



⚡ 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 sentiez-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 Kūnda-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, ocytocine, 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.