

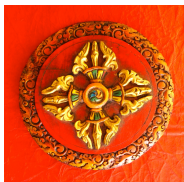
靈氣

REIKI USUI

Corps Energétiques et Chakras

Table des matières

1. Introduction	3
2. Les Corps Energétiques.....	3
2.1. L'aura.....	3
2.2. Structure des corps subtils	4
2.3. Byosen, Scan de l'aura	6
2.4. Lissage de l'aura	6
3. Les Chakras.....	7
3.1. Origine.....	7
3.2. Définition.....	7
4. Les 7 chakras majeurs.....	9
4.1. 1 ^{er} chakra – Chakra racine.....	10
4.2. 2 ^{ème} chakra – Chakra sacré.....	11
4.3. 3 ^{ème} chakra – Plexus solaire.....	12
4.4. 4 ^{ème} chakra – cœur	13
4.5. 5 ^{ème} chakra – gorge	14
4.6. 6 ^{ème} chakra – troisième œil.....	15
4.7. 7 ^{ème} chakra – coronal	16
5. Chakras et Reiki.....	17
5.1. Equilibrage des chakras	17
5.2. En cas de blocage de l'énergie	18
6. Chakras chez les animaux.....	19
7. Bibliographie	21



Marie-France Hennekinne
Maîtrise Reiki Usui & Tibétain, Maîtrise Reiki Karuna®
+32 475 87 07 67
Reiki.dorji@gmail.com.
www.reiki-dorji.com

Reiki II	REIKI USUI – Corps énergétiques & chakras	2017
----------	---	------

Ces notes sont en support du Manuel de Reiki II de Nita Mocanu, que vous avez reçu lors de la formation Reiki Usui 2^{ème} degré.

Elles ont été écrites par Marie-France Hennekinne.

Elles sont votre propriété personnelle.

Toute reproduction (photocopie, scan), même partielle de ces notes, sans l'accord explicite de l'auteur, est illégale.

Elles ne peuvent être ni vendues, ni louées, ni prêtées.

Sans participation au stage, sans les initiations et sans l'enseignement direct, il n'est d'aucune utilité pour une autre personne que vous !

Si une personne porte un intérêt à ce manuel, elle peut prendre directement contact avec moi-même.

D'autre part, le Reiki ne remplace en rien la consultation d'un médecin.

Il est une méthode pour déclencher et accompagner un processus d'autoguérison, chez vous ou chez une autre personne.

Il est un complément à toute autre thérapie et n'interfère en rien son efficacité.

Bien au contraire !

1. Introduction

Pour rester en bonne santé physique, émotionnelle, psychique et spirituelle il est important de maintenir un équilibre entre les énergies des corps subtils et des chakras.

Lors des formations les Maîtres Reiki ne s'attardent souvent pas trop sur la description et la fonction de ces corps subtils et des chakras.

C'est dommage car après avoir un peu exploré ce domaine, j'ai découvert que ce sujet est incontournable dans les soins Reiki.

Connaître les corps énergétiques et les chakras n'a rien d'ésotérique, bien que pour nous occidentaux, ce sujet nous paraisse un peu « mystérieux ».

Des civilisations anciennes et l'Orient connaissent depuis longtemps l'existence et l'utilité des corps énergétiques et des chakras.

Ils font partie du système d'énergie subtile et jouent un rôle essentiel dans le maintien de la santé et de la guérison.

Les blocages d'énergies, les énergies négatives sont parfois localisés dans les chakras et doivent être évacués.

Le Reiki n'est pas un travail spécifique sur les corps énergétiques et les chakras ! Mais il propose différentes techniques pour les rééquilibrer.

Grâce à l'énergie Reiki nous pouvons directement dynamiser et harmoniser l'aura et les chakras.

Et souvenez-vous : l'énergie Reiki sait exactement où agir pour le plus grand bien de Tous et en harmonie avec l'Univers !

2. Les Corps Énergétiques

2.1. L'aura

(Extrait de la Quintessence du Reiki. P78.)

« L'aura est un champ d'énergie subtile qui pénètre et va au delà de notre corps physique. Notamment par la méditation, vous pouvez prendre conscience que votre être ne s'arrête pas à la peau mais qu'il s'étend plus loin dans l'espace qui vous entoure. »

Toutes les représentations de toutes vos expériences de cette vie et des vies passées se trouvent dans l'aura.

Le point de départ de la maladie se situe dans l'aura, souvent sous la forme du karma des vies passées ou bien sous la forme du Ki négatif, engendré par notre subconscient dans cette vie-ci.

Au fil du temps, ces « semences » au sein de l'aura peuvent se renforcer à travers l'énergie négative et les expériences qu'elles attirent.

Lorsque cela se produit, les « semences » se mettent à pousser et à étendre leurs « racines » vers les chakras. Si elles ne sont pas soignées, elles peuvent atteindre le corps physique et provoquer des dysfonctionnements ou une maladie.

La guérison permanente ne peut pas se limiter au corps physique ou aux chakras, mais doit prendre en compte l'aura qui abrite la cause initiale.

Le grand avantage du Reiki est qu'il agit non seulement sur le corps physique mais aussi sur tous les niveaux de notre être. Il permet d'obtenir des résultats durables.»

William Lee Rand

2.2. Structure des corps subtils

L'aura comprend plusieurs couches ou niveaux de vibration. Les différents niveaux s'entrelacent et représentent en fait différentes formes de conscience.

La taille globale de l'aura peut augmenter ou diminuer, selon la qualité de nos pensées, de nos sentiments et de nos expériences récentes.

L'aura ne réagit pas seulement à tous les niveaux de notre état de conscience actuel, mais considérée de façon plus profonde, elle reflète notre état de conscience.

Nous possédons **7 corps subtils**. Chacun de ces corps subtils correspondent à différents plans de conscience qui sont accessibles par le biais de nos chakras.

