

no. 36  
2004 spring

# Holistic Healing Guide Book

## 気の森

世界の手当て療法を産んだ  
我が国のレイキ  
その最新の現状と活用法とは  
特集／発祥の地・ニッポンの“レイキ”と“手当て療法”



を出したい、定期的に練習をしたいという人たちのために行っています。西洋人はとかく、早く結果が出るものを好み、コースを受けたらそれで十分と思っている人が多いそうです。レイキはもちろん結果がすぐに体験できるものですが、プラクティショナーの心得として日々の意識が重要なのではないのでしょうか？ そのような意味でも、このサークルは卒業生にとって有意義な時間を提供してくれているようです。

基本的に参加は卒業生が対象で、以前は外部にもオープンにしていたのですが、たくさん集まりすぎたため規制するようになったそうです。しかしとても心温かく気さくな方なので、シドニーへ行った際に機会が

あったら訪れてみてはいかがでしょうか？ 私も飛び込みで参加させていただきました。

このサークルのプログラムで驚いたのは、毎回始めの瞑想の後フランスによるアチューンメント（霊授）が行われることです。これは身体的・精神的・感情的・霊的な状態をクリアにし、後に続く練習のサポートを強めるためだそうです。

レイキで初めてアチューンメントを受けた時のことを思い出しました。皆で円座を組み瞑想をしている間、フランスが一人一人の前でシンボルを描きマントラを唱えていきます。心地よい空気に部屋中が包まれました。つづいてテーブルを用意しペアを組み、思い思いにトリートメ

ントを受け、与えていきます。静寂の中で皆のエネルギーが一体となっていることが感じられました。

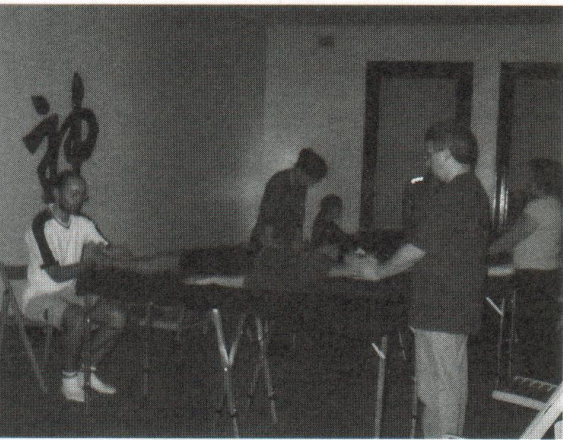
ここでは、レイキや瞑想のためのCD等の他に、ボロウエンがブルーマウンテンで作っているという7つのバイブレーションナルレメディも並んでいます。これはフラワーエッセンスのように1日3回舌下に2滴たらしめますが、すべてレイキのエネルギーが込められているそうです。7つのレメディは7つのチャクラに対応していて、付属のカードを引いてその日のレメディを決めても良いし、自分の直感で選んでも良いそうです。

