

靈
氣

Dispense Reiki
Primo Livello

LA DIMENSIONE
MATERIALE DELLA FORZA
VITALE UNIVERSALE

ANDREA SCARSI
(SWAMI PREM SANDESH)

Dispense Reiki Primo Livello

La Dimensione
Materiale Della
Forza Vitale
Universale

ANDREA SCARSI

(Swami Prem
Sandesh)

**Copyright – 2013 Andrea
Scarsi**

Tutti i diritti riservati

Libri di Andrea Scarsi

[21 Giorni: Diario di un Ritiro Spirituale](#)

[A Proposito di Osho: Conferenze di Un Suo Discepolo](#)

[Benedizioni!: Dedicato a Osho](#)

[Benvenuti ad Atlantide: Cristalli e Chakra Riequilibrio di Primo Livello](#)

[Breve Storia Dei Sogni: Nella Visione Occidentale](#)

[Canalizzazioni Extraterrestri:](#)

[Sindrome da Rapimento Alieno](#)

[Casa Dolce Casa Vendesi:](#)

[Home Staging Facile](#)

[Dhyana Yoga: Unione Con](#)

[L'Essenza](#)

[Dispense Reiki Primo Livello](#)

[Dispense Reiki Secondo Livello](#)

[Dispense Reiki Terzo Livello](#)

[Master](#)

[Guarire il Sé Ombra: Aneddoti](#)

[Di Alleggerimento Di Carico](#)

[Il Lato Positronico: Ridondanze
Di Un Androide](#)

[Il Maestro e l'Assassino: Una
Consueta Storia Zen](#)

[Il Segreto della Meditazione: La
Dimensione Interiore](#)

[Il Segreto della Scienza
Metafisica: Il Nostro Eterno
Viaggio nell'Infinito](#)

[Il Silenzio dell'Assoluto:
Satsang con Sandesh](#)

Immagina: E Accelera la Tua
Crescita Personale

La Cucina Vegetariana:
Motivazioni Obiezioni Ricette

L'Arte della Persuasione: Come
Raggiungere Eiticamente i
Propri Obiettivi

L'Arte della Preoccupazione:
Come Entrarci e Uscirne a
Piacere

L'Arte di Cambiare: Modella la
Tua Vita

[L'Arte di Invitare una Donna:
Solo per Gentiluomini](#)

[Le Compatibilità Zodiacali:
Trova l'Anima Gemella con
l'Astrologia](#)

[Lettura dei Tarocchi: Manuale
dei Significati di Base](#)

[Massaggio Olistico: Manuale
delle Procedure di Base](#)

[Menando Il Can Per L'Aia: Un
Dialogo Un Manuale](#)

[Notiziario Reiki: Delle Attività](#)

Mensili Svolte

Perle di Saggezza: Racconti di
Ordinaria Metafisica

Risposte per l'Anima:
Frammenti di Eterna Saggezza

Semi di Illuminazione: Il
Buddha Interiore

Viaggio nel Mondo di Sotto:
Manuale di Procedura
Sciamanica di Primo Livello

Zen Il Senso del Non Senso:
Aneddoti di Deprogrammazione

Sinaptica

Nota dell'Autore

L'Autore ha cercato di essere il più preciso e completo possibile nella creazione di questo libro; nonostante ciò, comunque, egli afferma che i contenuti in esso espressi sono unicamente il frutto della propria conoscenza, esperienza e comprensione personale e non garantisce né dichiara in alcun momento che questi siano assoluti e inequivocabili.

Non si assume, pertanto, alcuna responsabilità per errori, omissioni o diversa interpretazione del tema sviluppato nel presente documento. Nei libri di consigli pratici, come qualsiasi altra cosa nella vita, non ci sono garanzie di riuscita. I lettori e le lettrici di questo libro sono invitati e invitate a rispondere col proprio giudizio ad ogni singola circostanza e agire di conseguenza.

