

NATUROPATHE ET MAITRE REIKI !

Catherine LOISEAU

NATUROPATHIE

La 3^{ème} médecine traditionnelle mondiale (selon l'OMS)

Pour beaucoup de personnes encore, la naturopathie vise à « soigner par les plantes ». Mais si la naturopathie se limitait à cela, ça ne serait que de « l'allopathie verte » ! Répondre à un symptôme par un remède !

Alors qu'en serait-il de la cause, de l'origine du symptôme ? Est-ce résoudre le problème que de faire disparaître

le symptôme ? C'est justement ce qui m'a intéressé dans la naturopathie, allez plus loin, retrouver un équilibre global, un véritable bien-être. C'est ce que la naturopathie propose : une approche « holistique » !

Troisième médecine traditionnelle mondiale, après la médecine traditionnelle chinoise (MTC) et l'ayurveda (médecine indienne),

comme ses consœurs, elle propose de voir l'individu dans sa globalité : Corps – Ame – Esprit. Cette trinité fondamentale qui sous-tend la vie.

Avant tout, ce qui m'a paru essentiel dans cette démarche

naturopathique, c'est de remettre la personne au cœur de son propre processus de guérison. Être acteur au quotidien de son bien-être, de sa

santé, de sa vie. De figurant, devenir acteur principal de notre propre film ! Ne plus être un « patient » car notre rôle est primordial. Il nous appartient de retrouver notre équilibre fondamental et notre force vital. Être « cocréateur conscient ! » et non plus « victime ».

Au-delà de l'hygiène alimentaire, physique corporelle, « l'**HYGIENISME** », porte

(VOLTAIRE)

J'AI DECIDE D'ETRE
HEUREUX ...
C'EST BON POUR LA
SANTÉ.



une attention plus large à la notion de santé. Comme la définit **l'Organisation Mondiale de la Santé** : « la santé est un état complet de bien-être physique, mental et social », j'ajouterai à cela « un état de bien-être environnemental et spirituel. »

L'horizon s'élargie !

Pour aller plus loin encore, la naturopathie s'appuie également sur le « vitalisme », c'est-à-dire le fait qu'il existe une « énergie vitale » inhérente à chaque organisme et qu'il est nécessaire d'activer ou de réactiver pour garder ou retrouver la santé. Le lien avec le « Qi », le « Chi », le « Prana » est ici évident ? Nous ne sommes donc pas si loin

des médecines chinoise et Ayurvédique ! Alors pourquoi ne pas intégrer

de manière plus systématique, claire et ouverte, sans tabou des

techniques énergétiques dans ma pratique de naturopathe ?

Reiki : l'esprit de l'énergie universelle

Deux pratiques pour un objectif unique !

Le Reiki est le chemin que j'ai choisi !

Ma rencontre avec le Reiki fût fortuite, lors d'une formation en géobiologie avec Françoise Dautel (que je remercie du fond du cœur). Ce fût pour moi une véritable découverte ! Même si l'approche proposée était tournée principalement vers une utilisation en géobiologie, je pressentais tous les possibles dans le cadre d'une pratique personnelle mais aussi dans le cadre de ma pratique de naturopathe. J'en fit rapidement l'expérience ! Grâce à la richesse de l'enseignement de Nita Mocanu, je pu, aborder cette pratique de manière plus approfondie mais aussi et surtout en percevoir tous les aspects spirituels, au-delà de la seule pratique. Une nouvelle voie s'est ouverte !

Comment dans mon quotidien de naturopathe, le Reiki s'est-il imposé et comment est-il devenu un outil et une voie ?

Le premier aspect d'ordre purement personnel, est pour moi tout à fait essentiel. Être bien soi-même est la condition sine qanun pour être un « bon » praticien naturopathe. En deux mots, cette pratique spirituelle et énergétique quotidienne offre de nombreuses opportunités

d'avancer sur son propre chemin de guérison. Issu du grecque, le terme « thérapeute » signifie « celui qui prend soin ». Pour prendre soin de l'autre, il faut avoir la capacité de l'accueillir en toute sérénité, Il est donc nécessaire, avant toute chose, de savoir « prendre soin de soi ».

