

Prolongez votre été avec la reikiologie

Les vacances s'achèvent lentement, et avec elles, l'ambiance ensoleillée s'estompe, notre légèreté de l'esprit et notre bonne humeur aussi.

Et l'on se dit qu'il va falloir attendre un an maintenant pour y goûter à nouveau.

Pas forcément... Notre soleil intérieur, communément appelé le bien-être naturel, lui, rayonne toute l'année. Il ne tient qu'à nous de pousser les nuages qui le cachent, et de prolonger intérieurement notre été.

Pousser les nuages qui recouvrent notre soleil intérieur

Avec la fin des vacances, les difficultés de la vie quotidienne reviennent – notre humeur estivale laisse bientôt place au stress de la reprise, aux tensions et à la fatigue. La joie des embouteillages, en voiture comme en transports en commun. Ces perturbations viennent entacher notre bien-être, quelles qu'en soient les formes : manque de motivation, tensions psychiques, remises en question, rumination mentale et avec elle le mauvais sommeil. Tels sont nos nuages intérieurs, venant occulter notre ressource naturelle de bien-être.

Pour autant, malgré les différentes perturbations qui peuvent se présenter à nous, ce soleil intérieur n'en reste pas moins toujours présent – si nous n'en avons pas le goût intérieur, nous ne continuerions pas à y penser et à le chercher. Mais on le sait bien aussi : il ne suffit pas de vouloir aller bien pour que cela se produise. Alors, comment faire pour prolonger notre été et son humeur légère ?



Le sens de la Reikiologie est de pousser tous ces nuages, pour faire réapparaître le soleil.

Une méthode de bien-être avec une approche naturelle

Au cours d'une consultation avec un reikiologue, la personne peut s'exprimer sur sa situation et les tensions qui l'amènent. Le reikiologue prend en compte l'histoire de la personne et adapte sa consultation sur-mesure pour l'accompagner vers la libération de ses tensions psychiques et physiques. Pour sa part, la personne est allongée, habillée, et n'a rien à faire. Le reikiologue pose les mains, avec un toucher fixe et léger, sur des points spécifiques du corps. Dans le même temps, il pratique une méditation spécifique, pour que la personne entre dans sa propre résonance méditative. Ainsi, la séance elle-même lui permet de lâcher prise avec son mal-être et de vivre les bienfaits aujourd'hui connus de la méditation : calme mental, apaisement des émotions, dissolution du stress, libération des tensions douloureuses, motivation retrouvée, etc.



La personne n'a pas besoin de savoir elle-même méditer pour que cela fonctionne : c'est là que réside tout le savoir-faire et la spécificité du métier de reikiologue.

Utilisée régulièrement, la personne fait fructifier ses capacités et ressources naturelles de bien-être et ne se laisse plus déstabiliser par son environnement – même si celui-ci est tendu.

Elle vit ainsi tout au long de l'année son soleil intérieur.

Les effets de la Reikiologie sont cliniquement prouvés

Suite à une étude clinique menée sous contrôle médical par un laboratoire français, agréé par le Ministère de la Santé comme centre d'expérimentation clinique, les effets de bien-être et d'antistress de la reikiologie sont cliniquement prouvés, dès la première séance de 45 minutes.

Notamment, l'étude a révélé une baisse du stress d'environ 36% chez 95% des bénéficiaires. Elle a également montré un effet notable de transformation naturelle du mal-être en bien-être, et une diminution de la pression artérielle systolique.



Crédit Photo : Fotolia

Qui sont les reikiologues ?

Ce sont des professionnels du bien-être sous supervision continue, même une fois leur diplôme en poche. Ils œuvrent ainsi dans un cadre réglementé, afin d'assurer aux personnes qui viennent les consulter, des prestations de qualité et en toute sécurité.

Aussi, tout reikiologue est forcément enregistré à la Fédération Française de Reiki Traditionnel et indiqué sur son annuaire en ligne, www.ffrt.fr

Où se former à la Reikiologie ?

Formations de **développement personnel** : 1 journée découverte pour débutant, [Académie de Pleine Présence](#)

Formation de développement personnel, 5 jours de formation pour devenir Praticien de reiki pour soi et ses proches, [Académie de Pleine Présence](#)

Formations professionnelles, pour **pratiquer sur tout public** : 34 jours, [Institut de Reiki](#)

Contact Presse : Estelle IVANEZ / tél. : 01.44.40.29.50 / email : presse@ffrt.fr / FFRT – 11 Rue Cels – 75014 Paris

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 professionnelle du reiki 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.

La Reikiologie est la forme du reiki respectueuse du sens d'origine donné par le fondateur japonais Mikao Usui. Elle ne s'inscrit pas dans les méthodes déviées sur l'énergie, recourant à l'énergie universelle et les rituels initiatiques. Son approche n'est pas basée sur les croyances et le conditionnement du placebo observé dans ces méthodes, et ne favorise pas les déviations thérapeutiques.

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 FFRT est certifiée ISO 9001, norme internationale de qualité, à laquelle sont aussi soumis ses 2 organismes de formation intégrés, l'Institut de Reiki et l'Académie de Pleine Présence. Depuis 2014, ses professionnels bénéficient d'une Certification de Personne Reikiologie, un certificat de compétences délivré par DEKRA Certification.

www.ffrt.fr