Nel caso siano rilevati riferimenti a persone specifiche, popoli o organizzazioni, questi sono genuinamente involontari.

Questo libro non pretende, in alcun modo, di proporsi come fonte professionale autorizzata di alcun tipo, sia essa medica, dietologica, psicologica, legale, commerciale, contabile o finanziaria. I lettori e le lettrici sono invitati e invitate a cercare i servizi di

professionisti competenti in tutti i settori succitati.

Data la duplicità di genere della lingua italiana, lo sforzo di mantenere un linguaggio neutro non sempre si è rivelato sufficiente. Le informazioni qui condivise sono sempre rivolte ad entrambi, uomini e donne. A volte si è reso necessario parlare al maschile, altre al femminile, ma sempre con l'intenzione di rivolgersi con

equanimità ad entrambi i sessi.

Buon Lavoro.

www.andreascarsi.com

靈氣

Ringrazio la Reiki Master *Ma*

Advaita Krisana per il bellissimo
disegno qui sopra.

Al Reiki e a Noi che lo Amiamo

Indice

[Dispense Reiki Primo Livello](#)

[Libri di Andrea Scarsi](#)

[Nota dell'Autore](#)

[Indice](#)

[Introduzione Al Reiki](#)

[Significato Del Termine Reiki](#)

[Suggerimenti E Punti](#)

[Fondamentali](#)

[La Storia Del Reiki](#)

[Le Posizioni Di Base Per L'Auto-Trattamento](#)

[Le Posizioni Di Circuito](#)

[Le Posizioni Di Base Per Il](#)

Trattamento

Auto-Trattamento E

Trattamento Ai Chakra

Come Prepari Chi Riceve La
Sessione

Reiki E Meditazione

Le Posizioni Di Flusso

I Compiti Per Casa

Bibliografia

Appendice

A Proposito dell'Autore

Libri di Andrea Scarsi

Mantra di Sandesh (Andrea
Scarsi)

[Libri di Andrea Scarsi in Inglese](#)

Introduzione Al Reiki

Benvenuta e benvenuto nel mondo del **Reiki**.

Il **Reiki** è una pratica spirituale di canalizzazione, ricevimento e trasmissione della Forza Vitale Universale - basata, nel suo primo livello, sull'appoggio delle mani - che genera riequilibrio e ricarica dei flussi energetici individuali.

L'atto di appoggiare le mani sul

corpo, per trasmettere sentimento, conforto, partecipazione, o alleviare una pena, fa parte dell'istinto, è genetico, codificato, nel nostro DNA.

In caso di dolore la prima cosa che quasi ognuno di noi fa è di appoggiare le mani sulla parte.

Il tocco trasmette calore, serenità, amicizia e affetto; il tocco trasmette premura e amore; il tocco ascolta,

percepisce e determina, il tocco guarisce.

Il Reiki è proposto al pubblico contemporaneo dal Maestro giapponese Mikao Usui, nella seconda metà del 19° secolo. Egli, come risultato di una vita di ricerca, arriva a canalizzare queste informazioni che ora sono strutturate nei tre livelli standard di insegnamento:

Primo Livello: trasmissione per contatto fisico.

Secondo Livello: trasmissione per contatto metafisico.

Terzo Livello Master: generazione di nuovi Operatori Reiki e propagazione della tecnica.

I **Primo Livello Reiki**, si occupa del piano materiale, partendo sempre dal presupposto che la materia, e quindi il corpo fisico stesso, è un composto di energia, vibrazioni, onde, campi

magnetici e coscienza che si intersecano simultaneamente, dando il senso di solidità.

Ti insegna la struttura pratica di base della tecnica con le posizioni standard atte a trattare tutti gli apparati fisici ed energetici dell'organismo.

Ti trasmette le **attivazioni** necessarie ad aprire il canale Reiki di consapevolezza, per attingere coscientemente alla Forza Vitale Universale e

riceverla in maggior
abbondanza e trasmetterla.

