



# Le bien-être une mine d'or !

## Pourquoi le monde du «wellness» est-il en train d'exploser partout dans le monde ?

Les acteurs du bien-être sont assis sur une mer d'or, qui va continuer à gonfler dans les prochaines décennies. Au niveau mondial, ce marché pèse 4 200 milliards de dollars et devrait grimper de 5.6% en 2021. Il englobe les séjours touristiques spécialisés, les centres de massages, les thalassothérapies, les instituts de beauté, les cours de yoga, les retraites détox, l'édition de livres sur le développement personnel, les lieux de remises en forme... Le spectre est aussi large que le stress s'est généralisé partout dans le monde.

Le pourcentage de population urbaine, déconnectée de la nature, est aujourd'hui de 55 %, il atteindra 68 % en 2050. « Beaucoup de personnes sont perdues, les gens se sentent seuls » constatent en chœur les psychiatres du bonheur Christophe André et François Lelord. A ceci s'ajoute le stress sans précédent de pouvoir être contacté ou filmé 24h Sur 24.

### DU TEMPS POUR SOI

Pour endiguer un mal-être qui monte en flèche, la recherche de l'équilibre personnel prend d'autant plus de parts de marché que dans le discours général, cette quête est valorisée. On ne compte plus les scientifiques, spécialistes du cerveau ou les sportifs qui militent pour l'importance de prendre du temps pour soi, rappellent les bienfaits du massage, de l'eau, de la sylvothérapie ou de la méditation. Un discours entendu qui trouve un très bon écho.

### TOUS AU SPA !

Au niveau mondial, spas et thalassos représentent près de 500 millions de dollars. Il se crée de nouveaux centres chaque année avec des établissements de luxe qui s'ouvrent des Alpes Suisses au Costa Rica, en passant par le Japon, La France ou le Maroc...

## LA SÉLECTION CSE / du Bien-être / Bio

Massage aux particules d'or, soins aux pierres de volcan, chromothérapie... Les enseignants rivalisent d'ingéniosité pour se distinguer. Chaque année, ce secteur gagne plus de 10 millions de clients.

Mais le véritable raz-de-marée s'observe au niveau de la pratique du yoga. La discipline s'est tellement démocratisée qu'aujourd'hui, ils se créent des studios dédiés tout autour de la planète, fréquentés par des femmes et désormais des hommes aussi.

### ACROYOGA, HIP-HOP YOGA, YOGA AVEC DES CHÈVRES...

Pour lutter contre la concurrence et attirer des clients qui se lassent très vite, on assiste à une débauche de propositions parfois très insolites. « Le yoga est un outil millénaire contre le stress, qui consiste à unifier le corps et l'esprit par l'utilisation du souffle » rappelle Catalina Denis, fondatrice du Studio Kshanti-Yoga à Paris.

Chien tête en bas, poisson, tortue ou cobra... les postures classiques restent les mêmes. Mais le yoga s'est adapté à toutes les cibles. De la tradition stricte au fitness yoga, on en trouve pour tous les goûts. A Paris, beaucoup de centres premium se sont ouverts et ont développé leurs marques de produits dérivés, frôlant les 150 euros pour un simple legging, voire 100 euros pour un sweat-shirt « Ohm ».



Dans les cours des professeurs plus ou moins excentriques tentent de vulgariser des discours scientifiques qu'ils ont parfois digérés avec approximation, évoquant les bienfaits de la méditation ou de la respiration de manière parfois nébuleuse. Alors attention aux pseudos gourous et préférez des pratiques simples qui vous apporteront de réels bénéfices.

**Namasté !**



**Bien-être : retrouver la sérénité en rééquilibrant naturellement les énergies et les émotions grâce à Téléphone Energie**

*Accéder à un mieux-être, naturellement et en douceur, grâce à une sélection de soins.*

**Soins Reiki et Énergétiques**  
Le Reiki et les soins énergétiques permettent de prendre conscience de ses mémoires, de s'en libérer, et donc d'améliorer sa santé. Ils aident à lutter contre la douleur et les émotions négatives. Travailler son énergie vitale permet de se sentir mieux et d'être plus performant. Nous portons des informations dans notre conscience et dans notre inconscient, liées à notre parcours de vie, à notre environnement familial, social, ancestral. Quand ces informations sont mal vécues, mal digérées, elles provoquent des blocages physiques et psychologiques.

Le Reiki calme, apporte la sérénité et le soulagement, permet le lâcher-prise et la maîtrise des émotions. Le praticien agit par la pose légère des mains sur le corps de la personne à certains points (épaules, nuque...) ou à courte distance.

**Gestion des émotions**  
La relaxation énergétique aide à se retrouver, à accepter, à dénouer les choses qui doivent être pour être serein.

Nous proposons également des formations.  
Reiki (niveaux 1,2 et 3), nettoyage énergétique, utilisation des bols tibétains, utilisation du pendule, magnétisme.



**Géobiologie et Feng Shui**  
La Géobiologie étudie l'influence de l'environnement sur les êtres vivants. Ex. : identification des champs magnétiques d'une habitation pour éviter de placer le lit au niveau d'un nœud énergétique.

Le Feng Shui est un art Taoïste enseignant l'aménagement et l'harmonisation du lieu de vie afin d'offrir bien-être et plénitude physique, morale et intellectuelle.

**Les bienfaits du Reiki :**

- Libération des messages émotionnels
- Harmonie du flux et de l'équilibre
- Nettoyage du système immunitaire
- Améliore estime et confiance en soi
- Stimule le développement
- Relaxation et réduction du stress



Pour en savoir plus  
 Site web : <https://www.energeticien-reiki.com> Votre contact : Nicolas MERAND  
 Téléphone : 06 95 50 31 64 ou par Email : energie.telephone@gmail.com

Nous ne remplaçons pas les professionnels de santé et les traitements médicaux. Agrément organisme de formation : en cours.