

COMMUNIQUE DE PRESSE

Le 13 décembre 2022

La reikiologie, la prévention des émotions négatives

Anxiété, angoisse, tristesse, déception, frustration, colère... sont devenues nos compagnons quotidiens depuis quelques années.

Comment ne pas se laisser polluer par ces émotions négatives, que nous nous transmettons entre nous grâce à nos tempéraments « d'éponges émotionnelles », mais aussi qui altèrent notre santé en agissant directement sur notre équilibre moral ou notre système corporel ?

Et si la reikiologie vous permettait de garder une qualité de vie, mais surtout, de faire de la prévention émotionnelle ? On vous dit - presque - tout sur cette méthode à la croisée des connaissances humaines occidentale et orientale.

Définition de la reikiologie



La Reikiologie est la méthode du reiki qui ne recourt pas aux nombreuses approches basées sur la canalisation de l'énergie. En effet, ces méthodes sont des déviations de la démarche du fondateur du reiki, le maître de méditation japonais Mikao Usui. Elle repose sur l'union d'un toucher spécifique relaxant, avec un travail de méditation en pleine conscience du praticien, le tout sur des points énergétiques du corps de la personne. Cela libère les tensions énergétiques, afin de laisser émerger les potentiels naturels intrinsèques de la personne.

Sont concernées par ce travail de dissolution les tensions de stress, les tensions émotionnelles, les tensions psychiques et physiques.

Quand la coupe est pleine...

Cette relaxation profonde de toucher méditatif aide chacun à aller chercher en soi son bien-être naturel et durable. Elle s'adresse aux personnes qui n'en peuvent plus, et ont besoin de vider ce trop-plein d'émotions négatives qui les envahissent au quotidien.

Contrairement aux solutions existantes de la compréhension occidentale, la reikiologie ne consiste pas à gérer ses émotions. En effet, gérer sous-entend qu'il faut continuer à « faire avec » avec ces émotions négatives dont on ne veut plus. Or, la reikiologie n'aide pas qu'à vider la coupe quand celle-ci est pleine. Elle l'empêche de se remplir, comme on le verra après. Déjà, elle vide la coupe sur un plan holistique, donc durable : elle agit sur les impacts émotionnels qui au final, déséquilibrent le corps, le mental... et l'énergie. La reikiologie permet de récupérer l'énergie bloquée de l'émotion, pour la transformer en dynamique naturelle de vie.

La prévention : empêcher la coupe de se remplir

Mais la reikiologie clame haut et fort qu'elle peut aller plus loin encore. Pour cela, elle repose sur les connaissances phénoménologiques des traditions méditatives, sur une ouverture sur l'Orient, et sur les vérifications habituelles des neurosciences des approches de relaxation ou de méditation.

La reikiologie permet à chacun d'avoir son autonomie émotionnelle, en rappelant que personne n'est obligé de subir ses émotions négatives. Mais qu'avec la connaissance holistique, chacun peut agir en amont, et ne pas laisser se remplir sa coupe intérieure !

En effet, le praticien en reikiologie agit sur les causes énergétiques qui déclenchent les affres émotionnels quotidiens. Un peu comme une chasse au trésor, où le 'patient', dans cette nouvelle connaissance de soi et la découverte de ses fabuleux potentiels insoupçonnés, finit par ne plus se laisser emporter par le « c'est plus fort que moi ».

Une validation scientifique depuis 2015

Trop beau pour être vrai ?

Pourtant, la reikiologie a confirmé ce qu'elle prétend, depuis que ses enseignements professionnels ont vu le jour en janvier 2000. Ces mêmes enseignements qui, aujourd'hui, sont officiellement reconnus sur le plan académique européen.

En 2015, une étude clinique a évalué l'effet de la reikiologie sur le bien-être instantané de personnes en état de stress, d'anxiété, ou avec personnalité angoissée. Le laboratoire, appliquant des critères validés par le Ministère de la Santé, a organisé un questionnaire pré- et post-séance de reikiologie autour de 8 dimensions : le bonheur, l'affection, le calme, l'énergie, la peur, la colère, la fatigue et la tristesse. Les résultats ont montré une augmentation significative de l'humeur plaisante et dans le même temps, une diminution significative de l'humeur déplaisante.

Comment expliquer cela ? Grâce au praticien en reikiologie, appelé aussi reikiologue, la dynamique naturelle vitale de la personne, bloquée jusqu'ici en « mauvaise énergie » ou « mauvaise émotion », est fluidifiée. Dans cette nouvelle ouverture, la personne se « connecte à ses bonnes racines » et se remplit de légèreté de vivre.

Où trouver des praticiens et formation en reikiologie ?

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