Ti prepara a mantenere
focalizzazione, attenzione e
libertà durante tutto il processo
e capire quali sono le cause
sotterranee di ogni
disequilibrio.

Significato Del Termine Reiki

Rei è l'Universale, il Tutto, l'organismo cosmico, l'insieme di ogni cosa che è.

Ki è la sostanza base della quale l'Universale è composto, l'elemento primario che tutto pervade e tiene assieme, la vita stessa, il soffio di energia, il campo esistenziale nel quale ogni cosa trova la possibilità di manifestarsi, è il ponte con la

coscienza stessa.

Esso è ovunque: nel vuoto atomico tra elettrone e neutrone, nello spazio intergalattico, nella materia, nel visibile e nell'invisibile. È la particella di cui è composto il nulla.

Nella sua manifestazione assoluta di grembo universale, il Ki è statico, immobile, ricettivo, potenziale, in attesa di gestazione; mentre

all'interno della manifestazione
esso vibra in movimento
dinamico, scorre lungo i
meridiani dell'essere, in una
corrente continua di
rinnovamento, nutrimento,
rigenerazione e scambio di
informazioni.

Di questa corrente si occupa la
tecnica di canalizzazione Reiki,
e questa corrente utilizziamo
nella nostra pratica. Nel
riconoscerla ed impiegarla,
infatti, essa si riattiva ed

indirizza, acquisisce forza e coscienza, scioglie vortici e i ristagni di flusso, rinnova ed evolve.

Praticando, contribuiamo a far scorrere il Ki e comprendiamo che ogni forma di disagio, sia essa fisica, emozionale, mentale o spirituale è dovuta al ristagno di flusso del Ki.

Suggerimenti E Punti Fondamentali

Affinché la tecnica si consolidi e diventi parte naturale del tuo comportamento e stile di vita è opportuno che tu tenga presente i seguenti punti.

Dai Reiki a te stessa, o te stesso, e agli altri, ogni volta che puoi, ti fai un regalo.

Confida ciecamente nella tua intuizione: Reiki è evolutivo, non puoi sbagliare.

Il contatto è energetico:
appoggia le mani
delicatamente, piega un po' i
gomiti e rilassati.

Stai nel tuo centro, ricevi,
trasmetti e osserva senza
interferire.

Le posizioni vanno tenute circa
tre minuti ciascuna o quanto
senti va bene tenerle.

La Sessione Standard dura
circa un'ora.

Generalmente le sessioni vanno da quattro in su, una per settimana; ma va benissimo anche una ogni tanto.

Il contributo medio per una sessione Reiki è quello che tu gli dai. Il Reiki è gratis, le persone contribuiscono per l'impegno, lo sforzo, le risorse ed il tempo che hai dedicato ad imparare e padroneggiare la tecnica, per pareggiare il proprio Karma, chiudere la situazione ed essere liberi di

venire quando desiderano.

Quando canalizzi, per te o per altri, sei sempre tu a beneficiarne in prima persona.

Cerca la massima comodità possibile, così da osservare il Reiki che scorre e non le tensioni.

Disattiva ciò che può creare disturbo durante il trattamento: telefono, campanello, ecc.

È meglio togliere, e far togliere, gioielli e orologio, poiché in alcuni possono interferire col flusso interno del KI.

Prima di ogni sessione, raccogliti per qualche momento: le mani sul cuore o in qualsiasi delle posizioni di canalizzazione, poi appoggiale e trasmetti.

Ricordati sempre di chiudere la sessione tornando in te: staccando ed interrompendo il

contatto! Soffiandoti sulle mani, battendole o riportandole al cuore. Serve a non lasciare in giro legami energetici inconsapevoli. Il Reiki ha la sua intelligenza e farà il suo corso.

