée.
- **Douleur dans la moelle épinière (Lupus)**: positions de la tête ; diaphragme ; tandem ; zones douloureuses et affectées.
- **Étourdissement, perte de connaissance, évanouissement**: cœur ; positions de la tête. Pour une personne noyée, attendre qu'elle ait rendu l'eau.
- **Éruption diverses, enflures, piqûres d'insectes**: tandem ; zone affectée.
- **Allergies**: estomac ; intestins ; tandem ; zone affectée.

- **Calvitie**: positions de la tête ; estomac ; intestins ; tandem ; zone affectée.
- **Lèpre**: positions de la tête ; estomac ; intestins ; tandem ; zone affectée ; "traitement de la moitié du corps".
- **Syphilis**: positions de la tête ; estomac ; intestins ; tandem ; zone affectée.

## **9. Maladies infantiles**

- **Colique (pleurs nocturnes)**: positions de la tête ; estomac et intestins.
- **Rougeole / Rubéole**: positions de la tête ; estomac et intestins ; cœur ; zone affectée.
- **Coqueluche**: positions de la tête ; estomac et intestins ; cœur ; poumon ; gorge.
- **Polio**: positions de la tête ; estomac et intestins ; colonne vertébrale ; partie du corps paralysée.
- **Amygdales**: zone affectée.

## **10. Maladies gynécologiques**

- **Maladies diverses de l'utérus**: zone de l'utérus.

- **Grossesse:** utérus (si vous traitez les seins et l'utérus, le foetus se développera sainement et l'accouchement se déroulera facilement).
- **Accouchement:** sacrum ; abdomen.
- **Règles (et/ou basées matinales):** positions de la tête ; utérus ; estomac ; intestins ; diaphragme.
- **Douleur de poitrine:** seins.
- **Grossesse extra-utérine:** positions de la tête ; utérus ; partie douloureuse.

## **11. Maladies contagieuses**

- **Typhoïde:** positions de la tête ; cœur ; estomac ; intestins ; rate/pancréas, tandem (traitez avec prudence en cas de complications).
- **Paratyphoïde:** positions de la tête ; cœur ; estomac ; intestins ; rate/pancréas, tandem.
- **Dysenterie:** positions de la tête ; cœur ; estomac ; intestins ; tandem.
- **Diarrhée infantile:** positions de la tête ; cœur ; estomac ; intestins ; tandem.

- **Diphthérie**: positions de la tête; gorge; cœur; estomac; intestins; reins; tandem (l'injection de sérum antidiplétique est absolument nécessaire).
- **Choléra**: positions de la tête ; estomac ; intestins ; cœur ; tandem.
- **Scarlatine**: positions de la tête; bouche; gorge; cœur; estomac; intestins; reins; tandem; zone du corps affectée (colorée).
- **Grippe**: positions de la tête ; cœur ; poumons ; estomac ; intestins ; tandem ; « traitement de la moitié du corps » ; zone douloureuse.
- **Méningite**: positions de la tête ; cou ; yeux ; cœur ; estomac ; intestins ; reins ; vessie ; colonne vertébrale (principalement les vertèbres cervicales) ; tandem ; zone dure, ou zone raide du corps.
- **Malaria**: positions de la tête ; cœur ; estomac ; intestins ; foie ; rate ; pancréas ; tandem (le traitement devrait être donné une heure avant les convulsions).
- **Érysipèle (Feu de St Anthony)**: cœur, estomac, intestins, tandem, zone affectée.
- **Tétanos**: positions de la tête ; cœur ; estomac et intestins ; tandem ; zone douloureuse.

# **MEIJI TENNO GYOSEI - POÈMES DE L'EMPEURER MEÏJI**

Page 44 du Hikkei

## **1. Tsuki / La lune**

秋の夜の月は昔にかはらねど  
世になき人の多くなりぬる (月)

*Aki no yono  
Tsuki wa mukashi ni  
Kawaranedo  
Yoni naki hito no  
Ooku narinuru*

*La Lune.*

*La Lune des nuits d'automne paraît sans changement, et pourtant, le nombre de ceux qui ont trépassé notre monde ne cesse de croître.*

## **2. Ten / Le ciel**

あさみどり澄みわたりたる大空の  
広きおのが心ともがな (天)

*Asamidori  
Sumiataritaru  
Oozora no*

*Hiroki onoga  
Kokoro tomogana*

*Je souhaite que mon cœur  
soit aussi vaste et clair  
que le ciel vert-clair<sup>2</sup> du printemps.*

