



# Réflexologie Plantaire Holistique

LA FORMATION  
CERTIFIANTE

*by Luminescences*



# Introduction

---

Bienvenue dans ce programme de formation conçu pour élever l'apprentissage et accueillir la transformation au sein de l'univers des thérapies holistiques. En intégrant la Constellation de cette formation, vous rejoignez un cercle de femmes en chemin, animées par une même recherche de sens et de justesse dans la pratique d'une activité humaine ainsi que pour leur alignement émotionnel personnel.

Ce chemin vous invite à une profonde reconnection à vous-même ainsi qu'à l'éveil d'une vocation d'aide rayonnante qui soutiendra activement vos client.e.s dans un profond bien-être.

Je suis très honorée de vous accueillir et de vous guider avec clarté et bienveillance.

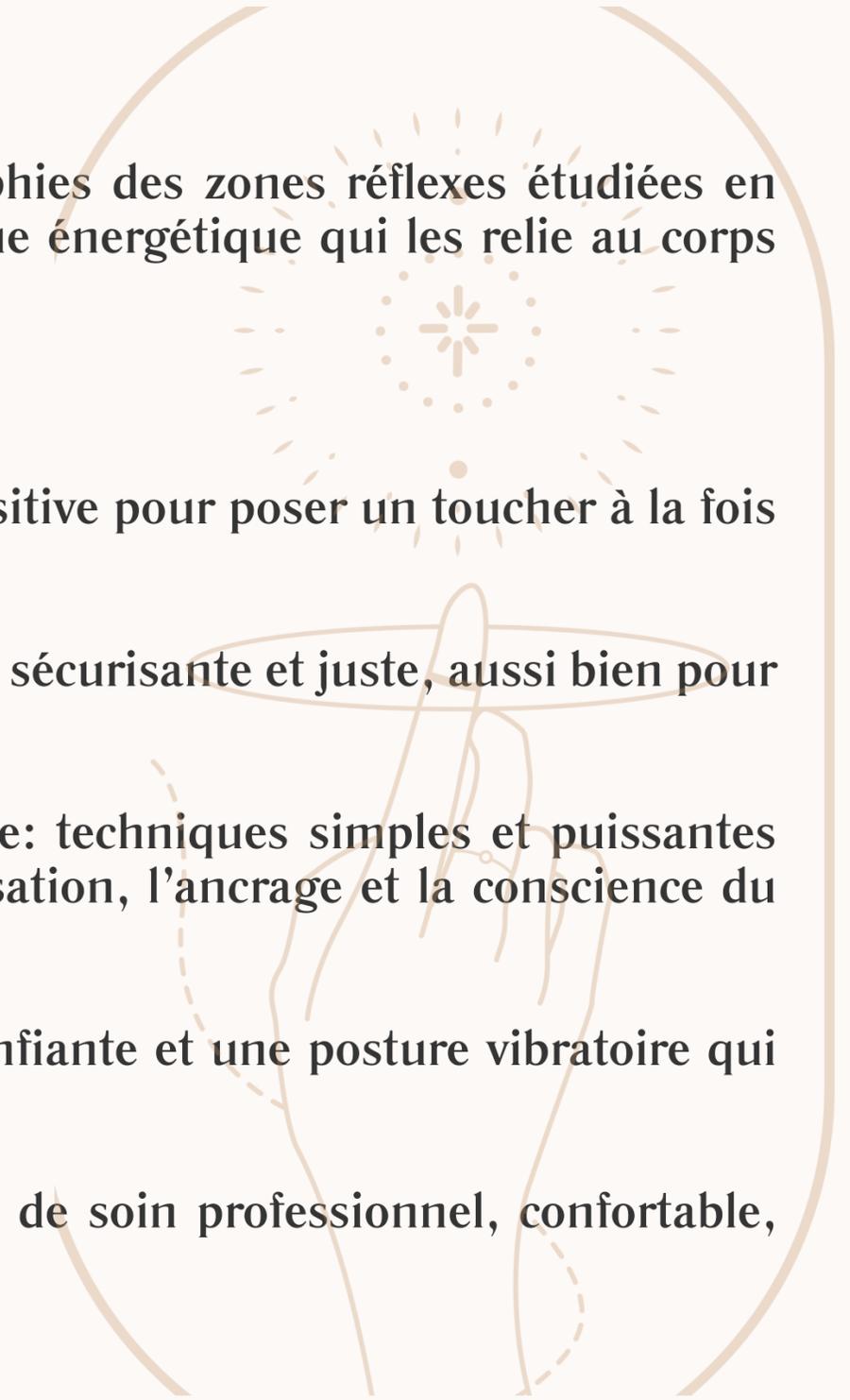
*Béatrice*



# Module 1 *Les Fondations de la Réflexologie Plantaire Holistique*

Dans ce module d'introduction, je vous invite à poser les bases solides et sacrées de la Réflexologie Plantaire Holistique grâce à ces transmissions:

- Les grands principes de la réflexologie plantaire : son histoire, sa philosophie, les cartographies des zones réflexes étudiées en collaboration avec David Deneyer, Dr en ostéopathie somato-émotionnelle ainsi que la logique énergétique qui les relie au corps entier.
- La loi d'homéostasie : l'intelligence naturelle du corps dans son processus d'autorégulation.
- L'art du toucher : explorer la qualité du geste, l'intention, la profondeur, l'écoute tactile et sensitive pour poser un toucher à la fois précis, enveloppant et vibrant.
- Le cadre du thérapeute : apprendre à se positionner dans une posture professionnelle, éthique, sécurisante et juste, aussi bien pour soi que pour tes consultants.
- Présentation des ressources d'alignement énergétique et de centrage à l'usage du thérapeute: techniques simples et puissantes pour s'aligner instantanément avant un soin, grâce aux techniques respiratoires, à la visualisation, l'ancrage et la conscience du corps, l'Eft (emotional freedom technique), les huiles essentielles, les élixirs floraux etc...
- La présence du thérapeute : apprendre à cultiver une qualité d'être, une écoute intérieure confiante et une posture vibratoire qui soutiennent la transformation du soin.
- La présentation du matériel thérapeutique : Tout ce qui est nécessaire pour créer un espace de soin professionnel, confortable, chaleureux et adapté aux besoins du consultant.