Se non c'è il tempo per una sessione completa, le sessioni brevi, ai Chakra o di Flusso, vanno benissimo, o anche una sola posizione lunga.

Reiki è un aiuto prezioso nelle convalescenze, non ha

controindicazioni e può essere praticato parallelamente a qualsiasi altra terapia e all'assunzione di farmaci.

Reiki non sostituisce il medico e viceversa.

Reiki è prevenzione.

A volte accade di sentire dolore alle mani, anche intenso. Benissimo! Un trauma sta dissolvendosi. Il dolore svanirà non appena interromperai il contatto.

Ci sono dei casi in cui il processo sembra acuirsi: sta emergendo e sfogandosi il disagio.

Ogni tanto, in qualsiasi momento della tua giornata, ricordati di mettere le mani in posizione, la canalizzazione si attiva automaticamente.

Quando vai a letto posiziona le mani sul tuo corpo, Reiki sarà con te tutta la notte.

Puoi dare Reiki a tutto,

appoggiandoci le mani sopra.

Reiki è forza di guarigione.

Reiki è presenza.

Reiki è spiritualità.

Reiki è volersi, e volere bene.

Reiki è amore.

Reiki è coscienza.

Lo trasmetti sorridendo.

Lo trasmetti dal cuore.

La Storia Del Reiki

La storia del Reiki è stata, fino ad oggi, tramandata oralmente da insegnante ad allievo. Questa è la versione giunta a noi direttamente da Takata, la terza Gran Maestra del Reiki. Questa storia ha un sacco di lacune perché accurate ricerche, recenti e non, sulla vita di Usui non hanno dato risultati positivi.

Di lui non c'è traccia alcuna

negli archivi delle università e monasteri succitati. Inoltre, gli Ussui, nella tradizione del buddismo Shintoista giapponese, sono i monaci vagabondi, i ricercatori di luce o d'illuminazione. Da questo, sembra che Usui fosse un monaco buddista e che Takata, americana di origine giapponese, abbia costruito questa storia per farla accettare dal puritanesimo americano in un periodo in cui

il Giappone era in guerra contro gli Stati Uniti d'America e poter quindi esercitare lì, indisturbata, il suo Reiki.

L'invito, comunque, che questa storia trasmette, è di diventare anche noi ricercatori e trasmettitori di luce.

Fondatore della tecnica Reiki, come sistema di guarigione naturale, è il Dr. Mikao Usui. Alla fine del secolo diciannovesimo egli era il

rettore di una piccola
Università cristiana a Kyoto, in
Giappone: la Doshisha
University. Era anche un
sacerdote cristiano.

Un colloquio con uno studente,
prossimo alla laurea, all'inizio
di una funzione domenicale,
cambiò il corso della sua vita.
Questi alzò la mano e chiese:
"Lei accetta alla lettera i
contenuti della Bibbia?" Usui
rispose di sì, che credeva in
essi. Lo studente continuò:

"Nella Bibbia si racconta che Gesù curasse i malati ed operasse guarigioni. Lei ha mai visto accadere tutto questo?"

Usui rispose di non aver mai visto una guarigione. Lo studente continuò: "Per Lei, Dr. Usui, quel tipo di fiducia cieca è sufficiente, per noi non lo è. Abbiamo bisogno di vedere con i nostri occhi".

Un seme era stato piantato.

Il giorno seguente Usui si

dimise dall'università ed iniziò il suo pellegrinaggio, che lo portò anche negli Stati Uniti, all'università di Chicago, dove conseguì il dottorato in Sacre Scritture, dedicandosi alla ricerca del segreto di come Gesù e i suoi discepoli guarissero gli ammalati. Non trovò ciò che cercava. Si rivolse allora la tradizione Buddista perché anche al Buddha era attribuito il potere della guarigione. Usui decise di

tornare in Giappone per apprendere dal buddismo quello che poteva essergli utile. Qui visitò i monasteri Buddisti alla ricerca di qualcuno interessato alla conoscenza della guarigione fisica. Ma ricevette sempre la stessa risposta: siamo troppo impegnati nella guarigione dello spirito, per preoccuparci della guarigione del corpo.

