ALLIANCE DEVELOPPEMENT

Alliance Développement
124 Avenue des Marronniers - 33700 MERIGNAC
Tél : 07 83 61 28 24
SIRET : 813 029 881 00014 / ***N° de déclaration d'activité :*** **72 33 09893 33**

PROGRAMME DE FORMATION

REIKI USUI • NIVEAUX 1 et 2

Durée du stage : 2 jours - 16 h

Horaire : de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h

Public concerné : Tout public, Toute personne en démarche de bien-être, de développement personnel et souhaitant découvrir puis approfondir la pratique du Reiki Usui.

Prérequis : Maîtriser la lecture, l'écriture et l'expression orale en français, Être majeur et autorisation parentale pour les mineurs de 16 ans à 18 ans.

Nombre de participants maximum : 2

DEMARCHES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

- Livret de formation remis au stagiaire.
- Apports théoriques et supports pédagogiques.
- Démonstrations de la formatrice.
- Initiations Reiki des niveaux 1 et 2.
- Exercices pratiques individuels et en binôme.
- Apprentissage et pratique des positions des mains.
- Pratique de l'auto-traitement et de séances sur autrui.
- Exercices de protection, centrage et ancrage.
- Pratique du Beaming Reiki.
- Exercices d'envoi de Reiki à distance.
- Utilisation du cristal de roche dans le cadre des exercices prévus.
- Échanges, questions/réponses et retours d'expérience.
- Accompagnement individualisé.
- Suivi après la formation.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de pratiquer le Reiki Usui de manière autonome sur lui-même et sur autrui, en utilisant les enseignements des niveaux 1 et 2, dans le respect des principes fondamentaux et de l'éthique du Reiki.

OBJECTIFS OPERATIONNELS ET EVALUABLES :

A l'issue de la formation, le stagiaire est capable :
Comprendre l'histoire, les origines et les principes fondamentaux du Reiki Usui.

- Intégrer les cinq idéaux du Reiki dans sa pratique et son quotidien.
- Identifier les bases de l'énergie vitale, des chakras et du système énergétique.
- Réaliser un auto-traitement Reiki complet.
- Connaître et appliquer les principales positions des mains.
- Préparer et réaliser une séance Reiki sur autrui selon le protocole enseigné.
- Adopter une posture bienveillante et respectueuse de l'éthique du Reiki.
- Comprendre les limites de la pratique et l'importance de ne poser aucun diagnostic.
- Comprendre le rôle et l'utilisation des symboles du deuxième degré selon l'enseignement transmis.
- Utiliser les symboles dans les pratiques énergétiques en présentiel et à distance.
- Découvrir et pratiquer le Beaming Reiki.
- Préparer et réaliser un envoi de Reiki à distance dans le cadre enseigné.
- Utiliser le cristal de roche dans les exercices prévus.
- Développer son ressenti énergétique et approfondir sa pratique.

• Pratiquer le Reiki Usui de manière autonome, responsable et éthique.

SANCTION DE LA FORMATION : Au terme du 2ème jour de la formation, le formateur procédera à l'évaluation permettant de déterminer si la technique est acquise et remettra une attestation de formation en fonction des résultats obtenus.

CONTENU DE LA FORMATION

JOUR 1 • REIKI USUI NIVEAU 1

9h00 – 10h30 | Accueil et introduction
- Présentation du Reiki.
- Histoire de Mikao Usui.
- Les cinq principes du Reiki.
- Éthique du praticien.
- Première initiation.

10h45 – 12h30 | Comprendre l'énergie Reiki
- Qu'est-ce que l'énergie ?
- Rei et Ki.
- Notions de chakras et de corps énergétiques.
- Rôle du praticien Reiki.
- Déroulement d'une séance.
- Notion de crise de guérison.
- Pourquoi pratiquer plusieurs séances ?
- Apprentissage de l'auto-traitement.
- Positions des mains.• Deuxième initiation.