1. Le corps **physique**

2. Le corps **éthérique** ou corps vital dont la qualité vibratoire reflète notre état de santé.

C'est le 1^{er} corps constitué de matière subtile, le plus proche du corps physique. Il est semi-matériel. Il englobe, pénètre et déborde du corps physique de quelques centimètres. Il épouse fidèlement la forme du corps.

C'est le corps éthérique qui anime le corps physique. Sans lui le corps serait sans vie. Il assure l'activité des fonctions vitales et les échanges énergétiques au niveau des différents corps subtils. C'est dans ce corps subtil que se trouvent les méridiens, canaux d'énergie, et les chakras qui captent les énergies cosmo-telluriques et les redistribuent dans tous les corps.

Son apparence reflète l'état de santé du corps physique.

Il est relié au 2^e chakra, le chakra sacré.

3. Le corps **astral** : siège des émotions, instincts. Notre vie animale.

Encore appelé corps émotionnel, il est à environ 1 m à 1,50 m, voire parfois 2 m, selon l'évolution de la personne.

Ce corps contient toutes nos émotions, désirs, passions, humeurs, joies et peines. Sa couleur n'est pas constante et change continuellement selon nos émotions du moment.

C'est également avec ce corps subtil que nous voyageons dans nos rêves. Il permet de se déplacer dans les plans astraux.

Il est relié au 3^{ème} chakra, le chakra du plexus solaire.

4. Le corps **mental** : c'est le corps de la communication avec autrui, avec l'extérieur.

Il va de 1,50 m à 2 m, voire 3 m, selon l'évolution personnelle.

Si ce corps est trop développé ou trop actif il peut perturber le corps astral. Par lui on peut percevoir une personnalité rayonnante et solide ou au contraire primaire et impulsive.

Le corps mental est le lieu privilégié de la naissance des pensées.

Il est relié au chakra du cœur.

5. Le corps **causal**, corps de l'âme et qui relie l'esprit au plan de la forme.

Il va de 2 - 3 m à 4 - 5 m pour des personnes évoluées, de 2 à 3 m pour des personnes qui le sont moins, en fonction de leur état de vie.

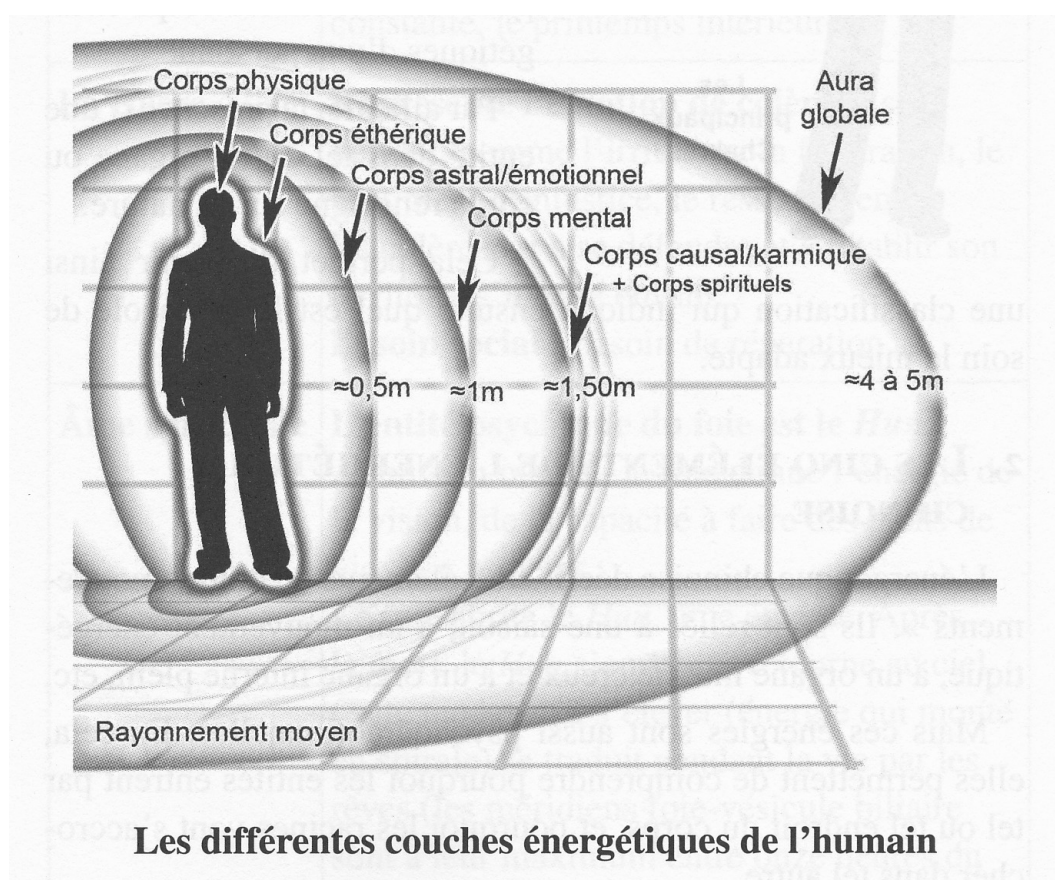
C'est dans ce corps qu'on peut déceler l'origine des maladies, de certaines maladies si elles sont karmiques.

C'est ici que nous emmagasinons la mémoire de toutes nos vies antérieures, de nos expériences passées, et des acquis dans notre vie actuelle. Tous nos traumatismes passés sont inscrits ici et peuvent affecter notre vie présente. Figure également ici la cause de notre réincarnation actuelle, les buts et missions que nous nous sommes fixés d'expérimenter dans cette vie.

Ce corps permet donc d'avoir accès aux Annales Akashiques.

Il est le siège de la conscience supérieure.
Il est relié au chakra laryngé.