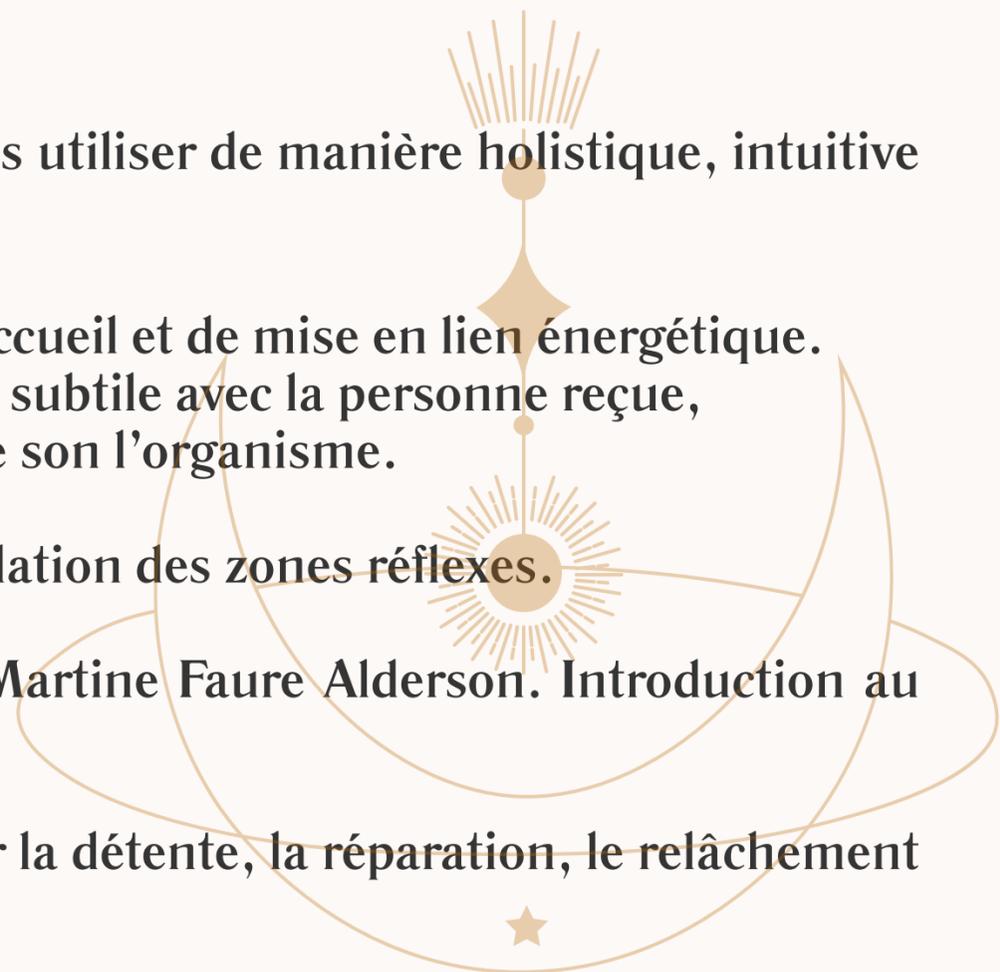


## Module 2

# Les Clés du Soins Holistique - Rituels & Energie

Dans ce second module, les élèves entrent pleinement dans la pratique du soins en découvrant les outils concrets et subtils du toucher réflexologique et énergétique :

- Les instruments du soins : les mains, les doigts, les cristaux, les diapasons etc – comment les utiliser de manière holistique, intuitive et précise.
- Protocole d'ablution des pieds : l'ouverture du soins est un moment sacré de purification, d'accueil et de mise en lien énergétique. Ce Rituel permet de créer un espace sacré, de poser une intention claire, d'entrer en relation subtile avec la personne reçue, de l'installer sereinement dans la séance et de se connecter en conscience avec les besoins de son l'organisme.
- L'harmonisation énergétique : techniques d'équilibrage énergétique du corps avant la stimulation des zones réflexes.
- Le MRP (Mouvement Respiratoire Primaire) : Méthode qui m'a été transmise par le Dr Martine Faure Alderson. Introduction au langage subtil du corps à travers la perception du rythme cranio-sacré.
- Le système nerveux : comprendre les bases du système nerveux utonome pour accompagner la détente, la réparation, le relâchement des tensions résiduelles, la sécurité intérieure et la régulation émotionnelle.
- Les 5 techniques de massage spécifiques à la réflexologie plantaire holistique : comment les utiliser selon les besoins du soins.
- L'harmonisation par le souffle: différents types de respirations et leurs applications concrètes en séance ou autour du soins.
- Séance d'EFT pour la praticienne – Estime de soi : une séance guidée de libération émotionnelle pour renforcer la posture intérieure de la future thérapeute
