



# REIKI TRADICIONAL – NÍVEL 1

Início a 11 de janeiro de 2024

Formação online

**Mariana Silva**

Mais informações e inscrições em:

[www.kairosport.pt](http://www.kairosport.pt)

Iniciativa realizada com o apoio de:



## APRESENTAÇÃO

O Reiki é uma antiga prática de cura energética que se originou no Japão no início do século XX. O seu nome é uma combinação de duas palavras japonesas: “rei”, que significa “universal”, e “ki”, que se refere à energia vital que flui através de todos os seres vivos. O Reiki é baseado na crença de que, ao canalizar essa energia vital universal através das mãos, é possível promover o equilíbrio físico, emocional e espiritual, estimulando assim o processo de autocura do corpo.

A **formação de nível 1 de Reiki tradicional** é o primeiro passo para aqueles que desejam envolver-se com esta prática de cura. Neste nível, os alunos são introduzidos aos conceitos fundamentais do Reiki e recebem a iniciação ou sintonização que os capacita a canalizar a energia Reiki.

Aqui está uma visão geral do que podes esperar aprender durante a formação de nível 1 de Reiki:

- 1. O que é o Reiki:** Uma introdução à prática, explicando os seus princípios e objetivos.
- 2. História do Reiki:** Uma análise da origem e evolução do Reiki, incluindo a sua relação com o fundador, Mikao Usui.
- 3. Valores do Reiki:** Os princípios éticos e filosóficos que guiam a prática do Reiki, promovendo a compaixão, o respeito e a harmonia.
- 4. Vantagens e Limitações:** Uma discussão sobre os potenciais benefícios do Reiki, bem como as suas limitações e áreas em que pode ser aplicado.
- 5. Os 5 princípios do Reiki:** A apresentação dos cinco princípios fundamentais do Reiki, que servem como diretrizes para uma vida equilibrada e harmoniosa.
- 6. Os chacras e o corpo energético:** Uma introdução e exploração dos centros de energia no corpo humano e como eles estão relacionados à prática do Reiki.
- 7. Processo de Auto tratamento:** Instruções sobre como realizar o tratamento Reiki em ti mesmo/a para promover o teu próprio bem-estar.
- 8. Tratamento a outros (algumas noções):** Noções básicas sobre como oferecer tratamento Reiki a outras pessoas, incluindo posições das mãos e técnicas.
- 9. Código de conduta do Reiki:** Diretrizes éticas para praticar o Reiki com responsabilidade e respeito pelos outros.
- 10. Iniciação e sintonização da energia Reiki no aluno:** Um processo pelo qual o aluno é sintonizado com a energia Reiki, permitindo-lhe canalizá-la eficazmente.

Os participantes da formação online em Reiki geralmente têm acesso a recursos valiosos, incluindo aulas gravadas, sessões de dúvidas em tempo real, avaliações da aprendizagem, uma aula ao vivo para a sintonização, acesso prolongado ao conteúdo, suporte via grupo de WhatsApp, meditações guiadas e um manual do conteúdo do nível 1. Além disso, pode haver ofertas especiais, como descontos em programas adicionais relacionados à meditação.

Participar na formação de nível 1 de Reiki é o primeiro passo emocionante para entrar no mundo dessa prática de cura holística e transformadora, capacitando os alunos a trazer equilíbrio e bem-estar para as suas próprias vidas e para a vida daqueles que eles escolhem ajudar através do Reiki.

**FORMADORA****Mariana Silva**

- Preparadora Mental Desportiva
- Técnica Superior em Psicologia do Desporto e Exercício
- Mestrado em Psicologia do Desporto e Exercício, Escola Superior de Desporto de Rio Maior
- Licenciatura em Psicologia do Desporto e Exercício, Escola Superior de Desporto de Rio Maior
- Professora de Meditação Mindfulness
- Certificação Internacional em Coaching
- Curso Universitário de Especialização em PNL: Programação Neuro Linguística
- Mestre em Reiki Tradicional

**VALOR DA INSCRIÇÃO**

<b>Valor único</b>	<b>150€</b>
--------------------	-------------

**Nota:** Inscrições limitadas a 5 formandos por turma.

**TESTEMUNHOS**

*“Para mim foi uma mudança fantástica. Estou muito mais conectada comigo mesma. Muitos dos meus receios foram embora, estou mais firme. E claro que tudo isto já me abriu novas portas, o que é maravilhoso.”*

**I.R.**

*“Só passou um dia de autotratamento, e posso dizer-te que a minha vida deu uma volta GIGANTE! Estou a sentir-me a mulher mais feliz e poderosa do mundo. Tenho o meu peito a explodir de felicidade, alegria, entusiasmo. Grata Mariana, fizeste um milagre comigo.”*

**J.P.**

**CONTACTOS**

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

[geral@kairosport.pt](mailto:geral@kairosport.pt)