

COMMUNIQUE DE PRESSE

Le 20 juin

Le reiki, plus qu'une méthode contre la bobologie

Le reiki est souvent associé à la « bobologie », c'est-à-dire que pour beaucoup, il sert à guérir le corps et ses bobos – voire certaines maladies. Bien que le reiki résorbe certains troubles fonctionnels, c'est-à-dire la somatisation, il est bien plus que cela. C'est avant tout une pratique de connaissance de soi, aidant à accéder à son spirituel.

Le reiki, c'est quoi ?



Le reiki est une méthode énergétique venue du Japon, née en 1922. Il consiste à utiliser le toucher méditatif pour remettre en route les énergies de la personne, qui sont bloquées au niveau du corps et de l'esprit.

Une fois ses énergies bloquées libérées, la personne peut accéder à ses potentiels naturels solutionnant. Le sens profond de la méthode est donc d'aider chacun à atteindre son équilibre et son plein potentiel dans sa vie personnelle, sociale et professionnelle.

La prévention de la santé avant la guérison

L'Occident est préoccupé par la bonne santé du corps et par la résorption de toute maladie, physique et psychique, en soignant par le corps. Force est de constater que cette approche par le corps ne fonctionne pas toujours, surtout pour résorber définitivement des troubles mentaux.

L'Orient mise sur la prévention de la santé. Dans sa compréhension holistique de l'être humain, l'Orient préserve la bonne santé, physique et mentale, en proposant des pratiques permettant, bien sûr, de traiter les désordres du corps. Mais avant tout, il vise à réguler le déséquilibre corps – mental, qui déclenche des maladies.



Cette approche globale de la personne apprend à celle-ci à être plus à l'écoute d'elle-même, et à accéder à une meilleure connaissance d'elle-même. Elle peut ainsi prendre plus soin d'elle, avant qu'il ne soit trop tard.

De la prévention de la santé, au spirituel

Mais ne pas tomber malade n'est pas une finalité en soi dans le reiki. Pas plus que l'utilisation d'énergie, avec des pouvoirs frisant la toute puissance...

La connaissance de soi acquise grâce au reiki permet de se sentir en accord avec soi-même, ses valeurs de vie, et son environnement. Ce qui aide à ne pas se préparer certaines formes de maladies ou à rechuter. C'est ce que nous révèlent beaucoup d'études internationales de ces dernières décennies, quand les personnes utilisent la relaxation ou la méditation, ce qu'est la méthode du reiki.

Mais en menant à la connaissance de soi, le reiki mène aussi à son spirituel. Le spirituel est la dimension profonde de la personne, c'est-à-dire sa profondeur, qui lui permet de se sentir en harmonie avec elle-même et son environnement, de prendre sa place, malgré les aléas de la vie, et ainsi, de donner du sens à sa vie.

Notons que le reiki n'a rien à voir avec une méthode de canalisation d'énergie, où on utilise des concepts, comme l'énergie universelle, ou l'énergie d'êtres impalpables (anges, guides protecteurs, etc), que beaucoup associent avec la spiritualité.

Les formes possibles de reiki

Tout comme en sophrologie, en hypnose et d'autres méthodes de relation d'aide, il n'est pas possible de venir professionnel de reiki en 2 ou 4 jours. Aussi, le reiki est aujourd'hui accessible sous deux formes :

- En développement personnel, avec des formations courtes, de 1 à 8 jours ;
- En formation professionnelle, sur des périodes allant de 7 à 11 mois minimum, basée sur un référentiel métier précis (et pas sur la méthode de feeling habituellement utilisée par les « praticiens » installés au bout de 2 jours de formation).

Où trouver des professionnels ?

Sur l'[annuaire en ligne](#) de la Fédération Française de Reiki Traditionnel, avec des reikiologues, certifiés ISO 17024 par DEKRA Certification. Les séances durent 1 heure. Leur tarif s'élève entre 50 à 70 euros.

Pour se former au reiki traditionnel à des fins de développement personnel pour soi et ses proches, des formations de 1 à 5 jours sont possibles avec l'[Académie de Pleine Présence](#).

Pour devenir professionnel : ce sont les cursus académiques diplômants européens de l'[Institut de Reiki](#) et de l'[Institut Internacional de Reikiologie](#).

Contact presse : IVANEZ Estelle, administration @ ffrt.fr

A propos de la Fédération Française de Reiki Traditionnel / FFRT

Depuis sa création en mars 2002, la FFRT apporte aux professionnels du reiki des référentiels de formation et de compétences dans un cadre éthique et déontologique. La reikiologie, forme aboutie du reiki, est validée par un cursus académique européen (système ECTS), est une méthode de bien-être par l'union de la relaxation et de la méditation par le toucher. Ses effets de bien-être et de réduction du stress sont cliniquement prouvés.

La FFRT est certifiée ISO 9001, norme internationale de qualité, à laquelle sont aussi soumis ses 2 organismes de formation intégrés, l'Institut de Reiki, l'Académie de Pleine Présence et l'Institut Internacional de Reikiologie. Depuis 2014, ses professionnels bénéficient d'une Certification de Personne, un process tierce partie avec DEKRA Certification, pour contrôler la pratique de terrain des praticiens installés.

www.ffrt.fr