### **3. Ori ni furete / Pensée occasionnelle**

暑しともいはれざりけりにえかえる  
水田にたてるしづを思えば (をりにふれて)

*Atsushitomo  
Iware zari keri  
Nie kaeru  
Mizuta ni tateru  
Shizu wo omoeba*

*Si une pensée vagabonde  
en vous soupire qu'il fait trop chaud,  
imaginez les classes laborieuses s'affairant dans les rizières  
dans de si rigoureuses conditions.*

### **4. Ochibakaze / Vent sur les feuilles d'automne**

*Amatatabi  
Shigurete someshi  
Momijiba wo*

---

<sup>2</sup> Dans la poésie japonaise, le mot « vert-clair » est toujours utilisé en connexion avec le ciel. En japonais, les couleurs « bleu » et « vert » sont deux concepts différents. Le feu tricolore que nous appelons « vert » est considéré comme « bleu » au japon..même si la couleur est identique

*Tada hitokaze no  
Chirashi kerukana*

*Il a fallu beaucoup de jours et de nuits  
pour donner la parfaite couleur des feuilles d'érable.  
Mais un seul souffle de vent  
suffit à les emporter au loin.*

## **5. Ori ni furete / Pensée occasionnelle**

*Amadari ni  
Kubomeri ishi wo  
Mitemo shire  
Kataki waza tote  
Omoi sutemeya*

*Regarde et apprends de la pierre  
qui a été creusée par les gouttes de pluie.  
Ecarte l'idée que rien n'est impossible.*

## **6. Ori ni furete / Pensée occasionnelle**

*Ten wo urami  
Hito wo togamuru  
Koto mo araji  
Waga ayamachi wo  
Omoi kaeseba*

*Comment peux-tu avoir du ressentiment  
contre le ciel (Dieu) et blâmer les autres,  
si tu peux seulement te rappeler*

*tes propres mensonges et tes fautes  
et les admettre.*

## **7. *Ori ni furete / Pensée occasionnelle***

Ayamatamu  
Koto mo koso are  
Yononaka wa  
Amari ni mono wo  
Omoi sugusaba

*Les gens dans notre société  
nourrissent trop d'inquiétudes  
et sont trop prudents à tout propos.*

## **8. *Tomo / Amitié***

Ayamachi wo  
Isame kawashite  
Shitashimu ga  
Makoto no tomo no  
Kokoro naruramu

*En montrant ses fautes réciproques,  
quel que soit notre degré d'intimité,  
c'est ainsi que l'on devient  
de vrais amis de cœur.*

## **9. *Ganjyo matsu Iwawo no ue no matsu / Un pin sur un rocher***

*Arashi fuku  
Yo nimo ugokuna  
Hito kokoro  
Iwawo ni nezasu  
Matsu no gotoku-ni*

*Lorsque la tempête souffle,  
Que ton cœur-esprit soit immobile,  
à la manière,  
du pin enraciné  
dans le roc.*

## **10. Nami / La vague**

*Areruka to  
Mireba nagiyuku  
Unabara no  
Nami koso hito no  
Yo ni nitarikere*

*Un moment déchaîné,  
La seconde d'après calme,  
La vague dans l'océan,  
est identique à  
L'existence humaine.*

## **11. Ori ni furete / Pensée occasionnelle**

*le tomite  
Akanu kotonaki  
Minari tomo*

*Hito no tsutome ni  
Okotaru na yume*

*Même si vous jouissez  
de la santé et d'une vie sans souci,  
N'oubliez jamais  
l'éthique et les devoirs  
qui font la dignité humaine.*

## **12. Kyodaï / Frères**

*le no kaze  
Fukisohamu yo mo  
Miyuru kana  
Tsuranaru eda no  
Shigeri ai tsutsu*

*Sache que la société  
est comme un arbre  
dont les branches croissent sans cesse,  
même lorsque les mauvaises habitudes familiales  
nuisent à son harmonie.*

## **13. Kokoro / Cœur-Esprit**

*Ikanaramu  
Koto aru toki mo  
Utsusemi no  
Hito no kokoro yo  
Yutaka naranamu*

*Qu'importe ce qu'il se passe (privation et malheur)  
pendant la durée de votre vie,  
veillez à ce que votre cœur  
reste ouvert et généreux.*

## **14. Kusuri / Médicaments**

*Iku kusuri  
Motomemu yori mo  
Tsune ni mi no  
Yashinai kusa wo  
Tsumeyo tozo omou*

*Au lieu de rechercher des remèdes  
aux maladies et de soliciter des médecins,  
invitez votre propre capacité de guérison  
à se manifester.*