- Homeplay 1 : Coaching



## Module 3

# Notre Corps, notre Temple: Physiologie & harmonie

**Dans ce module, les élèves approfondissent leur compréhension du corps physique et de ses mécanismes d'auto-régulation, tout en développant leur capacité à créer un environnement de soin à la fois sécurisant inspirant et thérapeutique:**

- Les émonctoires : comprendre la physiologie des organes d'élimination (foie, reins, intestins, poumons, peau, utérus) et leur rôle fondamental dans la santé globale. Identifier les zones réflexes correspondantes et apprendre à les stimuler avec discernement.
- Le système immuno-lymphatique : apprentissage des bases anatomiques, rôle dans le processus de défense de l'organisme et d'élimination des déchets colloïdaux à la source de nombreux symptômes encombrants chez l'individu.
- Le système circulatoire: équilibrer la sphère cardiovasculaire, stimuler l'élimination des déchets cristalloïdaux à l'origine de l'état inflammatoire des tissus de l'organisme.
- Ambiancer son espace de soin : l'art de créer un lieu qui soutient l'harmonie et qui influe également la protection énergétique du thérapeute. Les senteurs, les sons, l'éclairage, la disposition des éléments avec une perspective à s'initier au Feng shui. Les intentions invisibles qui invitent l'énergie de la lumière à vous porter dans les séances.
- Séance d'EFT pour la praticienne: libération émotionnelle guidée, en lien avec les blocages ou les peurs émergentes du groupe (syndrome de l'imposteur, peur de ne pas être à la hauteur, doutes, etc.).
- Affirmations soutenantes : création et intégration d'affirmations ancrantes à utiliser avant, pendant et après une séance pour renforcer la posture intérieure du thérapeute.
- Homeplay 2 : coaching

