

Soin énergétique

- Qu'est-ce qu'un soin énergétique ?

Un soin énergétique est une pratique qui sert à rééquilibrer l'énergie qui circule dans le corps afin de rétablir un bien-être global. Il repose sur la croyance que celle-ci joue un rôle crucial dans notre bien-être : physique et mental.

Un rééquilibrage énergétique est une pratique visant à harmoniser et équilibrer les énergies du corps, souvent perturbées par le stress, la maladie ou les émotions, pour favoriser bien-être et santé.

Plusieurs techniques de soins existent tels que: Acupuncture, les Aimants, le Qi Gong et le Tai chi (médecine traditionnelle chinoise: Le Qi Gong est une méthode très calme qui trouve les blocages et rétablit l'énergie, le Tai chi est une série de mouvements souple avec respiration coordonnée.), le Reiki (Méthode énergétique d'origine japonaise, est concentré sur la canalisation de l'énergie vitale universelle), le Lahochi (méthode basée sur une fréquence d'énergie très élevée)

- Quels sont les effets d'un soin énergétique ?

Les séances énergétiques favorisent la circulation de cette énergie en libérant les blocages dus au stress, à la peur, à la fatigue, aux événements extérieurs.

Nous pouvons ressentir des effets secondaires physiques sous forme de douleurs et autres sensations. L'un des effets secondaires les plus courants des soins énergétiques est le ressenti de douleurs physiques. Cela peut prendre la forme de courbatures, de maux de tête ou même de douleurs à des endroits précis du corps.

- Les bienfaits d'un soin

Regain d'énergie et de vitalité, sentiment de liberté, diminution du stress ainsi qu'une meilleure capacité de gestion des émotions.

- Le soin énergétique permet de rétablir l'harmonie du corps et de l'esprit. Il peut être proposé seul ou en association avec des séances de Sophrologie. Ce soin suit un protocole complet. Il permet une approche globale de la personne.