## **15. Ori ni furete / Pensée occasionnelle**

*Ikusa-bitō  
Ikanaru nobe ni  
Akasuramu  
Ka no koe shigeku  
Nareru yo gorowo*

*Comme le bruit des moustiques augmente,  
l'idée du sort de mes soldats m'émeut.  
Comment pourraient-ils dormir pendant la nuit  
alors que le champ de bataille  
en sera lui aussi infesté ?*

## **16. Kyouiku Oshie / Education**

*Isao aru  
Hito wo oshie no  
Oya to shite  
Oboshi tatenamu  
Yamato nadeshiko*

*Que les gens de mérite  
soient vos modèles  
et que leurs leçons de vie  
permettent l'éclosion  
de vertus et la grandeur du Japon.*

## **17. Mizu no ue no Ochibana / Une fleur tombée sur l'eau**

*Ike no omo  
Ni nozomeru hana  
No ureshiki  
Wa chiretemo mizu  
Ni ukabu narikeri*

*Comme il est agréable  
de regarder la fleur,  
tombée dans l'étang,  
continuer à flotter  
sur son étendue.*

## **18. Tsukimae Hotaru / La luciole face à la lune**

*Ike no omo  
Wa tsuki ni yuzurite  
Ashi no ha no  
Shigemi gakure ni  
Yuku hotoro kana*

*La luciole se cache  
derrière les feuilles rousses  
lorsque le reflet de la Lune  
apparaît dans l'étang.*

## **19. Tama / Bijou**

*Isasaka no  
Kizu naki tama mo  
Tomosureba  
Chiri ni hikari wo  
Usinai ni keri*

*Soulever un peu de poussière  
suffit à redonner vie  
au joyau sans brillance.*

## **20. Ori ni Furete / Pensée occasionnelle**

*Ichihayaku  
Susuman yorimo  
Okotaruna  
Manabi no michi ni  
Tateru warawabe*

*Ne poussez pas  
vos enfants à progresser.  
Apprenez leur plutôt  
à ne rien négliger.*

## **21. Obéissance, Devoir (envers ses parents)**

Bien que vous viviez dans un monde (très) agité, n'oubliez jamais de prendre soin de vos parents.

## **22. L'herbe**

Bien que l'herbe ne porte pas grande espérance (aspect), vous pourriez trouver des herbes médicinales (au milieu des brins) si vous observez attentivement.

## **23. Aux élèves diplômés**

Elèves diplômés: vous pourriez penser que vous êtes arrivé. Mais l'apprentissage n'a jamais de fin.

## **24. L'Œillet rose**

En semant je pensais qu'il s'agissait d'un ensemble de graines identiques. Mais maintenant elle fleurissent avec une variété (différente) de fleur, L'Œillet rose.

## **25. La cascade**

Une pierre qui obstrue la rivière accroît le bruit de la cascade au point que vous n'entendiez plus le bruit de l'eau qui court, ni aucun autre son.

## **26. Mizu / Eau**

*Utsuwa niha  
Shitagai nagara  
Iwagane mo  
Tosu ha mizu no  
Chikara narakere*

*L'eau est assez flexible  
pour s'adapter à toutes les formes  
de bateaux.  
Elle a pourtant le pouvoir  
de traverser la roche.*

## **27. L'herbe**

Honteuse taupe, qui après avoir effectué son travail souterrain à fait mourrir les racines de tout ce que vous aviez planté.

## **28. Vieil homme**

Le vieil homme qui est venu m'accueillir appuyé sur son petit fils, se tient désormais tout seul debout.

## **29. Un arbre couvert de boue<sup>3</sup>**

Lorsque je vois les arbres couverts de boue, cela me rappelle qu'il doit exister des gens qui vivent dans l'obscurité.

## **30. Un visiteur dans la neige**

Vieil homme: venant (m'accueillir) sans attendre que la neige ne fonde, vient près du feu.

## **31. Calligraphie**

Qu'un caractère soit écrit de belle manière ou non, une lettre doit être facile à lire.

## **32. Parents**

L'esprit de la parentalité: même si vous grandissez, vos parents continuent de vous voir comme un enfant.

## **33. Ori ni Furete / Pensée occasionnelle**

Les soldats qui vont à la guerre laissent les personnes âgées à la maison. Quel courage et quel dévouement (ont-ils) pour leur pays !

## **34. Oiseau(x)**

---

<sup>3</sup> Les coulées de boue sont monnaie courante durant la saison des pluies au Japon. L'empereur parle peut-être ici de l'ancien système de castes.

