



REIKI, MÉTHODE D'ORIGINE JAPONAISE

Union de la méditation et de la relaxation par un toucher relaxant sur des points du corps, le Reiki est une pratique de bien-être et de relation d'aide, consistant à arrêter les maux de la personne, en équilibrant son corps, son énergie et son esprit. Comme toutes les pratiques énergétiques venues d'Orient (Tai-Chi, Qi-Qong, Aïkido, etc), le reiki permet de savoir gérer ses énergies

Plus d'informations et adresses de praticiens sur www.ffrt.fr

LE SENTIMENT QUE TOUT VOUS ÉCHAPPE ? QUE VOUS PERDEZ PIED ?

LE REIKI ÉVOLUTIF vous aide à reprendre le contrôle de vous-même, à retrouver l'équilibre : à devenir une solution.

« Combien de fois nous sommes-nous déclarés vaincus ? Combien de fois avons-nous renoncé par peur du changement, par manque de confiance ou d'estime de soi ? Transformer votre force d'inertie en énergie motrice, rompre les mécanismes autodestructeurs pour réparer vos capacités et votre aptitude à les mobiliser, c'est le sens du travail que nous réussissons ensemble ».

Le reiki, une alternative à l'assistance chimique ?

« Rien n'oppose médecine conventionnelle et reiki. Complémentaires, ces deux sciences actionnent des ressorts différents. Là où notre médecine traite la fonction mécanique du corps, le reiki cible des facultés tangibles mais sous exploitées, ignorées le plus souvent. Le corps possède la faculté de cicatriser de lui-même. Le reiki accélère ce processus de réparation ».

Reiki traditionnel ou évolutif, quelle différence ?

« L'étendue. Trois degrés et cinq symboles pour le premier, quatre degrés et onze symboles pour le second. En d'autres termes, le reiki traditionnel descend moins profondément en nous. La pratique évolutive est une plongée en eaux troublantes, plus riche d'enseignement mais plus exigeante. Afin de créer les respirations nécessaires, j'alterne transmission des savoirs et temps de pratique. Un manuel complet permet également à chacun de reproduire individuellement les techniques apprises ».

Christelle Meunier est maître enseignante de reiki évolutif depuis 13 ans.

Formations ouvertes à tous • Paris 15^e • www.instant-reiki.com