

Guide de la séance Reiki à distance

La séance de Reiki à distance dure une heure mais le soin en lui-même dure 30 minutes, le reste du temps est consacré à l'échange avant et après la séance ainsi qu'une mise en condition de mon côté avant le soin et à une prise de note ensuite pour vous offrir un suivi.

Si nous ne nous sommes jamais rencontré en présence, envoyez-moi une photo de vous, cela m'aidera à me connecter à vous : info@akashaquebec.ca

Déroulement

Je vous appelle en début de soin pour préciser vos besoins et vous aider à vous mettre en condition pour le recevoir.

Installation / mise en condition

- › Installez-vous au calme, si possible dans une pièce séparée, porte fermée. Vous pouvez mettre une musique douce pour vous aider à vous mettre dans l'ambiance.
- › Choisissez une position confortable que vous pourrez tenir sans efforts le long de la séance ; assis sur un canapé, allongé sur un lit, etc. Recouvrez-vous d'une couverture au besoin.
- › Je vous guiderai pour 3 respirations profondes par le ventre.
- › Si, pendant la séance, votre esprit s'active et que vous partez dans vos pensées, revenez simplement à votre respiration : Inspire, expire, inspire, expire.

Aspects techniques

- › Mettez votre téléphone sur silencieux après mon appel afin que vous ne soyez pas dérangé
- › Mettez votre téléphone en mode haut-parleur ou portez des écouteurs afin de ne pas avoir à « tenir » votre téléphone durant les exercices respiratoires
- › Paramétrez une alarme pour la fin du soin (+30min) afin de ne pas vous soucier de l'heure et de profiter de votre soin sans tracas
- › Lorsque l'alarme retentit, éteignez-la et prenez encore quelques instants pour ressentir l'énergie se diffuser en vous et revenir à vous calmement.

Enfin, appelez-moi pour discuter de vos ressentis.

Bonne séance !

Sophie.

« C'est toujours l'amour et la compassion qui guide le praticien Reiki. Il n'est en aucun cas un guérisseur. Il se contente de canaliser l'Énergie, humblement. »



Sophie Parmantier.

C'est au gré de mes voyages, rencontres et expériences de vie, en pratiquant le yoga, la méditation et la relaxation que j'ai découvert, suite à 20 années de pratique, la puissance de l'Énergie et que j'ai réalisé ma mission de vie : apporter du mieux-être.

Je remercie mes professeurs et guides en Australie, en France, en Espagne, en Inde, au Canada et au Québec de m'avoir transmis leurs savoirs et fait découvrir comment prendre soin de mes concitoyens. C'est cette découverte que je souhaite partager pour en faire bénéficier le plus grand nombre.

Le Reiki, l'énergie de vie

Le Reiki est une technique de soin japonaise qui permet de soigner aussi bien les maux physiques, émotionnels que les maux de l'âme.

Elle est sans danger puisque l'Énergie Reiki est présente partout en permanence sans que nous la voyions. Le praticien Reiki a pour tâche de la canaliser pour la dispenser. Pour le receveur, il suffit d'être ouvert à recevoir cette énergie, tout simplement.

Tout est énergie, et c'est là tout ce qu'il y a à comprendre dans la vie – Albert Einstein.