6. Le corps **Christique ou Bouddhique**: en tant qu'aura on ne peut pas vraiment le percevoir.
Il est difficilement observable car il correspond à des états de conscience élevés. Mais c'est celui que nous devons travailler à notre époque pour monter nos vibrations et nous connecter à notre corps Atmique.
Ce corps, rarement formé chez la majorité des personnes, ne se rencontre que chez les saints ou les personnes ayant atteint une grande spiritualité.
Il permet l'illumination spirituelle, la connaissance totale de toute chose et d'atteindre la conscience divine.
Ce corps permet de rentrer en communication avec nos guides spirituels et nos anges.
Il est relié au chakra frontal.
7. Le corps **Atmique ou Divin**: il nous met en relation avec notre Moi Divin, notre Spiritualité. Il est caractérisé par une grande lumière blanche, ou une grande lumière dorée.
Ce corps également appelé corps divin est le siège de la conscience cosmique. A ce stade, nous avons achevé le cycle des réincarnations. Nous ne faisons qu'un avec l'Univers et faisons partie de la conscience de Dieu. Il est relié au chakra coronal.



2.3. Byosen, Scan de l'aura

(rappel Reiki I)

Byosen, mot japonais signifiant « ligne malade » ou « énergie négative ». Il s'agit de « scanner » l'aura de la personne avec la main Reiki.

La technique du Byosen peut être utilisée pour détecter les parties de l'aura qui ont besoin d'être guéries, de la même façon qu'elle est utilisée pour les chakras et le corps physique.

A pratiquer très certainement lors de la première séance d'une personne.

MF Hennekinne : par expérience, je conseille de faire un byosen sur le devant et sur le dos de la personne.

La capacité de détecter ces trous dans l'aura est totalement subjective et il appartient à chacun d'entre nous de développer cette capacité avec beaucoup de pratique.

Je vous invite à relire les chapitres relatifs au Byosen et à l'aura dans les Techniques Japonaises Reiki I.

Pour le protocole, se référer à

Manuel Reiki I. Nita Mocanu. P24.

Techniques Japonaises Reiki I

2.4. Lissage de l'aura

(Rappel Reiki I)

Le lissage de l'aura a comme effet de :

- créer un contact personnel, énergétique entre le donneur et le receveur
- placer le donneur en résonance avec la personne traitée et la situation à traiter. (harmonisation)
- nettoyer l'aura des énergies négatives inutiles à ce moment là et qui empêchent le fonctionnement du métabolisme naturel. Efface temporairement les schémas énergétiques existants.
- Cela renforce également les fonctions naturelles de l'aura (protection, transmission et stockage de l'énergie)
- donner au praticien une première impression des endroits de congestion et blocage.

Protocole

En procédant au lissage de l'aura, vous pouvez également maintenir votre autre main sur votre Tanden.

Avant tout traitement

Prépare le client sur le plan énergétique

- Passer les deux mains le long de tout le corps, à une distance de 10 à 20 cm.
- Commencer à 10 - 20 cm au delà de la tête et terminer à 10 - 20 cm au delà des pieds. **3 fois.**

Après tout traitement

Prépare le client à sortir de la séance Reiki. Et à ne pas retomber aussitôt dans ses anciens schémas.

Passer les deux mains le long de tout le corps, à une distance de 10 à 20 cm.

- Commencer 10 - 20 cm au delà de la tête et terminer à 10 - 20 cm au delà des pieds. **2 fois.**
- Commencer 10 - 20 cm au delà des pieds et remonter au delà de la tête. **1 fois.**

Le lissage dans ce sens aide le client à revenir dans le monde réel et à s'ancrer.

3. Les Chakras

L'aura et les chakras sont reliés, ayant une énergie et un but identique.

3.1. Origine

« Chakra » est un mot sanscrit signifiant « roue ».

Roues de lumière, vortex d'énergie rotatoire qui émanent de la colonne vertébrale. D'un point de vue psychique, on les considère plus souvent comme des bandes d'onde vaguement liées qui véhiculent l'information dans et hors le corps.

Les cultures asiatiques connaissent l'existence de ces centres depuis plus de 2000 ans. Mais en Occident cette information est parvenue seulement depuis quelques décennies.

La tradition occidentale attribue le système chakrique aux hindous. La description détaillée des 7 principaux chakras (chap. 4) y prend sa source.

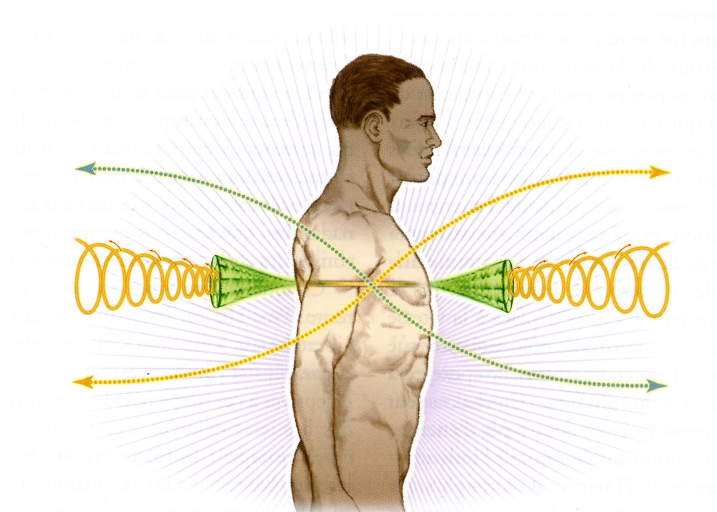
En réalité ces systèmes se retrouvent dans d'autres traditions et civilisations, même anciennes : tibétaine, maya, cherokee, Inca, égyptiens, africains, juif et même chrétien.

3.2. Définition

Les chakras sont des centres énergétiques destinés à alimenter en énergie les différentes parties de notre corps. Ils absorbent l'énergie vitale qui nous entoure, la métabolisent et la renvoient aux organes concernés.

= **capteurs d'énergie et transmetteurs** qui gouvernent notre bien-être émotionnel, psychique et spirituel.

