

Le Reiki Traditionnel



D'origine japonaise, le reiki est une pratique naturelle et accessible à chacun et basée sur le fonctionnement naturel de l'être humain. C'est une approche psychocorporelle d'accompagnement et de relation d'aide à visée thérapeutique.

Le Reiki permet de libérer nos énergies internes bloquées, qui créent des tensions au niveau du corps (douleurs, somatisation, certaines maladies) et de l'esprit (pensées parasites, anxiété, angoisse, déprime, burn-out...).

En libérant les tensions physiques et psychiques, Le Reiki nous conduit à trouver nos potentiels intérieurs afin d'atteindre le bien être naturel et durable. C'est une relaxation méditative alliée à un toucher fixe et léger au niveau des centres énergétiques permettant de faire émerger nos propres potentiels et de nous adapter plus facilement aux difficultés et ainsi mieux vivre.

Le Reiki Traditionnel permet de détendre naturellement le corps, de lâcher prise, se relaxer afin de vivre un calme mental et une sérénité durable de l'esprit. Progressivement, la relaxation profonde et le calme mental permettent l'émergence d'une plus grande confiance en soi et d'une plus forte estime de soi, l'optimisation de l'énergie vitale et permet de recouvrer la motivation, le moral et un dynamisme naturel. Il en résulte une manière positive d'aborder toutes les situations de votre vie par une vision plus claire en accédant à nos propres potentiels naturels.

Le Reiki est indiqué dans les cas suivants :

- Lutte contre le stress (tensions, nervosité...),
- Optimiser le bien-être au quotidien
- Le ressourcement naturel ,la détente du corps et de l'esprit
- Les dépresses passagères , la perte de motivation
- Perte de confiance et d'estime de soi,
- Fatigue anormale
- Psychosomatique (après vérification et avec accord du médecin) : mal de dos, de tête, de ventre...,
- Douleur et tension physique,
- Accompagnement des maladies en complément et avec accord du corps médical, pour trouver son confort physique et psychique