13h30 – 17h30 | Applications et pratique
- Les différentes applications du Reiki.
- Reiki rapide.
- Équilibrage.
- Reiki sur plantes, animaux et aliments.
- Reiki en groupe.
- Initiation au pendule appliquée au Reiki – 30 minutes : prise en main, nettoyage et centrage, convention « oui / non », découverte de l'utilisation sur les chakras et intégration dans une séance Reiki.
- Troisième initiation.
- Posture et attitude du praticien.
- Démonstration d'une séance Reiki.
- Pratique en binôme : donner et recevoir.
- Retour d'expérience.
- Quatrième initiation et intégration.
- Méditation de gratitude.
- Reiju.

17h30 – 18h00 | Clôture
- Conseils pour intégrer le Reiki au quotidien.
- Questions / réponses.
- Remise du certificat.
- Remise du livret.

JOUR 2 • REIKI USUI NIVEAU 2

9h00 – 10h30 | Accueil, révision et introduction au Reiki 2
- Présentation du Reiki Usui Niveau 2.
- Révision du Reiki Niveau 1 : idéaux et Byosen.
- Les idéaux en japonais et leur dimension vibratoire.
- Du Kotodama au symbole.
- Découverte des symboles du Reiki 2 et de leur utilisation.

10h30 – 10h45 | Pause
10h45 – 12h30 | Symboles et première initiation
- Présentation et apprentissage des tracés des symboles.
- CKR : renforcement et protection.
- SHK : travail sur les dimensions mentale et émotionnelle.
- HSZSN : principe et utilisation dans l'envoi à distance.
- SKSK selon la lignée enseignée.
- Kotodamas associés selon l'enseignement transmis.
- Première initiation du Reiki Niveau 2.

12h30 – 13h30 | Pause déjeuner
13h30 – 15h00 | Protection, intention et Beaming
- Protection dans la pratique Reiki.
- Centrage, ancrage et préparation avant une séance.
- Utilisation des symboles dans le cadre de la protection.
- Affirmation positive et formulation de l'intention.
- Découverte du Beaming Reiki.
- Démonstration et première mise en pratique du rayonnement Reiki.

15h00 – 16h00 | Envoi de Reiki à distance
- Principes et cadre de l'envoi à distance.
- Préparation et centrage.
- Utilisation des symboles enseignés.
- Envoi à une personne et travail sur une situation.
- Pratique guidée et retour d'expérience.

16h00 – 16h15 | Pause
16h15 – 17h00 | Auto-traitement et intégration
- Révision des positions des mains.
- Intégration des symboles dans l'auto-traitement.
- Séance Reiki avec les symboles.
- Utilisation du cristal de roche dans le cadre de l'exercice prévu.
- Initiation Cœur / pieds et intégration selon l'enseignement transmis.

17h00 – 17h30 | Mise en pratique et intégration
- Pratique des protocoles appris.
- Échanges et questions / réponses.
- Retour d'expérience.
- Conseils pour poursuivre la pratique après la formation.

17h30 – 18h00 | Clôture
- Bilan individuel de fin de formation.
- Questions / réponses.
- Rappel des principaux enseignements.
- Remise de l'attestation / certificat d'initiation.• Remise du livret de formation.

6. Modalités d'évaluation

La formation comporte une évaluation formative tout au long des deux journées. Les évaluations ont une vocation pédagogique et ne constituent pas une évaluation certificative finale.
- Questionnaire d'entrée / positionnement : identification des attentes, de l'expérience éventuelle et des besoins.
- QCM de vérification des connaissances : histoire et principes du Reiki, cinq idéaux, énergie, chakras, rôle et éthique du praticien, pratiques des niveaux 1 et 2.
- Mises en situation pratiques : auto-traitement, séance sur autrui, posture, protocole, utilisation des enseignements du niveau 2 et pratique à distance.
- Observation et accompagnement individualisé par la formatrice.
- Bilan individuel de fin de formation.