

Système Usui - Reiki 1^{er} degré (Shoden)

Contenu de l'enseignement en trois modules⁽¹⁾

Plus qu'un simple stage de Reiki, cet enseignement (non dogmatique) du 1er degré dans le système Usui pourra révéler en vous une profonde et puissante énergie d'harmonie et d'auto-guérison. En suivant ce programme complet, vous apprendrez en outre à activer l'ouverture et l'affirmation de vos propres voies d'évolutions personnelles et spirituelles.

Pré requis : Aucun pré requis demandé

Premier module :

- Qu'est-ce que le Reiki ? En quoi consiste le Système Usui ?
- Ressentir notre Ki -ou Qi- (énergie vitale) et « canaliser » le REI (énergie spirituelle),
- Les 5 préceptes selon Usui (règles de vie pour atteindre le bonheur et conserver la santé),
- 1^{er} Reiju / initiation (activation et conscientisation de votre « canal reiki »),
- Méditation et Reiki : pratiques de base (Gassho, Kenyoku),
- Pratiquer le Reiki en pleine conscience (intention, concentration et attention),
- 2^{ème} Reiju / initiation (activation et conscientisation de votre « canal reiki »),
- Reiki + affirmations positives, pour activer votre évolution personnelle en conscience,
- Soins Reiki pour soi-même (auto-soins) : Attitude corps/esprit et positions des mains.

Deuxième module :

- 3^{ème} Reiju / initiation (activation et conscientisation de votre « canal reiki »),
- Méditation et Reiki : Joshin kokyu ho (ressentir l'énergie/souffle et l'esprit dans le corps),
- Soins Reiki à soi-même (auto-soins) : pratique collective en méditation guidée,
- 4^{ème} Reiju / initiation (activation et conscientisation de votre « canal reiki »),
- Soins Reiki pour une tierce personne : Préparation (Gassho et Byosen),
- Soins Reiki pour une tierce personne : Attitudes et protocoles (Chiryō/Teate),
- Le traitement Reiki local (sur une partie du corps),
- Le traitement Reiki rapide (position assise ou allongée),
- Donner une séance Reiki simplifiée à une autre personne (échanges de séances sur tables),

> **Série d'auto-soins** à effectuer chez vous durant au moins 21 jours.

Troisième module :

- Révision rapide des 2 premiers modules,
- Reiju traditionnel (réharmonisation énergétique individuelle),
- Méditation et Reiki : Seishin toitsu (ressentir l'énergie/souffle et l'esprit dans les mains),
- Exercice énergétique sur les 3 Tan Tien (milieu du ventre / cœur-thymus / centre du crâne),
- Pratiquer l'équilibrage et l'harmonisation des chakras⁽²⁾, sur soi ou une autre personne,
- Donner une séance Reiki complète à une autre personne (échanges de séances sur tables),
- Le Reiki sur les aliments, les plantes, les animaux (approche du Reiki animalier),
- Pratiquer la technique d'intégration⁽²⁾, sur soi ou sur une autre personne (démonstration),
- Méditation de clôture de stage et Remise de votre certificat de praticien.ne Reiki niveau 1.

STAGE BASIC

STAGE COMPLET

⁽¹⁾ Selon le rythme et les besoins des stagiaires, l'ordre et le contenu peuvent être légèrement modifiés.

⁽²⁾ Techniques hors Système Usui, généralement pratiquées dans les écoles occidentales de Reiki.



Centre Harmonythéra - 25 bis rue de la Borie 19300 EGLÉTONS

Tél. 06 44 38 33 66

harmonythera@gmail.com - www.harmonythera.fr

Conditions, modalités et aspects pratiques

Organisation des 3 modules d'enseignement en présentiel et des exercices à domicile :

Les deux premiers modules sont enseignés durant deux jours, généralement un week-end.

Pour la bonne intégration de ces deux premiers modules à votre rythme, une série d'auto-soins et de méditations seront à effectuer chez vous durant 21 jours minimum (3 à 4 semaines).

Il vous est conseillé durant cette période, de relire vos notes de stage et de consulter les supports qui vous auront été fournis (fiches, manuel pédagogique).

Un réseau social privé sera créé afin que les participants de ce même stage puissent rester en lien durant ces 21 jours (échanger sur les pratiques et ressentis, poser des questions...).

Le troisième module⁽¹⁾ qui se déroulera sur une journée aboutira à la validation de votre stage.

Chaque module comprenant 7 heures de cours et d'exercices pratiques, l'enseignement du niveau 1 de Reiki est d'une durée effective de 14 à 21 heures selon le stage choisi (hors suivi à distance).

En fin de stage, vous recevrez votre certificat d'aptitude Reiki Usui Ryoho 1er degré Shoden ainsi qu'un document attestant votre lignée Reiki depuis Mikao Usui sensei (fondateur du Reiki Ryoho).

Outre le fait d'avoir la capacité de prendre soin de vous-même et de vos proches de manière autonome, ce stage vous ouvre la possibilité de participer à des sessions d'échanges de séances entre praticiens Reiki, tous niveaux d'expérience confondus, à des séances d'entraînement Reiki Usui, à des stages de révision ou d'approfondissement (gratuits ou faible participation).

Contribution financière⁽²⁾ à votre stage Reiki 1^{er} degré :

- Stage «complet» 270 euros (possibilité de paiement en 3 mensualités de 90 euros),

- Stage «basic»⁽³⁾ 195 euros (possibilité de paiement en 3 mensualités de 65 euros),

Manuel de cours, supports pédagogiques et suivi à distance inclus.

Votre enseignant Reiki Usui :

Régis-Pierre Debert, maître enseignant et praticien Reiki Usui Ryoho depuis 2012,

Facilitateur en méditation pleine conscience (sources taoïstes et bouddhistes).

Aspects pratiques :

- Lieu et dates du stage précisés en annexe ou par message séparé (SMS, e-mail...),
- Inscription préalable indispensable + acompte (fiche d'inscription en annexe),
- Venir avec des vêtements confortables, des chaussons d'intérieur et apporter un plaid,
- Repas partagé sur place, chacun apporte ce qui lui fait plaisir (possibilité de réchauffer),
- Possibilité de dormir sur place ou chambres d'hôtes à proximité (nous contacter).

⁽¹⁾ Ce 3^{ème} module n'est pas inclus dans l'enseignement si vous optez pour le «stage basic».

⁽²⁾ L'argent ne devrait pas être un obstacle, des conditions exceptionnelles peuvent-être accordées en toute discrétion aux personnes ayant des difficultés financières. Contactez-nous pour en parler.

⁽³⁾ Vous recevrez votre certificat de stage même si vous optez pour le stage «Basic» en 2 modules.



Centre Harmonythéra - 25 bis rue de la Borie 19300 EGLETONS

Tél. 06 44 38 33 66

harmonythera@gmail.com - www.harmonythera.fr