Ils prennent la force vitale ou le Ki qui nous entoure, les transforment à des fréquences diverses dont nous avons besoin et les conduisent dans notre système d'énergie subtile.



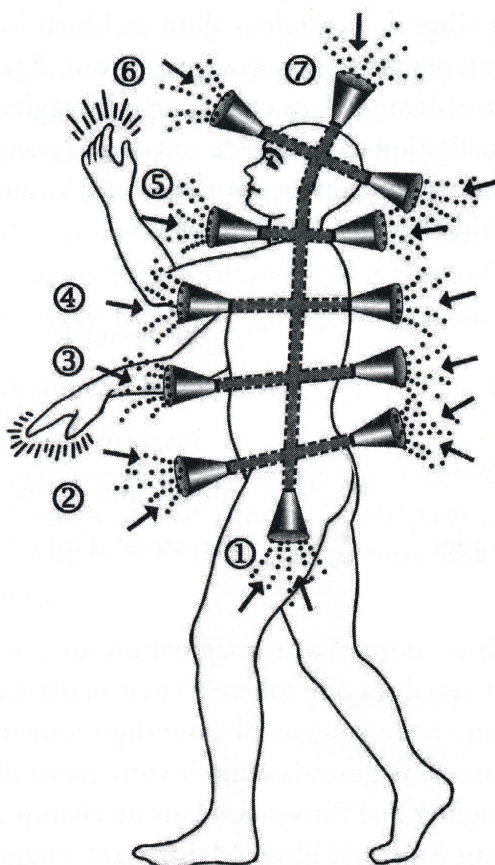
Caractéristiques

- Les chakras se situent au niveau subtil plutôt qu’au niveau physique.
- Ce sont des conduits qui permettent à l’énergie d’affluer et de refluer à travers l’aura et le corps physique.
- Ils s’ouvrent à l’avant et à l’arrière du corps. Les aspects antérieurs concernent les émotions, les aspects postérieurs, la volonté de la personne.
- Les chakras travaillent de façon autonome mais également en relation les uns avec les autres.
- Chaque chakra a une couleur et vibre à une fréquence spécifique.
- Un chakra sain vibre régulièrement, en un mouvement circulaire.

Il est important qu’ils soient **en équilibre**. Lorsqu’un chakra est sain, équilibré et ouvert, les parties spécifiques du corps qui lui sont liées sont aussi en bonne santé.

Il est donc utile de comprendre la base des chakras, leurs rôles et les caractéristiques qui se manifestent lorsqu’ils sont en sous-activité ou trop actifs.

Représentation des chakras



4. Les 7 chakras majeurs

Il y a 7 chakras majeurs qui se répartissent entre le bas de la colonne vertébrale et le sommet de la tête.

Des chakras complémentaires se situent au dessus du chakra coronal et en dessous du chakra racine.

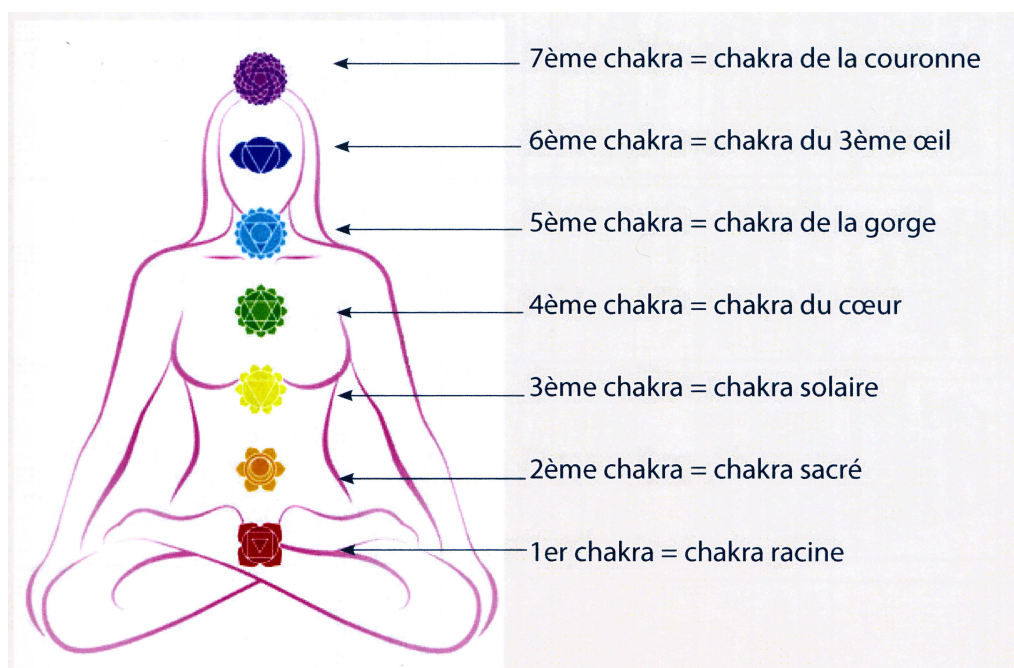
On dénombre une vingtaine de chakras secondaires ou mineurs : ceux des paumes des mains, des genoux, des plantes de pieds et autres parties du corps.

Intéressons nous aux chakras majeurs.

Ils sont situés à l'intérieur du corps, à l'avant et à l'arrière de la colonne vertébrale.

Le 1^{er} chakra est orienté vers la terre, le 7^{ème} vers le ciel. Les autres chakras s'ouvrent vers l'avant et l'arrière du corps.

Tous les chakras, excepté le coronal (7^{ème} chakra), sont liés à certaines parties du corps.



4.1. 1^{er} chakra – Chakra racine

Caractéristiques : sécurité, nourriture, abri.

Psychologiquement : centre de l'égo.