Les oiseaux qui volent librement dans le grand ciel n'oublieront jamais de revenir chez eux.

### **35. Apprentissage**

En voyant la manière dont les enfants apprennent, vous devriez savoir que plus vous pratiquez, plus vous obtiendrez de meilleurs résultats.

### **36. Rosée sur l'Œillet rose**

Les jeunes étudiantes qui se regroupent sur le campus sont aussi fraîches que des Œillets rose ornés de gouttes de rosée

### **37. Sincérité**

La sincérité d'un cœur humain dans ce monde, pourrait faire pleurer une déité courroucée.

### **38. Ori ni Furete / Pensée occasionnelle**

Il est approprié d'apprécier les fleurs après avoir réalisé le travail que vous êtes sensé réaliser.

### **39. Réminiscence**

Les gens ne s'observent pas et ne parlent que des autres. Voilà ce qu'est (dans sa totalité) la société.

### **40. Pic de la montagne**

Grattant le ciel, la montagne semble si haute. Mais si vous n'abandonnez pas et envisagez de la conquérir, il se présentera un chemin.

## **41. Ori ni Furete / Pensée occasionnelle**

Vous devriez parler aux autres un liement après que vous vous soyez fait votre propre opinion en conscience

## **42. Ori ni Furete / Pensée occasionnelle**

Si tout ce que vous pensez se réalise, ne vous enorgueillissez pas et n'oubliez pas de rester humble.

## **43. Ori ni Furete / Pensée occasionnelle**

Tant de choses à penser, tellement de choses à faire. Cependant ce que nous pouvons réaliser est limité.

## **44. Un pin dans la neige**

Lorsque la neige s'entasse sur la branche fragile d'un pin, approchez-vous et enlevez la.

## **45. Ori ni Furete / Pensée occasionnelle**

Ceux qui sont mort à la guerre pour leur patrie sont immortels. Laissez moi me rappeler leurs noms pour les générations futures.

## **46. Le ventilateur**

Même en pleine chaleur, les gens viennent me voir durant la journée. Laissez moi leur allumer le ventilateur.

## 47. **Esprit**

Tout est magnifiquement simple lorsque vous vous impliquez avec le Coeur-Esprit (Kokoro)

48.

## 75. **Yuube / Soir**

*Kurenubeku  
Narite iyo iyo  
Oshimu kana  
Nasukoto nakute  
Sugishi hitohiwo*

*Aujourd’hui je n’avais rien à faire  
et il se trouve que maintenant c’est le soir.  
D’abord, je me suis senti désolé,  
mais j’ai changé d’idée  
car ce n’est pas si grave*

## 88. **Hito / Les gens**

*Nanigoto mo  
Omouga mamani  
Narazaru ga  
Kaerite hito no  
Mi no tameni koso*

## **106. Kami - Dieu**

*Me ni mie nu ka-  
Mi ni mukaite haji-  
Zaru wa hito  
No kokoro no mako-  
To nari keri*

## **111. Matsu / Le pin**

*Yuki ni tae  
Arashi ni taeshi  
Nochi ni koso  
Matsu no kurai mo  
Takaku miekere*

## **121. Déclaration sur la juste manière de penser**

*Hito no koko-  
Ro o kagami ni  
Hashite*

*A travers les océans  
et dans toutes les directions  
je considère tous les gens  
comme mes frères.  
A quoi bon faire la guerre ?*

## **122. Ori ni Furete / Pensée occasionnelle**

Yo watari no  
Michi no toutome  
Ni okotaru  
Na kokoro ni kana  
Fu-asobi aritemo

Allongé là:  
un Œillet rose déposé sur la berge  
de la rivière par le courant,  
fleurissant toujours..

## 123. Ori ni Furete / Pensée occasionnelle

Waga kokoro  
Ware to o ri o ri  
Ka e ri miyo,  
Shirazu-shirazu mo  
Mayofu koto mo ari

## 124. ?

Yo mono umi  
Mina hara hara to  
Omo fu yo ni  
Nado nami kaze no  
Tachi sawagu ramu

Dans ce monde,  
tout, de la mer à la plaine,  
et le reste,  
les vagues et la nature,  
ont leurs propres bruits et sons.

## 125. Kagami / Miroir

*Ware mo mata  
Sarani migakamu  
Kumorinaki  
Hitono kokorowo  
Kagami ni ha site*

*Je souhaite  
que mon esprit soit clair  
comme celui des grands personnages  
inconnus mais qui ont un grand esprit  
et une grande âme.*

Fin du manuel de la méthode thérapeutique du Reiki Usui