

# Reiki Level 1 utdanning

## Shoden



Velkommen til Reiki Level 1 utdanning med Reiki Master Teacher Susanne Bjørkmo hos House of Mindful Movement i Mo i Rana.

Shoden er det første steget i healingkunsten Reiki, og Shoden betyr «Begynnende lære». Under denne utdanningen vil du bli initiert til Reikiens energi. Du får det første symbolet, et kraftfullt mantra, de fem prinsippene for Reiki og en manual med ulik informasjon og guide til håndplasseringer.

Som ordet tilsier, er dette kurset en introduksjon til Reiki, en praktisk terapeutisk terapi med sine røtter i Japan.

Reiki betyr universell guidet livsenergi og er den gyldne tråden som binder sammen alt som er levende. Det er en intelligent og balanserende energi som alle kan stille seg inn på som kan hjelpe kroppen til å heale på alle nivåer: det fysiske, følelsesmessige, mentale, energiske og åndelige.

Reiki har en skånsom og ikke-påtrengende måte å åpne energibanene i en persons kropp for optimal helse og er en ideell praksis for alle som er interessert i, eller allerede er involvert i helbredende eller terapeutisk arbeid av noe slag, men også for deg som vil dele med deg selv, til venner og familie.

Min intensjon er at alle skal kjenne seg trygge og sikre i sin kunnskap som dere får med dere, slik at dere våger å ta i bruk deres nye kunnskap. Om ikke annet på deg selv og ta del av den kraftfulle legende kraften Reiki tilbyr.

### UNDER DENNE UTDANNINGEN FÅR DU:

- Din første initiering, som varer livet ut.
- Historien til Reiki
- Det grunnleggende om energiarbeid.
- De 5 Reiki prinsippene
- Praktiske øvelser for deg selv og for andre
- Ditt første Reiki-symbol
- Manual for Reiki Shoden
- Diplom

## INKLUDERT

Snacks og te gjennom dagen (matpakke anbefales)

## IKKE INKLUDERT:

Hvis du aldri har hatt en Reiki time før så er det obligatorisk å ha en før utdanningen.  
Kontakt meg for å booke din 1:1 time (litt rabattert for deg som skal ta utdanning).

## OPPFØLGING:

Selv om det ikke er obligatorisk med oppfølging så vil jeg anbefale deg å avtale en (inkludert i prisen).

Dette i fall du har noen spørsmål, kommentarer o.l. etter utdanningen eller bare har lyst til å reflektere over noe.

**Dato:** 19-20 august 2023  
Lørdag fra kl. 09.00-18.00  
Søndag fra kl. 09.00-15.00

**Sted:** House Of Mindful Movement AS.  
Nordlandsveien 43, 8626 Mo i Rana

Workshoppen blir i vår treningssal. Vi blir sittende på puter på gulvet med ordner stoler ved behov.  
Snacks og te gjennom dagen er inkludert anbefales i tillegg å ta med egen matpakke.

**Påmeldingsfrist:** 10. august, NB! Maks 10 studenter.

**Investering:** Early bird pris før 31. juli 3750,-  
Etter det ordinær pris 4250,-

**Påmelding:** [www.houseofmindfulmovement.no](http://www.houseofmindfulmovement.no)

Varmt velkommen!  
Hilsen Susanne ☺

