

Reïki :

Le Reïki est une pratique énergétique d'origine japonaise qui aide à réharmoniser l'énergie vitale présente en chacun de nous. Connue sous les noms de *chi*, *prana* ou *force de vie* selon les traditions, cette énergie est au cœur de notre équilibre physique, émotionnel et mental.

Lorsqu'elle circule librement, elle favorise bien-être, vitalité et sérénité. A l'inverse, des blocages peuvent engendrer stress, fatigue ou des déséquilibres physiques ou émotionnels.

Le Reïki vous accompagne avec douceur pour soulager les douleurs physiques, relâcher les tensions, apaiser le mental et soutenir les capacités naturelles d'autorégulation du corps.

Que ce soit suite à une blessure ou un traumatisme, que vous traversiez une période de stress, de fatigue, que vous éprouviez des douleurs physiques récurrentes ou que vous souhaitiez simplement prendre un temps pour vous, le Reïki vous soulage en apportant régénération, détente profonde et recentrage.

Le Reïki s'inscrit dans une démarche complémentaire et ne remplace en aucun cas un suivi médical ou psychothérapeutique. En cas d'urgence ou de problème de santé important, il est indispensable de consulter un professionnel de santé.