

## *Corso di specializzazione:*

# *Massaggio Vibrazionale Con Le Campane Tibetane, Riequilibrio Dei Chakra & Respirazione Tibetana*

### **FINALITA' DEL CORSO**

Lavorare sul Campo Energetico delle persone per ottenere benessere psicofisico.

**A CHI SI RIVOLGE IL CORSO:** Il corso si rivolge agli Operatori Olistici, a chi abbia acquisito un livello Reiki e alle persone che già lavorano sul campo energetico (Osteopati, Kinesiologi, Medici Omeopati, Agopuntori, Massaggiatori, Operatori Ayurvedi, etc.).

### **IL CORSO**

Tra le Tecniche Olistiche per il benessere psicofisico troviamo il Massaggio Vibrazionale effettuato con le Campane Tibetane, il Riequilibrio dei Chakra e la Respirazione Energetica Tibetana.

### **LE TECNICHE**

**Massaggio vibrazionale:** Le Campane Tibetane possono essere utilizzate come meditazione sonora, come apertura e chiusura di trattamenti Reiki in quanto il loro suono aiuta moltissimo il rilassamento della mente, come "massaggio" per l'Aura, e con finalità terapeutica: il massaggio sonoro consiste nell'adagiare le campane sul corpo della persona da trattare, in corrispondenza dei Chakra, e provocarne la vibrazione. Il principio è quello della risonanza/consonanza: il suono si espande con movimenti circolari, che agiscono sui blocchi energetici agevolandone lo scioglimento.

**Riequilibrio dei Chakra:** Le prime linee guida per l'attivazione dei Chakra risalgono al 500 a.C., nei testi sacri della religione indiana (Le Upanishad). I Chakra (centri energetici) corrispondono alle principali ghiandole endocrine e sono situati lungo la colonna vertebrale, nei 7 punti principali dell'agopuntura. L'essere umano non è composto solo da un corpo fisico ma anche, soprattutto, da energia. L'energia vitale, il Prana, nutre il corpo, l'anima e lo spirito. Il terapeuta, attraverso visualizzazioni mirate per ogni singolo Chakra, con l'ausilio di musiche specifiche e cristalli, stimola l'apertura dei Chakra e il fluire armonico dell'energia.

Il percorso viene completato con meditazioni e tecniche di respirazione che vanno ripetute dal paziente, giornalmente o al bisogno, per mantenere l'equilibrio raggiunto.

**Respirazione Tibetana:** Permette al nostro corpo di assumere una quantità maggiore di energia ed ossigeno (quasi 10 volte maggiore rispetto al nostro tradizionale metodo di respirazione "quotidiano"). Il nostro organismo reagisce ai nuovi ritmi di respirazione, così come reagisce alle differenti posizioni del corpo e ai diversi movimenti (ne sono esempio le tecniche di Yoga). Tutto ciò permette di sciogliere, anche nella mente e nel cervello, i blocchi cristallizzati in rigide forme di pensiero che si traducono in atteggiamenti pratici che, a volte, allontanano dal benessere psicofisico. Le tensioni (fisiche e psichiche) e i blocchi vengono eliminati, la stanchezza si trasforma in vitalità, lo spirito diventa più chiaro, tutti i sensi si fanno più ricettivi.