

STÉPHANIE ASSOUN ET LE REIKI : UNE HISTOIRE DE BIEN-ÊTRE ET DE TRADITION

DOSSIER DU 13/06/2022 - En partenariat avec Médias France

Avec la volonté de préserver la pratique traditionnelle du Reiki, Stéphanie Assoun est une praticienne de cette méthode japonaise, basée à Paris. Son objectif : aider ses patients à transformer leur mal-être en bien-être naturel et durable, en unifiant le corps et l'esprit.



Revenir aux bases du Reiki

Élaborée en 1922 par Mikao Usui, un méditant japonais et moine bouddhiste, le Reiki se traduit par « la force de l'esprit » (Rei : esprit ; ki : énergie). Cette pratique psychocorporelle de bien-être, d'aide et d'accompagnement thérapeutique de la personne permet d'harmoniser les énergies en unifiant le corps et l'esprit. Elle fait d'ailleurs partie de la santé mentale positive. Avec le temps, cette pratique connaît quelques déformations, mais certains praticiens continuent d'exercer dans sa plus pure tradition. C'est notamment le cas de Stéphanie Assoun, diplômée de la Fédération Française de Reiki Traditionnel, qui respecte les protocoles historiques. « Ce sont des protocoles de positionnement de main bien précis, dans un environnement neutre, en silence total, sans odeur et avec une décoration sobre pour que la personne ne soit pas distraite et qu'elle ne trouve pas de résonance dans le lieu », explique-t-elle.

Des protocoles très précis qui s'adaptent en fonction du mal-être

Ainsi, la praticienne en [Reiki traditionnel à Paris](#) accompagne ses patients au fil des séances à transformer leur mal-être en bien-être. La pratique à également une action préventive des maladies. Pour ce faire, Stéphanie commence par un entretien au début de chaque séance, avant d'allonger la personne sur le dos sur une table de massage. « Je pose alors mes mains avec un toucher fixe et léger a des endroits bien précis du circuit énergétique du corps en partant du haut vers le bas et en suivant un protocole spécifique et personnalisé en fonction des besoins de chacun. Le Reiki traditionnel impose des protocoles de positionnement de mains très précis, associés à des méditations spécifiques. La manière et l'endroit dont sont posées les mains sont importants et à aucun moment j'invoque l'univers, puisque c'est une pratique énergétique de relaxation

SOMMAIRE DU DOSSIER

- 1. Ma Penderie Vintage des collections de porter au style vintage
- 2. Settara, les vertus puissantes de la cueillette sauvage : un service de la cosmétique bio
- 3. Paranormal : soulager ses maux et rééquilibrer les énergies avec la guérisseuse géobiologue Cécile Oberdorff
- 4. Muriel Depauw, experte en massage ayurvédique
- 5. Des chaussures tenues sur la boutique multimarques L'adresse Corte
- 6. La sonde Emy : réduire son période ludique de téléphone
- 7. Infinity By Sammy : des collections éco-responsables pour retrouver l'essence des matières nobles
- 8. Guy Brasseccassé, guérisseur magnétique Reiki pour soulager les maux
- 9. Goûter aux fruits de la mer avec Kamasutoys, la boutique en ligne dédiée aux plaisirs de la mer
- 10. Lerab Ling : bienveillance, j'écris mon nom
- 11. Stéphanie Assoun et le Reiki : une histoire de bien-être et de tradition

VOIR LE DOSSIER COMPLET

méditative par le toucher », ajoute la praticienne. La personne rentre alors dans une détente profonde, les contractures énergétiques lâchent et permettent de laisser la place à un bien être naturel.

Des résultats prouvés scientifiquement

S'il est important de noter que le Reiki ne se substitue en aucun cas à un traitement médical, les résultats ont été validés par des études de cas. Il a pu être constaté une réduction du stress et de l'anxiété de 94 %, une réduction de la douleur de 78 % et la régulation du sommeil à hauteur de 80 %. Le Reiki agit également sur l'angoisse, la déprime, la confiance en soi, le sommeil, les maux de tête non-expliqués médicalement, les défenses immunitaires et est particulièrement efficace dans le cadre d'interventions médicales importantes. « Des recherches démontrent que les personnes bien préparées en pré-opératoire sont moins anxieuses, ce qui diminue les complications opératoires et post-opératoires, diminue la douleur, les risques de dépressions post-opératoires et écourte le séjour à l'hôpital », déclare Stéphanie Assoun. Un de ses projets est de collaborer ou d'intégrer une clinique ou un hôpital pour préparer le corps et l'esprit en amont, puis de favoriser la récupération des patients. En attendant, la praticienne continue de partager les bienfaits du Reiki traditionnel à ceux qui poussent la porte de son cabinet parisien.



Partagez



Tweeter



Partagez

CONTACT

Stéphanie Assoun

📍 : 4 ter, Rue de l'Assomption
75016 Paris



: 06 47 10 11 33

✉ : stephanieassoun@gmail.com



: www.traditionnelreiki.com



Lerab Ling :
bienveillance, j'écris ton nom

marie claire



Inscrivez-vous à la newsletter

Votre adresse e-mail

Valider

J'achète au numéro

[Plan du site](#)

[Mentions légales](#)

[Cookies](#)

Je m'abonne