

MINI FORMATION GRATUITE

# COMPRENDRE LES ENERGIES



FLORIANE JAULT

FLO-ZEN.FR



# Introduction

---

Aujourd'hui, de plus en plus de personnes se tournent vers les soins énergétiques pour améliorer leur bien-être physique, mental et émotionnel. Mais en quoi consistent ces soins ? Comment fonctionnent-ils et quels sont leurs bienfaits ? Cette mini-formation vous guidera pas à pas à la découverte de l'univers de l'énergétique, de manière simple et accessible.

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

# Sommaire

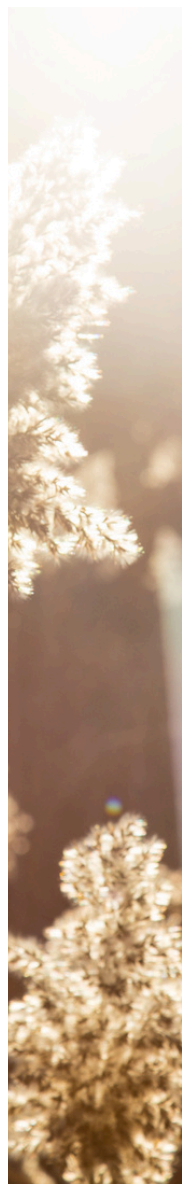
---

Qu'est-ce que l'énergie et comment agit-elle sur nous ? 05

Pourquoi consulter pour un soin énergétique 07

Les différents outils et méthodes en soins énergétiques 09

Le fonctionnement des corps énergétiques et de l'aura 13



# 01

---

## Qu'est-ce que l'énergie et comment agit-elle sur nous ?

L'énergie est partout autour de nous et en nous. Selon les traditions anciennes (chinoise, indienne, japonaise...), le corps humain est parcouru par des flux énergétiques qui influencent notre santé physique et émotionnelle. Ces flux passent par des centres énergétiques appelés "chakras" et circulent via des canaux, comme les méridiens en médecine chinoise.

Un bon équilibre énergétique est synonyme de bien-être, tandis qu'un blocage ou un déséquilibre peut entraîner fatigue, stress ou douleurs physiques.



# 02

## Pourquoi consulter pour un soin énergétique ?

### ✨ *Qu'est-ce qu'un soin énergétique ?*

*Un soin énergétique est une approche holistique qui vise à rééquilibrer les différents corps (physique, émotionnel, mental, spirituel) en libérant les blocages qui entravent la circulation de l'énergie vitale. Il permet d'harmoniser les centres énergétiques (chakras), les méridiens et les différents plans subtils de l'être.*



### **Les soins énergétiques sont bénéfiques pour :**

- Réduire le stress et l'anxiété
- Améliorer le sommeil
- Renforcer le système immunitaire
- Libérer les blocages émotionnels
- Retrouver une énergie vitale et de la clarté mentale
- Accompagner un processus de transformation personnelle

Que ce soit pour un besoin ponctuel ou un travail plus en profondeur, ces soins apportent une harmonisation globale.

# 03

## Les différents outils et méthodes en soins énergétiques

*Il existe plusieurs approches, dont voici quelques exemples :*

**3.1 Le Reiki :** Le Reiki est une technique japonaise de transmission d'énergie universelle par imposition des mains. Il permet de rééquilibrer l'énergie vitale et d'apporter une profonde détente.

**3.2 Le magnétisme :** Le magnétisme consiste à utiliser l'énergie des mains pour soulager les douleurs, harmoniser le corps et libérer les tensions physiques et émotionnelles. Il est souvent utilisé pour traiter les problèmes de peau, couper le feu ou soulager le zona.

**3.3 Le LaHoChi :** Le LaHoChi est une technique de soins énergétiques qui permet d'accéder à des fréquences vibratoires élevées pour faciliter la guérison et l'harmonisation des énergies.

**3.4 Le soin énergétique Bouddhique et Marie-Madeleine :** Ces soins reposent sur des traditions spirituelles anciennes et permettent de purifier l'âme, d'harmoniser les corps subtils et d'élever le taux vibratoire.

**3.5 L'utilisation du pendule et de l'échelle de Bovis :** Le pendule est un outil de radiesthésie permettant de détecter les déséquilibres énergétiques. L'échelle de Bovis sert à mesurer le taux vibratoire d'une personne ou d'un lieu.

**3.6 Les soins sonores (bols tibétains, diapasons, chants...):** Les vibrations sonores influencent directement notre structure énergétique et favorisent l'équilibre.



# 04

## Le fonctionnement des corps énergétiques et de l'aura

*Notre être ne se limite pas au corps physique. Il est entouré de plusieurs enveloppes subtiles, appelées corps énergétiques, qui interagissent avec notre état physique, émotionnel et mental.*

### 4.1 L'aura

L'aura est un champ énergétique qui entoure notre corps physique et reflète notre état général. Elle se compose de plusieurs couches correspondant à différents plans : physique, émotionnel, mental et spirituel.

### 4.2 Les corps énergétiques

- Le corps éthérique : régule l'énergie vitale et est le plus proche du corps physique.
- Le corps émotionnel : en lien avec nos émotions et ressentis.
- Le corps mental : reflète nos pensées et notre état psychique.
- Le corps spirituel : connecté à notre essence profonde et à notre guidance intérieure.

# 05

## Le déroulement d'une séance chez Flo-Zen



Entretien  
préalable

échange sur vos attentes, votre état  
émotionnel et physique.

Soin énergétique

utilisation de techniques adaptées à vos  
besoins (Reiki, magnétisme, bioénergie, etc.).

Phase de  
récupération

moment de relaxation pour intégrer l'énergie  
transmise.

Retour et  
conseils  
personnalisés

explication des ressentis et  
recommandations post-séance.

**Les soins peuvent se faire en présentiel à Brécé ou à distance.**

# 06 Les ressentis pendant et après une séance

Durant une séance, il est possible de ressentir :

- Une sensation de chaleur ou de fraîcheur.
- Des picotements ou des frissons.
- Un profond relâchement.
- Des émotions qui remontent.
- Des réactions de nettoyage, guérison du corps : rhume, vomissement, fièvre, boutons....

*Après la séance, on peut ressentir une grande détente, une montée d'énergie ou au contraire un besoin de repos. Il est recommandé de bien s'hydrater et d'écouter son corps.*



# Conclusion

## Un chemin vers un meilleur équilibre


Les soins énergétiques sont une approche douce et naturelle pour retrouver un bien-être global. Ils permettent de rééquilibrer nos énergies, d'apaiser notre mental et de libérer nos blocages intérieurs.

Si vous souhaitez découvrir cette expérience, je vous invite à réserver une séance personnalisée pour explorer ensemble ce que votre corps et votre esprit ont besoin de rééquilibrer.



 Prenez rendez-vous dès aujourd'hui !

 Réserve ton appel gratuitement

 Contactez-moi : [07 86 97 33 04](tel:0786973304)

[RESERVATION](#)

*La personne la plus importante, c'est toi.  
Le corps, l'âme, l'intérieur, l'extérieur, le mental tout est liés.*



[flozen35@gmail.com](mailto:flozen35@gmail.com)  
[www.flo-zen.fr](http://www.flo-zen.fr)