



Descriptif d'une séance de Reiki

Le Reiki, "Énergie Universelle de vie", est canalisée par le praticien et passe par ses mains jusqu'au receveur pour apporter ses bienfaits, et son très puissant pouvoir énergisant.

Par imposition des mains sur différentes parties du corps, le Reiki va détendre en profondeur et combler, en cas de besoin, les déficits en énergie, et réactiver les **chakras** déficitaires.

Il ne s'agit pas d'un massage, le receveur est habillé, le contact n'est pas obligatoire, personnellement je pratique le plus souvent en posant légèrement mes mains sur la personne qui reçoit, le contact avec le receveur est important, une **synergie** doit s'instaurer...

Le praticien est un simple canal pour l'énergie, il ne pratique aucune manipulation physique, et laisse simplement "*couler*" l'énergie qui tel un torrent de lumière, purifie et harmonise la personne à tous les niveaux de son être. L'énergie se dirige d'elle-même vers les zones qui en ont besoin.

Lors d'une séance, la personne qui reçoit s'allonge confortablement sur une table de massage. Le praticien place alors ses mains sur différentes parties du corps correspondantes à des centres énergétiques précis, la durée moyenne de chaque imposition variant en fait suivant son propre ressenti, mais il faut compter tout de même un minimum de **3 minutes** par zones.

Son intuition lui permettra d'identifier des positions propices à chaque cas, une séance d'harmonisation dure en général une heure mais peut être éventuellement prolongée, selon les besoins énergétiques et la demande du receveur.

En règle générale, voici les zones qui sont traitées :

Sur le devant du corps :

- Les yeux,
- Les tempes
- Les oreilles,
- La gorge,
- Le haut du crâne,
- Les épaules,
- La région du cœur
- Le plexus solaire
- Le haut du ventre
- Le niveau de la ceinture
- Les hanches
- Les genoux
- Les chevilles
- La plante des pieds

Sur l'arrière du corps :

- L'arrière du crâne
- Les épaules
- La région du cœur
- Le bas des côtes
- La région lombaire
- Le coccyx
- Le pli des genoux
- Les chevilles
- La plante des pieds



Descriptif d'une séance de Reiki

Les sensations

Le Reiki peut être ressenti comme une profonde relaxation (*avec des sensations de chaleur, parfois très intense, de vibrations, de picotements, une perception de paix et de sérénité, une plénitude*), mais bien souvent l'énergie nous emmène dans un fantastique voyage intérieur.

Les manifestations et réactions peuvent être très diversifiées suivant la personnalité de chacun, car le corps en se libérant des zones de tension, laisse remonter à la surface la plupart des émotions enfouies non exprimées.

Les résultats

Le travail du Reiki ne s'adresse pas directement aux symptômes physiques mais il libère les causes originelles de nos blocages, les émotions peuvent parfois se manifester.

Il permet d'initier la détente, l'harmonie et de rétablir le bien-être dans le corps, le mental et l'esprit.

Le Reiki ne remplace en aucun cas le médecin !

Il permet cependant un travail intérieur qui peut être complémentaire à toute autre forme de thérapie et est un merveilleux moyen pour se libérer du stress quotidien.

Conclusion

Une pratique régulière apporte un potentiel accru de santé et de bien-être. Cette excellente méthode de santé préventive est aussi un remarquable remède naturel anti-stress.

✋ : **Le Reiki ne remplace pas le médecin, il ne faut donc pas modifier vos traitements en cours sans consulter votre médecin.**

