

COMMUNIQUE DE PRESSE

Le 24 juin 2015



Reikiologie® : les effets de bien-être et antistress de cette pratique de relaxation méditative par le toucher sont cliniquement prouvés

Une pratique non médicale non conventionnelle, basée sur la relaxation méditative par le toucher, la Reikiologie® (*Reiki professionnel certifié*) a fait l'objet d'une étude clinique en laboratoire agréé. Des mesures portant sur l'humeur instantanée (bien-être et mal-être), le stress et la pression artérielle ont été effectuées sur les sujets par un médecin clinicien. Ces effets sont cliniquement prouvés : une première pour une pratique de bien-être.

Une pratique de bien-être déjà qualifiée et certifiée

Depuis plusieurs années, la pratique non conventionnelle du Reiki, non encadrée, souffre de dérives de nombreux praticiens autoproclamés professionnels sans formation, **jouant avec la santé du public**, et utilisant les termes "certifiant" et "qualifiant" pour décrire des compétences auto-décernées.

Afin de structurer les métiers du Reiki, la Fédération Française de Reiki Traditionnel et ses intervenants se sont engagés dans une **démarche qualité, vérifiée objectivement** par des organismes certificateurs tierce partie, eux-mêmes reconnus par l'Etat, n'ayant aucun enjeu à attribuer ou refuser une certification, mais vérifiant les critères selon un cahier des charges précis. Les termes "certifiant" et "qualifiant" alors utilisés par la F.F.R.T. et ses professionnels sont en lien avec des certifications et qualifications délivrées par ces organismes et sont entièrement transparents.

Ainsi, l'Institut de Reiki, organisme de formation professionnelle intégré à la F.F.R.T. est qualifié ISQ-OPQF de formation à des métiers spécifiques (**qualité pédagogique**). La F.F.R.T. a obtenu une certification ISO 9001 (**norme internationale qualité et savoir-faire**), la plaçant comme seule fédération de Reiki en France ayant fait valider la sélection de ses membres professionnels et la qualité des prestations ainsi délivrées.

Les praticiens professionnels de la F.F.R.T. sont qualifiés pour accéder à une Certification de Personne Reikiologue, conformément à la norme internationale NF EN ISO/CEI 17024, recevant un certificat individuel de compétences par Dekra Certification France après vérification de leur savoir-faire professionnel et de leur expérience de terrain.

La Reikiologie® est une marque européenne du Reiki Traditionnel attestant d'un parcours professionnel vérifié et certifié, de la formation à la conformité des compétences acquises et mises en oeuvre au contact du grand public (savoir-être).

Une étude clinique sur des hommes et femmes stressés âgés de 18 à 60 ans

Après la vérification de la qualité des prestations et du professionnalisme des intervenants, la suite logique consistait à vérifier les effets de la pratique de la Reikiologie®.

Une étude s'est déroulée **sous contrôle médical dans un laboratoire français certifié ISO 9001 et agréé par le Ministère de la Santé** comme centre d'expérimentation clinique. Quarante personnes, hommes et femmes âgés entre 18 et 60 ans, ont été les bénéficiaires d'une séance de Reikiologie® de 45 minutes ou d'une séance de repos de 45 minutes. Volontaires pour un test concernant une pratique de relaxation, ils n'avaient pas été en contact avec les intervenants, ni n'avaient été informés de la nature des séances (réduction maximum de l'effet placebo).

Ces personnes ont été sélectionnées par le laboratoire en raison de leur **fort état de stress**, voire d'**anxiété notable**, dont les origines étaient : l'**angoisse** et l'anxiété, le **stress au travail**, les **problèmes personnels**

et les **études universitaires**. Elles ont été réparties en deux groupes de 20. Les deux groupes ont été testés dans le même environnement et les mêmes conditions ; diverses mesures ont été prises par un médecin clinicien, pour chaque personne, avant et après la séance.

Une seule différence : le 1er groupe a bénéficié d'une séance de Reikiologie® de 45 minutes, l'autre groupe, d'une séance de repos de 45 minutes.

Une seule différence : le 1^{er} groupe a bénéficié d'une séance de Reikiologie® de 45 minutes, l'autre groupe, d'une séance de repos de 45 minutes.