Par le Reiki, j'ai confirmé que savoir « tomber » c'est aussi mieux se « relever ». Cela permet non pas de se « protéger », de devenir plus « fort » mais peut-être au contraire d'appivoiser la souplesse de nos « corps ».

« la meilleure façon de devenir invulnérable est de devenir totalement vulnérable »

Roger IAMPOLSKY

Trouver notre centre d'équilibre, savoir garder notre cap, notre cohérence malgré les tempêtes internes ou externes ! Mais enfin et surtout être dans la joie, la reconnaissance et la gratitude de tous ces cadeaux qui nous sont offerts. Et... rayonner, devenir contagieux du « bien-être » !

Le second apport du REIKI au cœur de ma pratique de naturopathe, est de pouvoir proposer à mes clients, dans le cadre de mes accompagnements naturopathiques, des séances de Reiki. En direct et/ou à distance.

Après une première séance de bilan de vitalité et de conseils en hygiène de vie, j'intègre aux rendez-vous d'accompagnement, des séances de Reiki.

Les retours positifs sont fréquents : apaisement, bien-être, meilleure énergie,

Mais également, une amélioration de l'état général, un meilleur sommeil, une diminution de certaines douleurs

Ces éléments sont essentiels à une guérison (quelle qu'elle soit ! : physique, émotionnelle et spirituelle. Holistique, quoi !)

Ils vont également dans le sens de la naturopathie : du « vitalisme » ! Activation ou ré activation de l'énergie vitale.

Même si une séance est utile, apporte du mieux-être et met en route un processus d'auto-guérison holistique, la réalisation de 4 séances 4 jours consécutifs est un cadeau

magnifique que la personne s'offre.

Au cours de chacune des séries que j'ai pu réaliser, quelque chose d'inattendu se produit ! Une prise de conscience, un changement, des synchronicités, parfois des crises de guérison

J'actionne au cours de ces séances tous les outils possibles :

- Le traitement mental du Dr Usui
- L'IPE
- Les kotodamas,
- Les symboles ...

Puis avec l'autorisation de la personne, je poursuis avec 21 jours d'envoi à distance.

La personne prend conscience à cette occasion, de la puissance de l'énergie Reiki.

Enfin, le troisième aspect le plus important à mon sens, est celui de « l'autonomie », de la réappropriation de son propre pouvoir d'action. La personne n'attend plus une solution venant de l'extérieur, elle participe activement au processus de réactivation de sa santé.

La naturopathie offre des outils personnalisés qui permettent à

la personne d'agir dans son quotidien.

Les expériences Reiki vécues en cabinet, donnent parfois envie à la personne d'être initiée à cette « technique de bien-être ». A ce moment-là, elle prend totalement en main sa capacité d'action et va pouvoir la mettre en œuvre dans son quotidien.

Elle devient véritablement « cocréatrice consciente » de sa vie.

Il ne s'agit pas ici, de mettre en concurrence la « médecine conventionnelle » et « pratiques traditionnelles », mais bien d'en démontrer la complémentarité.

Il s'agit de « **médecines complémentaires** » et non de « médecines alternatives ».

Pour les personnes atteintes d'une pathologie grave, la naturopathie et le Reiki sont vraiment des outils complémentaires aux traitements médicaux conventionnels parfois lourds à supporter. Grâce à une écoute, la mise en place d'un équilibre alimentaire, d'une hygiène de vie, un apport d'énergie et un état d'être plus apaisé, les actions des traitements médicaux sont optimisées,

leurs effets secondaires diminués et surtout ils placent la personne dans de meilleures dispositions de guérison. Active, elle ne subit plus les protocoles médicaux, elle les vit, se remet au centre du processus et les accompagne avec des pratiques quotidiennes.

Pour toutes ces raisons, je suis heureuse de pratiquer la naturopathie et le Reiki. Ces deux pratiques sont devenues partie intégrante de ma vie personnelle et professionnelle et je suis heureuse de les partager et de les transmettre.

Bien à vous, avec gratitude et avec cœur.