Emplacement	base de la colonne vertébrale, à la jointure du sacrum et du coccyx. Est orienté vers le bas, entre les jambes, en direction du sol.
Relié à	Pieds, jambes
Couleur	rouge
Elément	terre
Parties du corps / organes	Glandes surrénales, vessie, organes génitaux, colonne vertébrale, hanche
Fonctions	Volonté de vivre, Créativité, prospérité, sécurité de notre survie physique
Thèmes de vie associés	Volonté de vivre, survie, pouvoir, agression, sécurité , fondement, argent, travail, fertilité, foyer, sentiment d'appartenance, confiance, réponse par l'attaque ou la fuite.
Problèmes émotionnels	Peur de vivre, sentiment d'insécurité, agressivité, attitude défensive, manque de fiabilité, nervosité, tendance aux crises d'angoisse.
Problèmes physiques	Troubles digestifs : diarrhées chronique, entérite, constipation, hémorroïdes, impuissance. Problèmes concernant : anus, gros intestin, coccyx, sacrum, colonne vertébrale, lombaires.
Hypoactivité	insécurité, passivité, refoulement, difficulté à dire « non », tendance à la panique, aux larmes, au retrait, à l'absence, à l'indécision.
Hyperactivité	grande agressivité, fierté, difficulté à dire « oui », inflexibilité, dogmatisme.
En harmonie	honnêteté vis à vis de soi-même, stabilité, force.



4.2. 2^{ème} chakra – Chakra sacré

Emplacement	Entre le pubis et le nombril. Appelé aussi Hara (Inde), Tantien (Chine), Tanden (Japon)
Relié à	Chevilles, poignets
Couleur	orange
Elément	eau
Parties du corps / organes	Organes reproducteurs, fonctions d'élimination du corps, organes digestifs, reins, appareil urinaire, lombaires
Fonctions	Expression des sentiments, centre émotionnel , foyer des énergies sexuelles et sensuelles.
Thèmes de vie associés	Vitalité, joie de vivre, sexualité, sensualité, délicatesse des sentiments, relation, partage, intimité, plaisir, sensations, appétit, désirs , estime de soi
Problèmes émotionnels	Manque d'amour et d'acceptation de soi, difficulté à digérer les émotions, incapacité à s'engager, insatisfaction sexuelle (frigidité, impuissance, éjaculation précoce)
Problèmes physiques	Problèmes concernant : parties génitales, prostate, organes reproducteurs, petit et gros intestin, vessie, appendice, estomac, nerf sciatique, bas du dos, sacrum, zone lombaire.
Hypoactivité	Sentiment de culpabilité, faible estime de soi, peur d'être puni ou réprimé
Hyperactivité	Dépendance au plaisir, luxure, utilisation des autres à des fins sexuelles
En harmonie	Ouverture, écoute, appréciation des joies de la vie.

Dans ce chakra, l'énergie est reliée au cerveau primaire reptilien qui se situe à la base du crâne, à la fin de la colonne vertébrale.

Rôle du cerveau reptilien: survie, nous garder en forme physique, s'assurer de nos capacités de domination et d'accouplement.



4.3. 3^{ème} chakra – Plexus solaire

Emplacement	dans la région du plexus solaire, au dessus du nombril
Relié à	Partie inférieure des jambes et des bras
Couleur	jaune
Elément	feu
Parties du corps / organes	Estomac, foie, glandes surrénales, vésicule biliaire, pancréas, plexus solaire, rate, système digestif, milieu du dos
Fonctions	Centre de force et de sagesse. expression de l'être. Siège des émotions. Centre de l'intuition.
Thèmes de vie associés	Force intérieure, domination, volonté, contrôle, autodétermination, autoresponsabilisation, but, peur ou anxiété, faiblesse
Problèmes émotionnels	Sentiment de blocage, de culpabilité, de honte, rationalisation des sentiments, dépendance relationnelle
Problèmes physiques	Estomac, foie, glandes surrénales, vésicule biliaire, pancréas, plexus solaire, rate, système digestif, milieu du dos. Duodénum, système lymphatique, reins, zone lombaire. L'énergie bloquée au niveau cellulaire peut entraîner cancer, arthrite, anorexie, boulimie, ulcère.
Hypoactivité	Passivité, faiblesse, répression et retrait émotionnels, lien et attachement forts aux personnes et aux choses, surmenage, timidité, soumission, difficultés relationnelles.
Hyperactivité	Réactions excessives, goût pour le drame, manipulation, domination, tyrannie, autoritarisme, souffrance liée à un manque d'estime de soi, compétitivité, contrôle des autres, dépréciation des autres.
En harmonie	Spontanéité, détachement des êtres et des choses, saine estime de soi, maîtrise de soi, action sur le monde

Siège des émotions, des sentiments de puissance personnelle, de la colère de l'hostilité.
Centre de l'intuition psycho-éthérique.

Lorsque ce chakra est en déséquilibre, la personne est prête à écraser les autres pour arriver à ses fins. Elle prend contrôle sur autrui par la peur, la violence, la colère, le ressentiment, la vengeance, les émotions enflammées.



4.4. 4^{ème} chakra – cœur

C'est l'un des deux chakras importants par lequel le Reiki pénètre dans notre système. (William Lee Rand.)

Emplacement	Milieu de la poitrine
Relié à	Genoux, coude, zone pelvienne
Couleur	Vert et rose
Elément	Air
Parties du corps / organes	Cœur, thymus, poumons, circulation sanguine et tension artérielle, système immunitaire, cervicales, bras, mains
Fonctions	Amour, compassion
Thèmes de vie associés	Capacité à donner et recevoir de l'amour, amour inconditionnel, unité, compassion, gentillesse, amour de soi, paix, confiance, développement spirituel, pardon.
Problèmes émotionnels	Peur de l'amour et de l'intimité, peur d'être touché physiquement, de s'ouvrir aux autres, psychopathie potentielle
Problèmes physiques	Concerne : cœur, attaques cardiaques, tension artérielle et circulation sanguine, maladies du système immunitaire et du thymus, artères, poitrine, hanches, poumons, bronches, œsophage, diaphragme, thorax.
Hypoactivité	Peur de l'amour, refus de donner de l'amour, pragmatisme et égoïsme en cas de faiblesse cardiaque, confusion des sentiments, malentendus, disputes.
Hyperactivité	-
En harmonie	Faire preuve d'un amour inconditionnel, empathie, bonne volonté, compassion, dévotion, humilité, ouverture d'esprit, sentiments extravertis, don altruiste et désintéressé.



