



Je me suis rendue compte que la majorité des personnes initiées au niveau I n'ont pas l'occasion de transmettre des traitements à d'autres personnes. De ce fait, j'ai décidé de proposer le niveau I pour soi-même uniquement. Ainsi la formation se répartit différemment ; pour résumer :

**le niveau I**

traitement pour soi-même ; 1 jour et 1 atelier (au lieu de 1 jour et demi et un atelier)  
Enseignement du Reiki, compréhension de cette énergie, explication et exercice de l'auto-traitement ainsi que certains exercices pour être plus conscient de l'énergie en vous.

**le niveau II**

amplification des connaissances du niveau I, initiation aux symboles, traitement sur autrui  
durée de la formation : 2 jours et 1 atelier facultatif (au lieu de 1 jour et demi et un atelier)  
Il peut être suivi environ 2 à 4 mois après le niveau I.

**Déroulement du niveau I pour SOI**

**1 jour** = de 9h à 16h env.

**1 atelier** de 3h quelques semaines après l'initiation. Sa date est fixée le jour de la formation.

Son but : poser des questions, échanger, parler de ses expériences, se renforcer dans sa compréhension, ses perceptions.

Le certificat Reiki vous est remis le jour de l'atelier.

**Quelques indications**

Ne pas boire d'alcool la veille de l'initiation, par respect de votre corps afin de vivre pleinement cette journée. Idéalement, ne pas prévoir une activité importante le soir de l'initiation.

Suite à l'initiation, il est conseillé de pratiquer un auto-traitement quotidien pendant 21 jours sans aller dans la rigueur (des explications vous seront transmises pour vous autoriser la flexibilité).

Si possible ne pas boire d'alcool durant ces 21 jours (ou au moins durant les 7 premiers jours) ; si vous choisissez d'en boire, soyez conscient que son effet peut être amplifié.

**Conditions**

Prix : CHF 250.- (le paiement se fait le jour du cours ou en deux fois selon accord).

Groupe de 6 personnes maximum

Pour la pause de **midi** : j'offre la soupe et fromage ; chacun apporte le complément dont il a besoin.

Pour les pauses : tisanes / café / eau avec petites choses à grignoter (matin et après-midi) sont à disposition

*L'initiation se passe à Epalinges. Si vous venez en transports publics, je viens vous chercher et vous ramener au terminus Croisettes du M2.*