# Module 4

## Equilibres internes & Relation thérapeutique

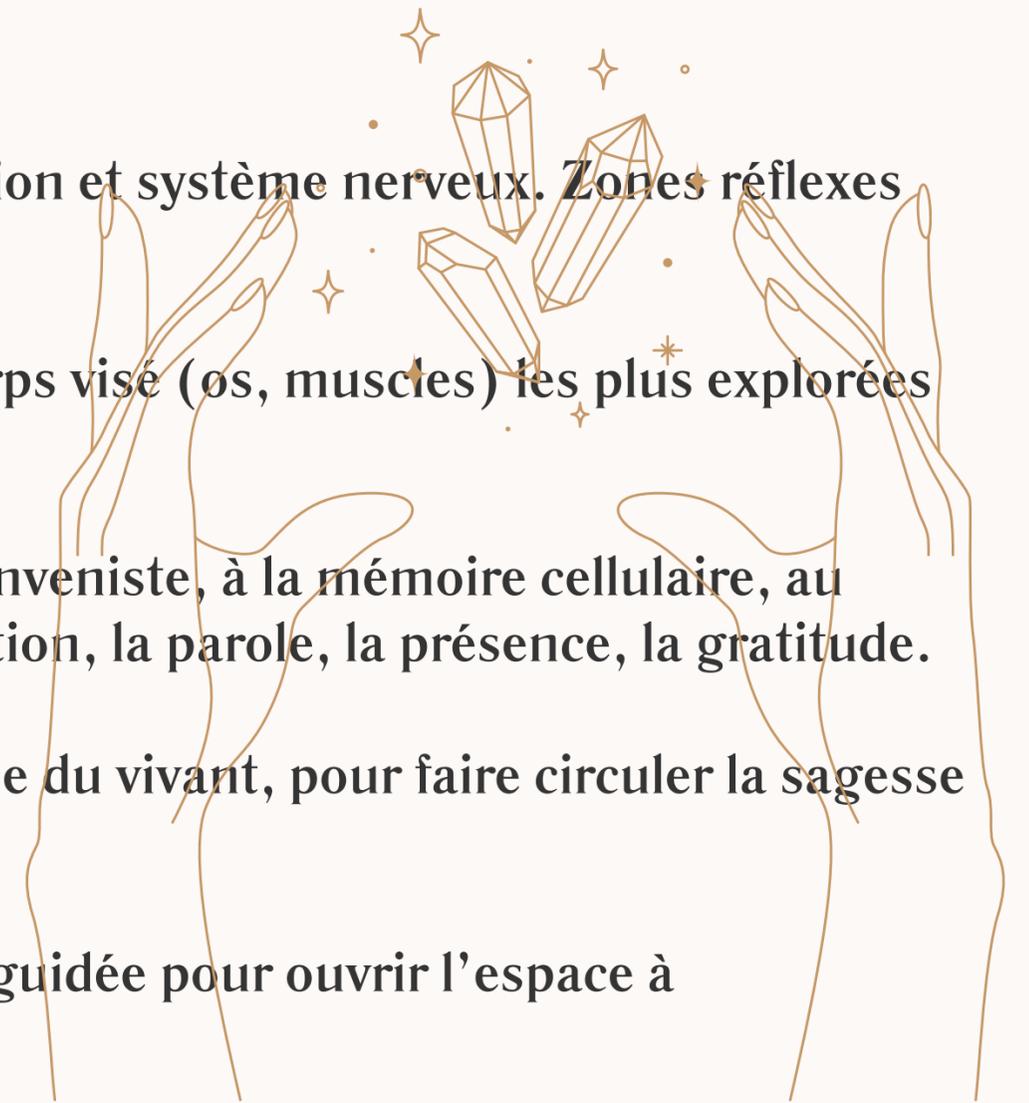
**Ce module tisse le lien entre la physiologie fine du corps humain et l'art d'accompagner l'autre dans une relation de confiance, d'écoute et de sécurité énergétique. Il comprend:**