ちなみに私は第一のルートチャクラでした。数日間にわたるハードスケジュールで、身体が疲れていたせいかもしれません。

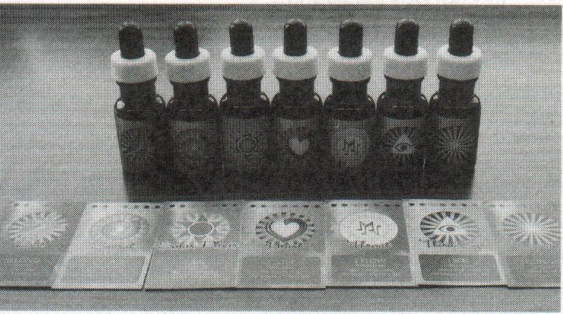
## セルフヒーリングに 焦点を当てた テクニクを伝授

フランスにちよつと意地悪な質問をしてみました。

その前日に、たまたま友人から知らされたのですが、オーストラリア



ある人は頭に、ある人は足に。手のポジションを確認し、レイキの流れを感じていく。部屋は静寂と優しいエネルギーで満たされている



レメディのボトルとカードにはそれぞれのチャクラに関わるメッセージが。カラフルでポップなデザインは、オーストラリアで発展してきたレイキラしさが表れている

# THE REIKI SOURCEBOOK

BRONWEN and FRANS STIENE  
Founders of the International House of Reiki

"An absolutely indispensable resource that everyone involved with practical Reiki will want to own." - Heidi Drury, Editor of *Inner Voices*, and author of *Secrets of Reiki and The Reiki Masters*

レイキのすべてがわかる！ 直接WEBへ注文あるいはwww.amazon.comでも購入可。

## インターナショナル・ハウス・オブ・レイキ受講生の声

### Q レイキを習おうと思ったきっかけは？

- A1 自然治癒力を高めたかったから  
A2 ヨガや瞑想をしているので集中力を高めたかった  
A3 どんなものなのか知りたかった  
結果は……ショック！  
A4 自分はもちろん人を癒してあげたいから

### Q 日常生活でレイキをどう活用しているの？

- A1 家族や友人をサポートすることができ  
A2 深いリラクゼーションを得るために  
A3 瞑想のとき  
A4 眠りにつくとき

### Q レイキを習ってどう変わった？

- A1 より冷静になった  
落ち着きを取り戻した  
A2 自然治癒力が高まった  
A3 エネルギーに対しての知覚が鋭くなった  
A4 より自信や信念を持てるようになり、またそのことを人に話せるようになった  
忙しい仕事のストレス下でも自分に集中することが出来、イライラをうまく解消することが出来るようになった

では第1から第4までのシンボルとマントラを明記した本が出版されているのです。私もこの目でその本を確認しました。シンボルは他者にはみせてはいけないものと教えられ、講習時に練習した紙もその場で処分したのです。なぜ、このような本が出ているのでしょうか？ そのことについて、どのように思われているのでしょうか？

フランスも、この件に関しては遺憾に思っているようです。しかし、彼はこうも言いました。シンボルはSACRED（神聖なもの）ではあるが、SECRET（秘密のもの）ではないのではないかと。

ここに西洋で発展したレイキと日本に残ったレイキとの捉え方の違いがあるのかもしれませんが。フランスの言う「伝統的な西洋レイキ」は外側の「人を癒す」ことに焦点を当てているため、さまざまな他のテクニック、例えばチャクラシステムの理論などを取り入れて新しいレイキを発展させていきました。伝授された弟子が自分のオリジナルを、またその弟子が自分のオリジナルをというように。

一方、日本のレイキはセルフヒーリングに焦点を当てていて、もっと内面を見つめることに重点を置いているのではないのでしょうか。今、西

洋でもかなり混乱しているようで、そのためにフランスは夫婦でレイキの百科事典とでもいうべき、『THE REIKI SOURCEBOOK』を昨年、上梓したそうです。

私も1冊購入しましたが、かなり読み応えがあります。各レイキ療法の詳細やテクニック、諸国のアソシエーションなども掲載されていて、混沌としているそれぞれのレイキ療法の関係がすっきりわかるようになっていきます。ただし、この試みは何が良くてどれが悪いかを判断するものではなく、混乱している状況を整理するためのものだそうです。

フランス自身は、西洋レイキより

も日本式のレイキの方が大切だと思っているのです。人に癒しを与えるためには、まずは自身の癒しからということでしょうか？ ここインターナショナル・ハウス・オブ・レイキでは、現代霊気法・光明霊気会・直伝霊気の要素を取り入れた白井霊気療法でセルフヒーリングに焦点を当てたレイキテクニックを伝授しているそうです。

実は私がシドニーで沙羅さんから伝授されたレイキも、白井式でした。今回絶妙なタイミングでこの地を訪れることが出来たのは、やはりレイキのエネルギーで導かれていたのではないのでしょうか？