

# L'ENFANT INTERIEUR

## Introduction



Image par Sarah Richter de [Pixabay](#)

### **A qui s'adresse cette formation?**

Cette formation s'adresse aux praticiens Reiki Usui à partir du 2ème degré; en effet le travail proposé se fera en compagnie des symboles auxquels vous avez été initié.

Les maîtres Reiki ne transmettent pas tous les mêmes symboles toutefois je vous propose ce travail avec les 3 symboles principaux du Reiki Usui que nous avons tous en commun : CKR, SHK et HSZSN, vous pouvez rajouter pour les exercices proposés les symboles supplémentaires auxquels vous avez été initié en plus par exemple SKSK , YHE ou encore DKM si vous êtes 3ème degré.

### **Pourquoi une formation Reiki spécifique sur l'enfant intérieur ?**

Vous avez sûrement appris et expérimenté la pratique Reiki sur votre passé en définissant par exemple une tranche d'âge ("de mes 1 ans à mes 2ans") ou sur une situation particulière ("le jour où Papa m'a giflé à la piscine").

Cette pratique est très efficace et va chercher en profondeur nos traumatismes et émotions pour les remettre en surface en leur apportant la lumière du Reiki; notre quotidien s'en trouve apaisé, plus équilibré même si l'on passe par des phases de guérison ou des prises de conscience parfois inconfortables.

J'ai voulu travailler de façon différente et j'ai créé formation pour travailler avec votre enfant intérieur au temps présent et vous aider à le reconnaître, l'accueillir, le comprendre, l'aider à s'exprimer et lui offrir ce qu'il veut.

Nous utiliserons nos ressentis pour mieux décoder ce qui se cache derrière lui/elle, pratiquerons avec la joie, l'émerveillement et la créativité que nous apporte notre enfant, notre "tout petit".

### **Comment pratiquer ?**

Vous pouvez choisir de pratiquer les exercices en les alternant avec vos auto traitements si vous continuez à pratiquer vos auto traitements de façon quotidienne.

Vous pouvez aussi décider de pratiquer en continu sur le thème de l'enfant intérieur. Restez à l'écoute de vos ressentis, de vos émotions avec toujours beaucoup de bienveillance avec vous même. Inutile d'en faire "trop" ou d'aller vite pour "aller mieux". Suivez votre rythme et faites les pauses nécessaires dans votre pratique le temps que les informations s'intègrent.

Si vous venez juste d'être initié au Reiki 2ème degré, prenez le temps d'assimiler l'enseignement pendant vos 21 jours et de faire connaissance avec les symboles avant de vous engager dans ce travail.

**Programme :**

- Questionnaire
- Equilibrage des chakras
- AT avec phrases positives
- Méditations avec l'enfant intérieur
- Exercices intuitifs (5 blessures, chakras...)

Prenez le temps d'accueillir de qui se passe en vous en d'en votre vie au fur et à mesure que vous voyez des changements. Si de la colère ou du désespoir remonte, ce sera le moment d'être gentil et doux avec vous. Il n'y a aucune performance à retirer de ce travail juste une meilleure compréhension de soi et beaucoup d'accueil et de tolérance de vos sentiments passés et présents.

Je souhaite que cette pratique vous apporte de la paix et beaucoup d'amour envers vous-même car quoiqu'en disent les autres ou quoique vous vous disiez à propos de vous-même :), vous êtes quelqu'un de formidable et vous méritez d'être aimé et heureux (se).



crédit photo Myriam Loupy

**Myriam Loupy**

**Maître Reiki Usui, Karmique et Karuna Ki**