- Le système hormonal : comprendre les glandes endocrines majeures (hypothalamus, hypophyse, thyroïde, pancréas, surrénales, ovaires/testicules) et leur rôle primordial dans la régulation globale de l'organisme. Apprendre à repérer et stimuler les zones réflexes correspondantes selon la méthode RPH.
- Le système digestif : exploration du tractus digestif, des organes associés, des déséquilibres fréquents. Utilisation de la réflexologie pour soutenir la digestion physique, émotionnelle et énergétique.
- Soutenir l'espace : techniques et postures pour tenir un espace thérapeutique stable, sécurisant et aligné, même face à l'intensité émotionnelle ou énergétique du déroulement de la séance.
- Créer une relation de confiance avec ses consultants : communication bienveillante, écoute active, posture juste. Savoir se rendre disponible sans se perdre, être claire sans dominer, réceptive sans se laisser envahir.
- Séance d'EFT guidée : travail émotionnel autour de la posture thérapeutique, du lien à l'autre et de la confiance dans sa capacité à accompagner.
- Activation énergétique pour la constellation : rituel de reliance intérieure pour activer l'intelligence émotionnelle collective du groupe, la présence à son propre champ énergétique, et la dimension symbolique du soin.
- Homeplay 3 : coaching

# Module 5 *Le Corps en mouvement-Souffle, Structure, Mémoires*

Dans ce module, les élèves explorent la magie de la respiration, la physiologie respiratoire et ostéo-musculaire utilisé en réflexologie ainsi que l'exploration de la mémoire vibratoire de l'eau, en les reliant à la pratique thérapeutique:

- Le système respiratoire : anatomie du souffle, rôle du diaphragme, lien entre respiration et système nerveux. Zones réflexes associées, techniques de stimulation et soutien à la libération respiratoire.
- Le système ostéo-musculaire : comprendre les grandes lignes de l'architecture du corps visé (os, muscles) les plus explorées en réflexologie plantaire. Agir sur les tensions et les douleurs chroniques.
- La mémoire de l'Eau: introduction aux travaux d'Emoto et du professeur Jacques Benveniste, à la mémoire cellulaire, au pouvoir vibratoire de l'intention. Apprendre à informer l'eau par la pensée, la respiration, la parole, la présence, la gratitude.
- Activation énergétique pour la constellation : rituel de reliance au groupe et à l'énergie du vivant, pour faire circuler la sagesse collective et activer les ressources du cœur.
- Prière pour stimuler et exprimer la créativité dans le soin : invocation personnelle ou guidée pour ouvrir l'espace à l'inspiration, à l'intuition, à la guidance subtile dans l'accompagnement.
- Homeplay 4: coaching



