

## Santé : méthode énergétique d'Orient et culture occidentale

Il est indéniable que les pratiques venues d'Orient ont leur place dans notre société. Ainsi, le yoga, le shiatsu, le tai-chi, le qi-gong permettent de gérer son énergie pour se sentir bien... Mais aussi la sophrologie avec son caractère contemplatif et méditatif. Le Reiki né au Japon en 1922, regroupe à la fois l'énergétique et la méditation. Il relève de ces méthodes permettant de garder un esprit zen.

Quelle place peut-on lui accorder dans notre culture occidentale contemporaine ?

### Une science humaine qui évolue

---

Tout le monde sait que les douleurs psychosomatiques (mal de ventre, de tête, piques de stress ressenties dans le corps...) et leur disparition ne trouvent pas le même écho dans la science du Japon début 1900 et celle de l'occident actuel.

La compréhension de l'apparition de certaines maladies s'est développée : aujourd'hui, la phénoménologie explique la naissance du stress, les neurosciences viennent définir les effets négatifs du stress (risques psychosociaux, troubles lésionnels).

Quant au Reiki, sa démarche aide les personnes à résorber certains troubles physiques (psychosomatique) et psychologiques (émotionnel difficile). Quel lien entre son fonctionnement d'origine, et notre connaissance actuelle ?

### Le Reiki, une pratique vivante et évolutive

---

Le Reiki appartient au domaine psycho-énergétique. Il utilise l'union de la relaxation et de la méditation par le toucher, pour que la personne apprenne à gérer son énergie, et se sente bien. Surtout, c'est une pratique altruiste, de relation d'aide.

Mais comment fonctionne-t-il ? Pourquoi la personne va-t-elle mieux quand on pose les mains sur elle ? Qu'est-ce qui se passe en elle sur le plan physique et psychologique ? Où situer l'énergie dans cette relation corps – esprit ? Comment faire émerger les potentiels naturels solutionnant que la personne a en elle ?



Crédit Shutterstock

Poser les mains et effectuer une méditation pour l'autre est la pratique aboutie. Toutefois, il ne faut pas occulter son fondement, qui s'explique par l'ontologie – neurosciences, sciences cognitives, phénoménologie.

### Attention au New Age

---

Si le praticien n'a aucune connaissance des sciences humaines, il n'a aucune chance de comprendre ce qu'il fait, ni de pouvoir l'expliquer de façon cohérente. Il ira donc chercher des explications basées sur des croyances, invérifiables. Et donc sa pratique n'est pas la bonne.

De plus, sachant que les pratiques énergétiques venues d'Orient nous apprennent à gérer notre énergie, pourquoi le Reiki, aussi une pratique énergétique venue d'Orient, aurait-elle une démarche opposée, comme prétendu dans le New Age, consistant à se connecter à une énergie cosmique, universelle, magique, que l'on canalise chez l'autre pour le guérir ou pour nettoyer ses mauvaises énergies ?

Ces affirmations sont nées parce que des personnes ont remplacé la méditation d'origine du Reiki d'Usui, par un mode de pensée New Age, agrémenté de rituels folkloriques (nettoyage des chakras, ramonage du canal, etc). Et aujourd'hui repris bêtement et naïvement par tout le monde - sans remettre en cause ces affirmations, ni vérifier la source réelle, pourtant accessible !

## La Reikiologie, ou l'étude du Reiki

---



La Reikiologie prend sa source dans le Reiki Traditionnel du fondateur Usui, instauré au début des années 1900 au Japon (celui-ci n'a pas laissé de source écrite). Mais pour expliquer pourquoi le véritable Reiki d'origine fonctionne sur nos contemporains, et comment, elle ne peut qu'utiliser les connaissances et références actuelles des sciences humaines !

C'est la raison pour laquelle aujourd'hui, ses effets de bien-être et anti-stress sont cliniquement prouvés. Le cursus des professionnels aboutit sur un diplôme européen d'enseignement supérieur, un BAC +3.

C'est la seule pratique de bien-être en France, étant allée jusqu'au bout de la démonstration de son fonctionnement.

## Trouver des Reikiologues

---

Ils sont regroupés à la Fédération Française de Reiki Traditionnel.

Leur savoir-être et expérience de terrain a été passée à la loupe par Dekra Certification, un organisme international certificateur. Celui-ci valide leur pratique de terrain et leur délivre un titre, Reikiologue.

Durée des consultations : 1 heure.

Tarif : entre 40 et 70 euros, selon les régions et les compétences validées.

Annuaire en ligne : [www.ffrt.fr](http://www.ffrt.fr)

**Contact Presse** : Estelle IVANEZ / tél. : 01.44.40.29.50 / email : [presse@ffrt.fr](mailto:presse@ffrt.fr) / F.F.R.T. – 11 Rue Cels – 75014 Paris

### **A propos de la Fédération Française de Reiki Traditionnel / F.F.R.T.**

Depuis sa création en mars 2002, la F.F.R.T. apporte aux professionnels des référentiels de formation et de compétences de la Reikiologie dans un cadre éthique et déontologique. La Reikiologie, est une science ontologique, de relation d'aide et d'accompagnement de la personne par l'union de la relaxation et de la méditation par le toucher. Les effets de bien-être et de réduction du stress de la Reikiologie sont cliniquement prouvés (laboratoire agréé par le Ministère de la Santé). La F.F.R.T. est certifiée ISO 9001, norme internationale de qualité. Depuis 2014, ses professionnels bénéficient d'une Certification de Personne Reikiologue, un certificat de compétences délivré par le tierce partie Dekra Certification. Adhérente de la Chambre Nationale des Professions Libérales, elle soutient également le *Global Compact*, pacte d'éthique des Nations Unies. Début 2016, elle a signé un partenariat avec Chèque Santé, titre prépayé pour la prévention de la santé. La F.F.R.T. a deux organismes de formation intégrés : [l'Institut de Reiki](http://lInstitut.de.Reiki) (formations longues) et [FormaReiki](http://FormaReiki) (formations courtes).

[www.ffrt.fr](http://www.ffrt.fr)