

Ogni posizione va mantenuta minimo 3 minuti.

Spostare le mani con molta dolcezza sempre una alla volta, sollevandole e mai strisciandole sul corpo della persona che sta ricevendo Reiki.

### CENTRATURA AL CUORE

Accarezzamento dell'aura

\* \* \*

- POSIZIONE SUPINA -

*MANI SUGLI OCCHI:*

ORGANI INTERESSATI: Ghiandole pineale e pituitaria, occhi e naso

BENEFICI FISICI: Raffreddore, sinusite, problemi della vista, ecc.

BENEFICI PSICHICI: Sviluppo della chiarezza.

*MANI SULLE ORECCHIE:*

ORGANI INTERESSATI: Ghiandole pineale e pituitaria, emisfero destro e sinistro del cervello, orecchie

BENEFICI FISICI: A tutte le zone riflesse, polmoni, cuore, fegato

BENEFICI PSICHICI: Dona equilibrio.

*MANI SOTTO LA NUCA:*

ORGANI INTERESSATI: Cervello, talamo e ipotalamo

BENEFICI FISICI: Ci libera dall'insonnia, dall'aggressività, dalla paura e dall'angoscia

BENEFICI PSICHICI: Sviluppo della psicomedia.

*MANI SUL CAPO:*

ORGANI INTERESSATI: Cervelletto, lobo occipitale, cervicale

BENEFICI FISICI: Ci libera dal disordine nervoso, crisi di epilessia, trauma cranico

BENEFICI PSICHICI: Sviluppo della telepatia.

*MANI SULLA GOLA:*

ORGANI INTERESSATI: Gola, tonsille, tiroide, paratiroide, laringe, sistema linfatico

BENEFICI FISICI: Mal di gola, regola la pressione sanguigna e la circolazione

BENEFICI PSICHICI: Ci libera dalle frustrazioni e dai rancori. Sviluppo della creatività.

*MANI SUL FEGATO:*

ORGANI INTERESSATI: Fegato, cistifellea, pancreas, stomaco, duodeno, colon trasverso

BENEFICI FISICI: Digestione, calcoli, anemia, epatite, ecc

BENEFICI PSICHICI: Serenità, forza interiore.

*MANI SULLA MILZA:*

ORGANI INTERESSATI: Milza, stomaco, pancreas, colon traverso, intestino tenue

BENEFICI FISICI: Digestione, calcoli, anemia, epatite, ecc

BENEFICI PSICHICI: Serenità, forza interiore.

*MANI SUL PLESSO SOLARE E OMBELICO:*

ORGANI INTERESSATI: Plesso solare, stomaco, intestino crasso e tenue

BENEFICI FISICI: Aumenta la vitalità, cura ulcere, mal di testa, diabete, infezioni, ecc

BENEFICI PSICHICI: Fiducia in se stessi, rilassamento, amore per la vita.

*MANI SULLE GONADI - INGUINE:*

ORGANI INTERESSATI: Organi genitali, prostata, utero, ovaie, sistema linfatico

BENEFICI FISICI: Sessualità, mestruazioni, tensioni, ecc

BENEFICI PSICHICI: Volontà, autostima, espansione della coscienza.

*MANI SULLE GINOCCHIA:*

ORGANI INTERESSATI: Meridiani di milza, pancreas, fegato, stomaco

BENEFICI FISICI: Mobilità, escursione articolare, equilibrio posturale e orientamento

BENEFICI PSICHICI: Contatto con l'umiltà, flessibilità e vulnerabilità.

*MANI SULLA PIANTA DEI PIEDI:*

ORGANI INTERESSATI: Tutti gli organi del corpo.

BENEFICI FISICI: Migliora la mobilità articolare

BENEFICI PSICHICI: Dona sostegno, elasticità nei cambiamenti di direzione.

*MANI SUL PETTO A " T ":*

ORGANI INTERESSATI: Cuore, timo, bronchi, apparato respiratorio

BENEFICI FISICI: Asma, bronchite, problemi di respirazione

BENEFICI PSICHICI: Amore, compassione, beatitudine.

\* \* \*

- POSIZIONE PRONA -

*MANI SULLE RENI:*

ORGANI INTERESSATI: Vescica biliare, vescica, stomaco, fegato

BENEFICI FISICI: Migliora i processi eliminatori delle tossine

BENEFICI PSICHICI: Senso di protezione, tenerezza, tranquillità.

*MANI SULLE SPALLE:*

ORGANI INTERESSATI: Polmoni, intestino, fegato, stomaco

BENEFICI FISICI: Libera dalle tensioni

BENEFICI PSICHICI: Calma, serenità.

*MANI SOTTO LE SCAPOLE:*

ORGANI INTERESSATI: Vescica, vaso governatore, stomaco, fegato

BENEFICI FISICI: Ristrutturare l'organizzazione nervosa e muscolare

BENEFICI PSICHICI: Allenta le resistenze interiori e agisce sui meridiani.

*MANI A " T " SUL COCCIGE E REGIONE LOMBARDE:*

ORGANI INTERESSATI: Osso sacro, pavimento pelvico, parte posteriore del bacino

BENEFICI FISICI: emorroidi, ultime vertebre sacrali, stipsi

BENEFICI PSICHICI: Chiarella, scioglie le difficoltà ad avanzare o arretrare dal mondo relazionale.

*MANO SUL COCCIGE E MANO SULLA CERVICALE:*

ORGANI INTERESSATI: Colonna vertebrale

BENEFICI FISICI: Armonizza l'energia tra le vertebre

BENEFICI PSICHICI: Dona flessibilità e mobilità all'interno dell'organismo.

*MANI SUI POPLITI:*

ORGANI INTERESSATI: Meridiani di milza, pancreas, fegato, stomaco

BENEFICI FISICI: Mobilità, escursione articolare, equilibrio posturale e orientamento

BENEFICI PSICHICI: Contatto con l'umiltà, flessibilità e vulnerabilità.

*MANI SULLA PIANTA DEI PIEDI:*

ORGANI INTERESSATI: Tutti gli organi del corpo.

BENEFICI FISICI: Migliora la mobilità articolare

BENEFICI PSICHICI: Dona sostegno, elasticità nei cambiamenti di direzione.

Accarezzamento dell'aura al termine del trattamento