Finalmente incontrò l'abate anziano di un monastero Zen

che era interessato alla stessa ricerca. Usui chiese di essere ammesso a studiare le scritture sacre, i Sutra, alla ricerca della chiave della guarigione. Vi fu ammesso ed iniziò i suoi studi.

Studiò le traduzioni giapponesi, ma non trovò la spiegazione che cercava. Imparò il Cinese per avere un maggior numero di scritture da esaminare, ma ancora senza successo. Decise allora di imparare il Sanscrito

per leggere le scritture originali e avere accesso a quelle che non erano mai state tradotte. Finalmente trovò quello che cercava. Negli insegnamenti del Buddha trascritti da un ignoto discepolo mentre Buddha parlava, c'erano le formule, i simboli e la descrizione di come il Buddha operasse le guarigioni. Così, dopo un lavoro durato sette anni, Mikao Usui era arrivato alla meta. Ma non

completamente. Sebbene avesse scoperto la conoscenza, egli non aveva il potere di guarire. Discutendo di questo con un suo vecchio amico abate, Usui decise di andare in meditazione su una montagna alla ricerca del potere della guarigione. L'abate sostenne che sarebbe stato pericoloso e che avrebbe rischiato la vita, ma Usui rispose che se era giunto fino a quel punto non sarebbe tornato indietro.

Scalò una delle montagne sacre del Giappone e rimase in meditazione per ventuno giorni. Il primo giorno pose ventuno sassi davanti a sé, ed ogni giorno che passava ne gettava uno nel fiume. Il ventunesimo giorno, Usui ebbe la visione di un raggio di luce che dal cielo veniva velocemente verso di lui. Nonostante avesse paura non si mosse. Fu colpito dalla luce e cadde a terra. Poi in rapida

successione vide comparire dinanzi a sé i simboli che aveva scoperto nei suoi studi e la chiave per la guarigione usata dal Buddha. I simboli ardevano imprimendosi nella sua memoria. Quando si risvegliò non sentiva più la stanchezza, la rigidità e la fame, come nei momenti che avevano preceduto il suo ultimo giorno di meditazione.

Si alzò e si incamminò lungo la via del ritorno, giù per la

montagna. Lungo la strada urtò un piede strappandosi l'unghia dell'alluce ed il dolore fu lancinante. Prese l'alluce tra le sue mani e dopo qualche minuto il dolore scomparve e l'emorragia si arrestò. Questa è considerata essere la prima guarigione.

Giunto a valle si fermò presso il chiosco di un venditore ambulante e chiese di poter mangiare. Il vecchio del chiosco

vedendo la lunghezza della barba e la condizione dei suoi vestiti, capì che era stato digiuno per lungo tempo e gli disse che ci sarebbero voluti solo pochi minuti per preparare il cibo. Accompagnò Usui ad una panchina sotto un albero e lo fece sedere. Presto giunse la figlia dell'uomo con il cibo. Guardandola Usui si accorse che lei aveva pianto e che una delle sue guance era gonfia ed arrossata. Le domandò cosa

fosse accaduto e lei gli rispose che soffriva di mal di denti da tre giorni. Usui le chiese di poterle toccare il viso e con il suo permesso le prese le guancia tra le mani. In pochi minuti il dolore passò ed il gonfiore iniziò a diminuire. E questa è considerata essere la seconda guarigione.

Usui poi mangiò talmente tanto che sarebbe stato impossibile non star male per una persona che aveva appena terminato un

digiuno, ma nulla accadde. E questa è considerata essere la terza guarigione.

Tornato al monastero in serata, Usui fu informato che il suo amico abate era a letto a causa di un doloroso attacco di artrite. Egli lo andò a trovare e con le mani che avevano il potere di guarire gli alleviò il dolore. E questa è la quarta guarigione.