# Module 6 *Bulle thérapeutique & Art de la justesse*



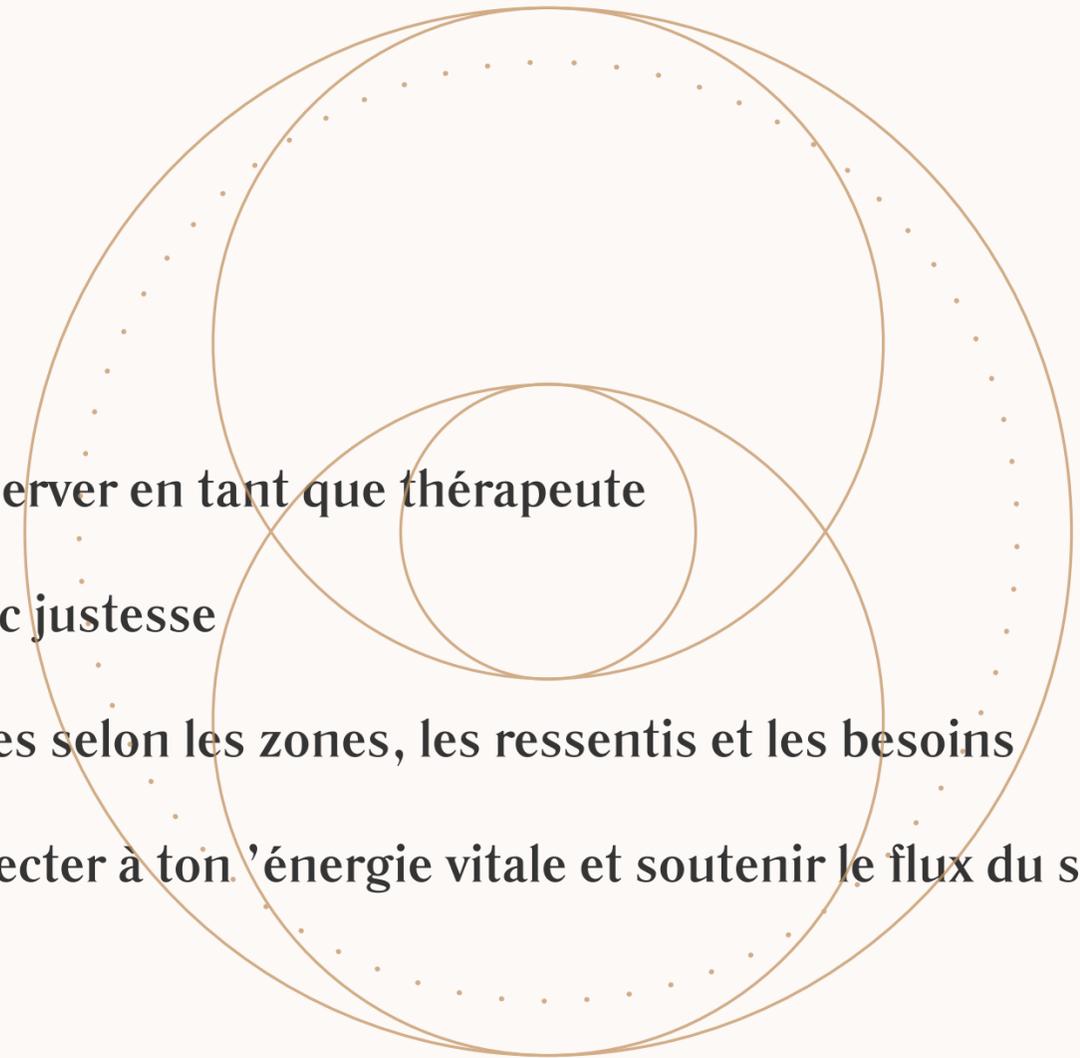
**Dans ce module, les élèves apprennent à travailler avec justesse et conscience sur deux systèmes fondamentaux:**

**Le système urinaire (reins, vessie, uretères, urètre)**

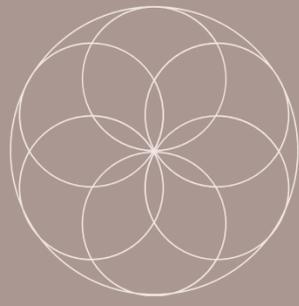
**Le système génital (féminin et masculin)**

**Elles découvrent également:**

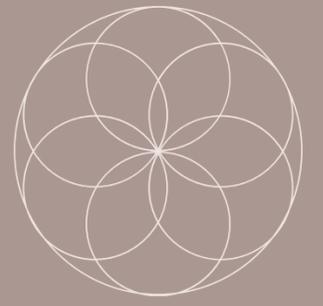
- **Des méthodes de protection énergétique simples et puissantes pour te préserver en tant que thérapeute**
- **Les bases d'une anamnèse offrant une vision globale pour accompagner avec justesse**
- **L'art d'exercer la bonne pression et les bonnes manoeuvres dans tes séances selon les zones, les ressentis et les besoins**
- **Des techniques d'activation énergétique qui te sont destinées pour te connecter à ton énergie vitale et soutenir le flux du soin**
- **Homeplay 5**



## Module 7



# Harmonie des 5 éléments de la MTC appliquée à la Réflexologie Plantaire



Dans ce module, les participantes découvrent comment les grands principes de la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) enrichissent la pratique de la réflexologie plantaire holistique.