4.5. 5^{ème} chakra – gorge

Emplacement	Gorge
Relié à	Zones pelviennes et scapulaires
Couleur	Bleu
Elément	Ether
Parties du corps / organes	Gorge, voix, glande thyroïde, haut des poumons et des bras, appareil digestif, cou, mâchoire inférieure, œsophage, métabolisme.
Fonctions	Communication (écrite ou orale)
Thèmes de vie associés	Expression personnelle, communication, capacité à recevoir et accepter amour et dévotion, créativité, sens des responsabilités, prospérité.
Problèmes émotionnels	Rigidité, refus de faire des compromis, frustration dans la communication, peur de s'exprimer et de développer sa propre individualité.
Problèmes physiques	Concerne : gorge, cou, épaules, thyroïde, thymus, poumons, système immunitaire, bronches, système nerveux, bouche, dents, langue, maxillaire, trachée, vertèbres cervicales.
Hypoactivité	Incapacité à communiquer (avaler ce que l'on voudrait dire), difficulté à s'exprimer à travers les mots et la créativité, manque de dévotion.
Hyperactivité	Surimportance des choses terrestres, impartialité (objectivité) excessive
En harmonie	Capacité à développer et à vivre sa propre créativité, à s'exprimer, bonne image de soi et profonde acceptation de soi, dévotion, fiabilité et sérénité.

Chanter (et éventuellement peindre) contribue à équilibrer le chakra laryngé.



4.6. 6^{ème} chakra – troisième œil

Emplacement	Entre les sourcils, à environ 2,5 cm au dessus du nez
Relié à	Front
Couleur	Indigo
Elément	-
Parties du corps / organes	Glande pituitaire (épiphyse), cerveau inférieur, hypothalamus, yeux, nez, colonne vertébrale, oreilles, système nerveux autonome.
Fonctions	Centre de l' intuition , siège de la volonté et de la clairvoyance
Thèmes de vie associés	Contrôle des pensées, vision intérieure et compréhension, télépathie, inspiration, éveil spirituel, imagination, signes intérieurs, personnalité intégrée.
Problèmes émotionnels	Sentiment de rationalité et de rigidité intellectuelle, illusions, hallucinations, prédominance des pensées sur les sentiments.
Problèmes physiques	Tumeurs au cerveau, attaques cardiaques, insomnies, déséquilibres hormonaux, céphalées, migraines, sinusites, confusion, dépression. Maladies du système nerveux autonome, des oreilles, des yeux, de la colonne vertébrale et du système endocrinien. Problèmes concernant l'hémisphère cérébral gauche et l'œil droit.
Hypoactivité	Perte d'identité, confusion
Hyperactivité	Volonté de contrôle, ambition, égo fort, actions calculées, irrespect des autres
En harmonie	Expérience de la joie divine, conscience spirituelle, conscience de Dieu et disposition joyeuse.

La méditation aide à ouvrir le 3^{ème} œil.

Reiki : position du 3^{ème} œil

Une main est posée sur le sommet de la tête, l'autre sur le front. La main posée sur le front est verticale, et forme un T avec l'autre main. Les deux mains doivent se toucher.

Les deux mains envoient un rayon d'énergie, verticalement et horizontalement. Le point de rencontre est le 3^{ème} œil, siège de l'intuition.

Position importante pour une connexion avec l'Univers. Pour ceux qui sont trop matériel.



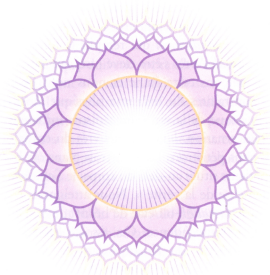
4.7. 7^{ème} chakra – coronal

C'est le second chakra important par lequel le Reiki pénètre dans notre système. (William Lee Rand.)

Emplacement	Au sommet de la tête. Il s'étend aussi au-dessus de la tête.
Relié à	Glande pinéale
Couleur	Violet et blanc
Elément	-
Parties du corps / organes	Glande pinéale, cerveau supérieur, système nerveux
Fonctions	Connexion au moi supérieur
Thèmes de vie associés	Conscience de l'Unité, accomplissement personnel, conscience spirituelle, sagesse, conscience accrue, intuition, lien au moi supérieur, à sa propre voix intérieure et à l'amour universel, aboutissement.
Problèmes potentiels	Le non-développement de ce chakra conduit à un matérialisme excessif
Maladies potentielles	Perturbation de la fonction cérébrale et des nerfs, tumeurs, ruptures d'anévrisme, problèmes de colonne vertébrale, importants troubles psychotiques, isolement total, choc profond, incapacité à affronter la réalité.

Le chakra coronal ne peut être influencé en terme d'ouverture ou de fermeture.

Il s'ouvre automatiquement à mesure que nous développons notre spiritualité. Lorsque nous sommes spirituellement éveillés, le chakra coronal est ouvert et nous avons conscience de l'Univers. Il se crée une unité entre nous, le Divin et toute chose.



5. Chakras et Reiki

Déjà, tout simplement, les positions des mains lors des auto-traitements Reiki ou des traitements à une autre personne se situent essentiellement sur les chakras.

Toutefois il est préconisé dans certains cas (et votre intuition vous guidera très bien) de travailler plus spécifiquement sur les chakras pour les harmoniser.

Lors d'une séance Reiki, il est possible et même conseillé de travailler de temps à autre **en reliant les chakras les uns avec les autres.**

Chakra 1 et chakra 6 : équilibre l'énergie de la tête et des parties inférieures du corps.

