



## ⚡ Questionnaire Sportifs, Performance & Haut Stress

(Énergie de vie, récupération & boost énergétique)

Ce questionnaire, mené par l'**IKTEE - Institut de Kūnda-Thérapie, d'Exploration & d'Éveil Kundalini**, s'adresse aux sportifs et aux personnes en période de forte sollicitation physique, mentale ou émotionnelle.

Il vise à évaluer l'impact d'un soin de **Kūnda-Thérapie et les soins d'harmonisation Kundalini Activation Shaktipat** sur la récupération, la performance et l'équilibre global.

### 1. Profil

1.1 Votre type d'activité principale :

- Sportive (professionnelle ou amateur)
- Intellectuelle (étudiant, préparation concours, recherche, etc.)
- Professionnelle à forte responsabilité (chef d'entreprise, manager, professions libérales, etc.)
- Autre : .....

1.2 Fréquence des périodes de forte sollicitation :

- Occasionnelle
- Régulière
- Quasi-quotidienne

### 2. Contexte du soin

2.1 Avez-vous reçu un soin de Kūnda-Thérapie / Kundalini Activation Shaktipat dans le cadre :

- Préparation à un effort important (compétition, examen, projet professionnel)
- Récupération après un effort intense (physique, mental ou émotionnel)
- Gestion d'un stress prolongé / charge mentale
- Curiosité / exploration intérieure
- Autre : .....

### 3. Ressentis avant la séance

Comment vous sentez-vous ? (Plusieurs réponses possibles)

- Fatigue physique
- Tensions musculaires
- Stress mental ou anxiété

- Difficultés de concentration
  - Manque de sommeil / sommeil non-réparateur
  - Poussée d'adrénaline / nervosité
  - Sensation de vide énergétique / démotivation
  - Autre :
- .....
- .....

#### 4. Expérience pendant le soin

Avez-vous ressenti :

- Relâchement musculaire ou nerveux
  - Chaleur, vibrations, circulation d'énergie
  - Sensation de lâcher-prise profond
  - Perception d'une activation énergétique (magnétisme, courants bioélectriques, pulsations intérieures)
  - Calme mental, suspension du flot de pensées
  - Difficulté à mettre des mots, mais expérience marquante
  - Autre :
- .....
- .....

#### 5. Effets après le soin

Avez-vous constaté :

- Soulagement de douleurs ou tensions physiques
  - Amélioration de la récupération musculaire / articulaire
  - Augmentation d'énergie naturelle dans les jours suivants/  Boost de votre chimie intérieure
  - Clarté mentale, meilleure concentration
  - Sommeil plus profond et réparateur
  - Calme intérieur, stabilité émotionnelle
  - Sentiment d'alignement, unité intérieure
  - Motivation, confiance, élan de vie
  - Autre :
- .....
- .....

Durée des effets :

- Quelques heures  1 jour  2-3 jours  Plusieurs jours  Effets durables

## 6. Impact sur vos performances

Diriez-vous que ce soin a eu un effet positif sur votre capacité à :

- Récupérer plus rapidement après un effort ?

Oui, nettement  Oui, un peu  Pas vraiment  Non

- Maintenir un haut niveau de performance (physique ou mentale) ?

Oui, nettement  Oui, un peu  Pas vraiment  Non

- Gérer le stress et la pression ?

Oui, nettement  Oui, un peu  Pas vraiment  Non

## 7. Témoignage libre

En une phrase ou quelques mots, comment décririez-vous :

- Votre ressenti principal après le soin ?

.....

- L'impact sur votre récupération ou votre performance ?

.....

.....

## 8. Consentement & suivi

Acceptez-vous que ce retour soit intégré (anonymement) à l'étude de l'IKTEE ?

Oui, anonymement  Oui, avec plaisir  Non

Souhaitez-vous être recontacté(e) pour un suivi ?

Oui (prénom / e-mail : .....)