Les résultats des mesures sur les bien-être, stress et pression artérielle

Le premier résultat concerne les effets sur le bien-être (variation du bien-être et du mal-être, ou *humeur instantanée*). Les **séances de Reikiologie®** montrent une **diminution significative du mal-être** et une **augmentation significative du bien-être**. Les séances au repos montrent une baisse moins significative du mal-être et pas d'augmentation du bien-être. Les mesures relevées confirment **l'effet de transformation naturelle du mal-être vers le bien-être**, générée avec la relaxation méditative par le toucher de la Reikiologie®.

Le deuxième résultat concerne les effets sur le **stress**, mesurés à l'aide du tremblement nerveux au repos, le TNR. Une **baisse significative** du TNR a été observée sur **95% des personnes** du groupe des séances de Reikiologie® avec une baisse moyenne de 36%. Une baisse du TNR a été observée sur seulement 61% des personnes au repos, avec une moyenne de -12%. Soient des effets notés sur la quasi-totalité des personnes bénéficiant de Reikiologie® (contre environ 2/3 pour le groupe au repos) avec une **baisse trois fois plus élevée** pour les bénéficiaires des séances de Reikiologie®.

Le troisième résultat concerne les mesures de la **pression artérielle** systolique et diastolique. Les séances au repos n'ont pas montré de variation sur la pression artérielle. Les séances de Reikiologie® ont montré que la pression artérielle systolique, la pression maximale, a subi une baisse importante. En revanche, il n'y a pas eu de variation notable pour la pression diastolique.

Suite à cette étude clinique, les effets de la Reikiologie® sont cliniquement prouvés en ce qui concerne le stress et le bien-être, et ce dès la première séance.

Cette étude ne portant que sur la Reikiologie®, elle n'est valable que pour les Reikiologues®, et pour aucune autre pratique de Reiki.

Comment se déroule une séance de Reikiologie®

Durant la séance, la personne est allongée habillée, ferme les yeux et n'a rien à faire. Pendant ce temps, le Reikiologue® pose les mains sur des points précis du corps avec un **toucher spécifique**, et effectue un travail de **méditation laïque**. Ce faisant, il déclenche une **résonance méditative** d'union chez la personne, libérant les crispations du corps et de l'esprit. L'esprit de la personne libéré graduellement du mal-être laisse place à l'émergence des potentiels naturels solutionnants de la personne, qui accède à son bien-être naturel durable.

Il est possible de se former à la Reikiologie® pour apprendre à effectuer de telles séances. Plus d'information auprès de l'Institut de Reiki : www.institut-reiki.com

Contact Presse : Estelle IVANEZ / tél. : 01.44.40.29.50 / email : presse@ffrt.fr / F.F.R.T. – 32 Rue de Plaisance – 75014 Paris

A propos de la Fédération Française de Reiki Traditionnel / F.F.R.T.

Depuis sa création en mars 2002, la F.F.R.T. apporte aux praticiens professionnels des référentiels de formation et de compétences de la Reikiologie® dans un cadre éthique et déontologique. La Reikiologie®, étude de la force de l'esprit, est une

science humaine de la relation d'aide et de l'accompagnement de la personne par l'union de la relaxation et de la méditation par le toucher – elle s'appuie sur une démarche scientifique concernant la relaxation et la méditation. L'engagement de qualité de la F.F.R.T. l'a conduite à l'obtention de la certification ISO 9001, norme internationale. Depuis 2014, elle propose une Certification de Personne Reikiologue®, un certificat de compétences délivré selon la norme internationale ISO 17024 par Dekra Certification. Elle est également adhérente de la Chambre Nationale des Professions Libérales (CNPL) et soutient le *UN-Global Compact*, le pacte d'éthique des Nations Unies regroupant entreprises et non entreprises sur le plan international.

La F.F.R.T. a deux organismes de formation intégrés : l'un pour la formation professionnelle, l'Institut de Reiki, qui est membre actif de la Fédération de la Formation Professionnelle et a obtenu de l'ISQ-OPQF une qualification professionnelle de formation à des métiers spécifiques. L'autre, FormaReiki, organisme de formation de développement personnel, dont les formateurs sont des Reikiologues®.

www.ffrt.fr