Chakra 2 et chakra 6 : profond effet relaxant. Permet de chasser les pensées et sentiments.

Chakra 2 et chakra 5 : expression plus facile de sa créativité.

Chakra 3 et chakra 4 : les bonnes décisions se prennent avec amour et compréhension.

5.1. Equilibrage des chakras

Pour atteindre un bon équilibre, il est important que

- chaque chakra s'harmonise avec le suivant, situé directement au dessus de lui.
- les 3 chakras inférieurs s'harmonisent avec les 3 chakras supérieurs.

Il est possible d'équilibrer soi-même ses chakras durant un auto-traitement.

C'est une forme de traitement Reiki qui permet à votre énergie de circuler librement et vous maintient en bonne santé.

Il est conseillé de rester sur chaque position entre 3 et 5 minutes.

On peut également travailler au ressenti : rester sur 2 chakras jusqu'à ressentir l'équilibre entre les deux mains.

! S'intéresser de trop près à un chakra en particulier peut entraîner troubles et maladies physiques. Comme pour tout, un juste équilibre et une liberté intérieure sont à trouver !

Techniques d'équilibrage des chakras

1. Equilibrage rapide des chakras

Permet de recharger rapidement les batteries. Technique non reiki.

Une main en permanence sur 1^{er} chakra. Avec l'autre main, aller du 7^{ème} chakra au 2^{ème} chakra :

- personne « spirituelle »

Une main en permanence sur le 6^{ème} chakra (3^{ème} œil). Avec l'autre main, aller du 1^{er} chakra au 5^{ème} chakra :

- personne « matérielle »
- Trop d'énergie dans la tête et pas assez dans la partie inférieure du corps.

2. Variante à 6 chakras en 3 positions

Main sur le chakra 1 et l'autre sur le chakra 6

Main sur le chakra 2 et l'autre sur le chakra 5

Main sur le chakra 3 et l'autre sur le chakra 4

3. Variante à 7 chakras en 4 positions

Main sur le chakra 1 et l'autre sur le chakra 7
 Main sur le chakra 2 et l'autre sur le chakra 6
 Main sur le chakra 3 et l'autre sur le chakra 5
 Les deux mains sur le chakra 4

4. Variante à 7 chakras en 8 positions

(Claire Denizet – Forum Reiki Evian 2017)

Cette variante peut être faite lors de la première séance des 4 séances consécutives. C'est une excellente préparation de la personne à recevoir du Reiki.

Prévoir 1h de travail, en commençant par le Byosen et le lissage de l'aura.

- 1) Cœur. Une main sur le cœur. Doigts de l'autre main sur le poignet de la personne.
Lancer le Symbole Karuna du cœur (pour les praticiens Reiki Karuna®). Plusieurs minutes.
- 2) Main sur le cœur. Main sur chakra 1
- 3) Main Chakra 1 – Main Chakra 7
- 4) Main sur le cœur. Main sur Chakra 2
- 5) Main Chakra 2 – Main Chakra 6
- 6) Main sur le cœur. Main sur Chakra 3
- 7) Main Chakra 3 – Main Chakra 5
- 8) Main Chakra 4 – Main Chakra 4 (cœur)

Si nœuds émotionnels, commencer par cœur - le 3ème chakra

Durée sur chaque chakra: au ressenti.

5. Pour les praticiens Reiki IV

Le symbole Serpent de Feu équilibre déjà les chakras. A utiliser sans modération.



5.2. En cas de blocage de l'énergie

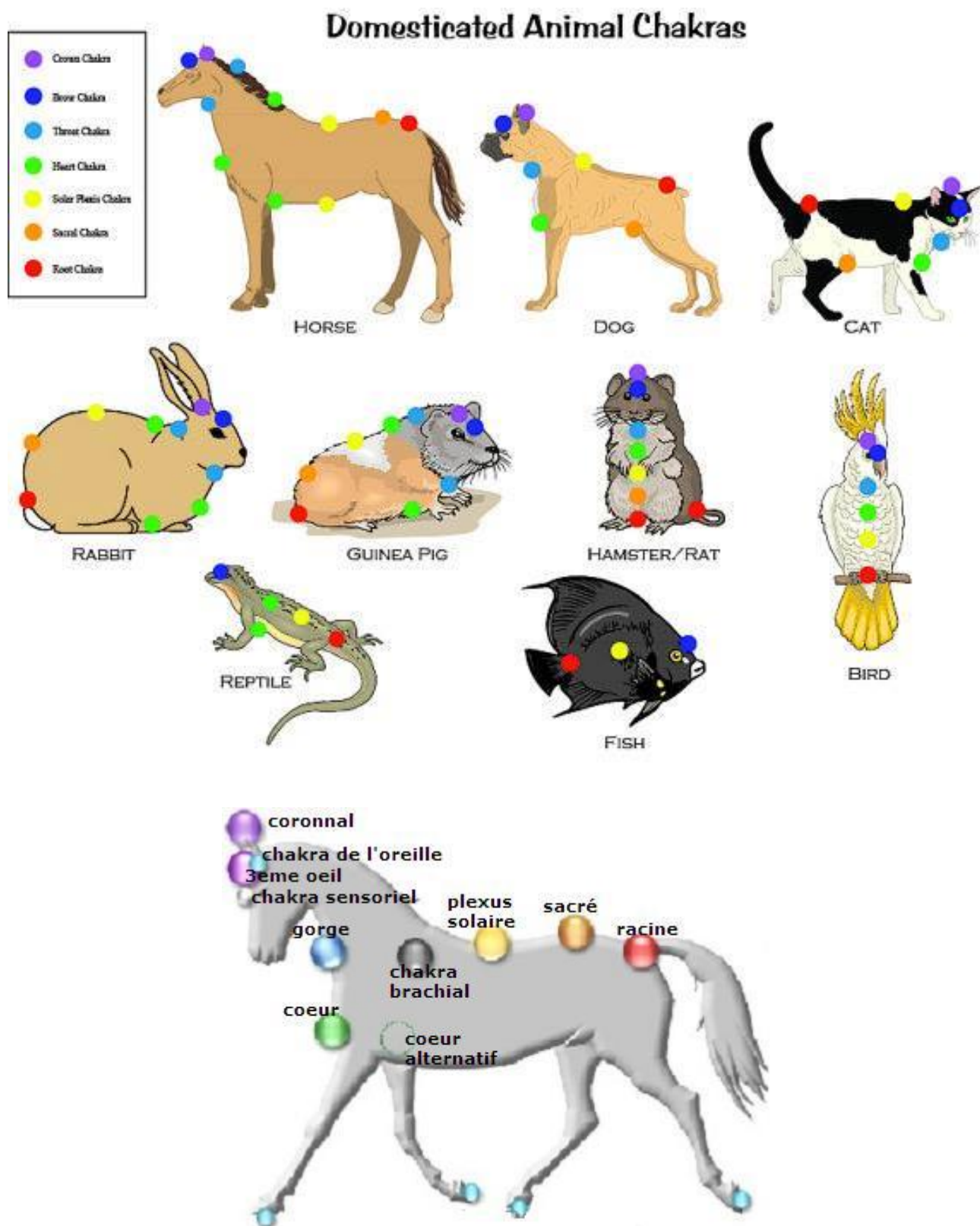
Pendant un traitement en direct, il est possible que vous sentiez un blocage de l'énergie. Vous arrivez sur une position où l'énergie ne semble pas circuler librement.