Non

 Merci de votre contribution précieuse. Vos réponses nourrissent un pont entre énergie de vie, corps et performance. 

---

*IKTEE – Institut de Kûnda-Thérapie, d'Exploration & d'Éveil Kundalini*

*605, Chemin de Deymie – 82000 Montauban*

*RNA : W822009788 – SIREN : 991 326 364 – SIRET : 991 326 364 00015*

*Association loi 1901 – Code APE : 96.09Z*

---

 L'IKTEE œuvre pour la recherche, l'exploration et la transmission universelle de l'énergie de vie (Kundalini), dans un cadre éthique, bienveillant et adogmatique, en complémentarité des pratiques médicales reconnues par l'OMS.



## Informations générales

# Questionnaire Sportifs, Performance & Haut Stress

### 🎯 Objet du questionnaire

Ce questionnaire s'adresse aux personnes traversant des périodes de forte sollicitation physique, mentale ou émotionnelle (liste non exhaustive) :

- **Sportifs et performeurs physiques** (professionnels, haut niveau, danseurs, pratiquants exigeants, compétitions...).
- **Professions à haute responsabilité ou sous pression** (chefs d'entreprise, professions libérales, managers...).
- **Étudiants et personnes en effort intellectuel intense** (examens, concours, charges de travail exceptionnelles...).

Il permet d'évaluer l'impact d'un soin de **Kūnda-Thérapie** Tantra ou d'une séance de Kundalini Activation **Shaktipat** sur :

- La récupération physique,
- La clarté mentale,
- La résilience globale.



### Pourquoi répondre ?

Vos réponses permettront de mieux comprendre :

- Les effets de la Kundalini sur la **biochimie intérieure** (dopamine, sérotonine, oxytocine, endorphines...),
- L'impact sur la **performance et la récupération** (sommeil, récupération musculaire, concentration),
- Le rôle de l'**harmonisation énergétique** dans la gestion du stress et le maintien d'un haut niveau de vitalité.

## Note importante

Ce questionnaire n'est ni un test, ni un jugement.

- 👉 Chaque parcours est unique.
  - 👉 Les réponses visent à mettre en lumière les effets tangibles d'un soin énergétique sur votre équilibre global.
- 

## Une recherche collective au service du Vivant

Les résultats nourrissent une étude exploratoire menée par l'**IKTEE** afin de :

- Démontrer les potentiels thérapeutiques et de performance de l'énergie de la Kundalini,
  - Accompagner de manière adaptée sportifs, étudiants et professionnels,
  - Contribuer à une reconnaissance de ces pratiques comme **soutien éthique et complémentaire** à la santé globale.
- 

## Note éthique et médicale

- Ce questionnaire et cette étude s'inscrivent dans le cadre des **Médecines Complémentaires et Intégratives** définies par l'OMS.
  - La Kūnda-Thérapie Tantra et les Kundalini Activations Shaktipat ne remplacent pas un suivi médical ou un entraînement adapté, mais viennent en **complément**.
  - Elles favorisent la récupération physique, mentale et émotionnelle.
  - Les données recueillies ouvrent la voie à une coopération avec le **corps médical et scientifique** pour mieux comprendre les mécanismes d'équilibre et de performance.
- 

## Collaboration et rayonnement

Ce questionnaire est proposé en collaboration avec **L'Ô de MoonShiva** et sera progressivement diffusé et partagé au sein du **Jardin des Partenaires de l'IKTEE**.

L'objectif est de créer une **base de données vivante** permettant d'affiner les accompagnements énergétiques destinés :

- Aux sportifs,
- Aux personnes en surcharge mentale ou émotionnelle,
- Et à toute personne sollicitée par la vie moderne.

---

❖ Ainsi, chaque retour d'expérience contribue à faire reconnaître la Kundalini comme une ressource précieuse pour la santé intégrale, la performance et le mieux-être.