### Elles apprennent à:

- Comprendre les fondements des 5 éléments (Bois, Feu, Terre, Métal, Eau)
- Appliquer la méthode d'harmonisation des 5 éléments Yin à la réflexologie
- Réaliser des rondes d'harmonisation ciblées selon l'énergie et la saison
- Identifier et localiser les méridiens énergétiques principaux et les intégrer dans la séance de réflexologie plantaire
- Découvrir les principes de l'horloge chinoise pour soutenir les cycles naturels du corps et investiguer plus efficacement l'origine des troubles
- Approfondir et adapter l'anamnèse en lien avec les déséquilibres énergétiques
- Homeplay 6



# Module 8 Harmonie des Chakras & Soin Vibratoire Holistique

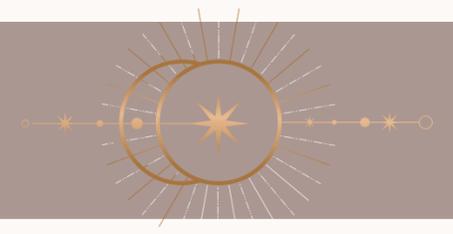
Dans ce module, les élèves apprennent à utiliser la méthode d'harmonisation des Chakras en réflexologie plantaire holistique, et à intégrer des outils vibratoires puissants pour soutenir et harmoniser la circulation énergétique dans le corps.

Elles apprennent:

- Toutes les facettes de la Méthode des 7 Chakras, générateurs d'énergie vitale, appliquées à la réflexologie plantaire
- L'utilisation des huiles essentielles, des cristaux pour soutenir l'ancrage, la fluidité et la libération énergétique
- L'application des diapasons thérapeutiques pour réharmoniser les zones réflexes par le son
- L'intégration des huiles essentielles dans les soins énergétiques et émotionnels
- L'usage du bol tibétain pour clôturer ou recentrer une séance
- Un protocole de clôture des séances pour harmoniser, ancrer et accompagner le retour à soi
- Une méditation guidée pour la séance d'harmonisation des Chakras (à proposer au consultant lors du déroulement de la séance)
- Une méditation guidée pour le thérapeute (avant ou après la séance, pour t'aligner et te ressourcer)
- Le Homeplay 7

## Module 9

# Devenir Ambassadrice de votre pratique



Ce module aide à incarner pleinement LA posture de praticienne professionnelle et alignée en Réflexologie Plantaire Holistique. On y découvre:

- Un script type pour présenter clairement la séance, ses bienfaits et son cadre, avec fluidité et confiance
- Une réflexion sur les bienfaits du massage réflexologique, tant sur le plan physique qu'émotionnel et énergétique
- Des conseils de communication pour informer sans convaincre, rassurer sans infantiliser, proposer sans s'imposer
- Des clés de diplomatie relationnelle pour poser un cadre clair, gérer les résistances ou les demandes floues
- Le Fil d'Or de la consultation : une structure invisible mais solide pour dérouler une séance alignée du début à la fin
- Un Homeplay d'intégration pour s'entraîner à présenter la séance avec confiance, justesse et clarté



# Module 10

# Oser Rayonner & entreprendre en conscience



**Ce dernier module accompagne les participantes dans la naissance de leur activité professionnelle. Il permet de poser les premières fondations de son entreprise avec sens, structure et alignement.**

**Elles y découvrent:**

- **Comment créer l'énergie de son entreprise : intention, vibration, vision et ancrage**
- **Des clés pour présenter leur activité au monde : leurs messages, leur positionnement, leur singularité**
- **Les bases pour accueillir, accompagner et fidéliser la clientèle, dans une relation juste, fluide et respectueuse**
- **Des repères concrets pour se lancer dans l'entrepreneuriat en France ou en Belgique : statuts, démarches, cadre légal**