Plusieurs options sont possibles :

1. activer le SHK sur la zone concernée. S'il n'y a pas d'effet...
2. activer le SKSK sur la zone concernée. S'il n'y a pas d'effet...
3. Utiliser une des Techniques Japonaises de Reiki II : Uchi Te, Nade Te, Oshi Te
4. Donner 3 minutes de Reiki sur la plante des pieds de la personne.

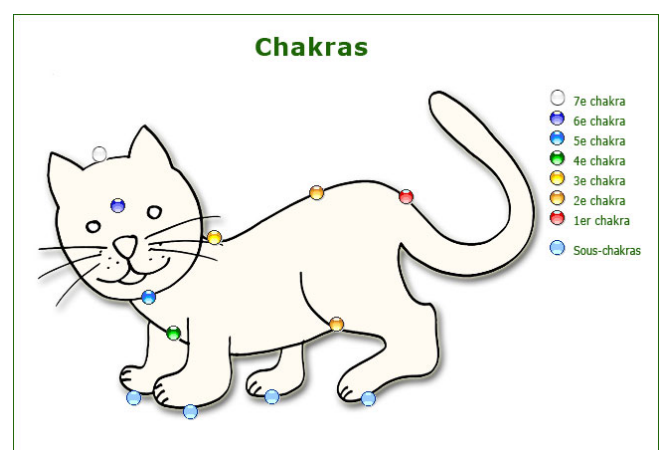
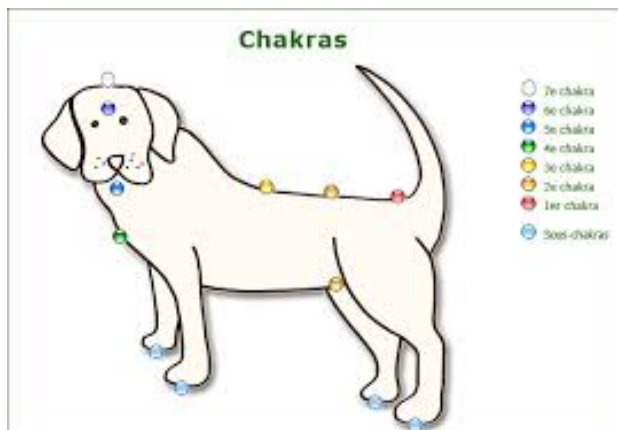
6. Chakras chez les animaux

Chez les animaux les chakras sont disposés un peu différemment, en fonction de l'espèce. Harmoniser les chakras est important. Posez vos mains, délicatement, sur la zone où se trouve le chakra. Mais, rappelez-vous, avec un temps beaucoup plus court que chez les humains ! Le travail à distance est parfois préférable à un traitement direct.



🐾 Pet Chakras 🐾

CHAKRA	FUNCTION PURPOSE	SIGNS OF IMBALANCE
 Crown	Connects to spirit	• Depression • Withdrawn
 Brow	Acceptance of self	• Bad eyes • Distant/distracted
 Throat	Communication	• Uncommunicative or excessively noisy • Doesn't listen to commands
 Heart	Relationships	• Sad (<i>recent emotional grief/separation/loss?</i>) • Overly possessive • Unwilling to interact with other animals • Jealous • Nervous around other animals for no known reason
 Solar Plexis	Personal power/-sense of self (<i>often depleted in domesticated animals</i>)	• Dejected • Withdrawn • Aggressive • Dominating • No enthusiasm
 Sacral	• Sexuality • Emotion	• Over emotional: excessive whining for no obvious reason • Boundary issues
 Root	• Survival • Grounding	• Excessively fearful/strong flight reaction • Greedy • Sluggish • Underweight • Restless



7. Bibliographie

Ces notes ont été réalisées sur base des livres suivants :

- Manuels de Reiki I. Nita Mocanu. Edt Niando. 2012 -2014.
- La Quintessence du Reiki. Walter Lübeck - Frank Arjava Petter - William Lee Rand. Edt Niando. 2002.
- Le Guide complet du Reiki. Tanmaya Honervogt. Edt Le Courrier du Livre. 2012.
- Les mémoires akashiques. Don Ernesto Ortiz. Edt Vega. 2015.
- Le corps subtil. Cyndi Dale. Edt Macro. 2016.