Nei sette anni che seguirono

Usui lavorò in Giappone, presso un campo di mendicanti guarendo gli ammalati. Quelli che erano giovani ed abili furono messi nelle condizioni di avere un lavoro. Dopo sette anni si accorse che coloro che aveva aiutato tornavano al campo nelle stesse condizioni in cui li aveva trovati. Chiese loro perché fossero ritornati ed essi risposero che preferivano il loro vecchio modo di vivere.

Qui Usui si rese conto di aver

guarito il corpo fisico dai sintomi, ma non aveva insegnato loro ad apprezzare la vita o un nuovo modo di vivere e decise che avrebbe curato solo se gli veniva richiesto e sempre con qualcosa in cambio. Così, lasciò il campo per insegnare solo a coloro che desideravano sapere di più. Insegnò loro come guarire se stessi e diede loro I Principi del Reiki per aiutarli a guarire i loro pensieri.

Solo per oggi:
non preoccuparti
non arrabbiarti
dimostra gratitudine
lavora onestamente
sii gentile con gli altri

Uno di questi studenti, Chujiro Hayashi, un ufficiale della marina in congedo, cercava la propria via personale per aiutare gli altri.

Incontrò Usui e fu da lui iniziato. Si coinvolse così profondamente nella pratica del Reiki che quando Usui sentì che la sua vita era prossima alla fine, lo riconobbe come Maestro Reiki e lo incaricò di conservare intatta l'essenza dei suoi insegnamenti. Hayashi consapevole dell'importanza del sistema e sostenendone la conoscenza, fondò una clinica a Tokyo dove la gente era - ed è tuttora - assistita e poteva

apprendere la tecnica Reiki. Vi erano anche terapeuti che andavano a trattare a domicilio le persone che non potevano recarsi presso la clinica. Hayashi produsse un'ampia documentazione che dimostrava come il Reiki trova la fonte dei sintomi fisici, riempie la vibrazione o il bisogno di energia e rigenera il corpo nella sua totalità.

È lui che ha strutturato i tre livelli Reiki.

La guerra tra Giappone e Stati Uniti era imminente e Hayashi prese coscienza che la sua opera di guaritore Reiki non poteva coesistere con quella di soldato. Prima di essere richiamato alle armi, d'accordo con i suoi collaboratori, riconobbe la signora Hawayo Takata Maestra del Sistema Usui e la incaricò di conservare intatta l'essenza degli insegnamenti da lui tramandati

fino a quel momento. Il 10 Maggio 1941, prima dell'inizio della guerra, Hayashi riunì nuovamente attorno a sé tutti i suoi collaboratori e morì consapevolmente di fronte ai loro occhi.

Hawayo Takata fu la collaboratrice che raccolse l'eredità di Hayashi. Continuò l'opera da lui avviata lavorando nella clinica ed al contempo addestrando gli operatori a lavorare indipendentemente.

Quando ritenne di aver completato questo compito, si trasferì nuovamente alle Hawaii dove era nata per condividere e praticare Reiki.

Grazie alla sua intraprendenza, determinazione, disponibilità e desiderio di aiutare gli altri divenne famosa nella sua area ed in seguito nel mondo.

Prima di morire, nel 1980, Takata iniziò ventidue Maestri Reiki con lo scopo di mantenere

integri gli insegnamenti.

Da questi arriviamo alla
situazione odierna.

Le Posizioni Di Base Per L'Auto-Trattamento

Occhi

Tempie

Orecchie

Nuca

Sommità della Testa

Collo

Pettorali

Cuore

Diaframma

Addome

Inguine sinistro e destro

Ginocchio sinistro sopra e sotto

Ginocchio destro sopra e destro

Piede sinistro sopra e sotto

Piede destro sopra e sotto

Reni

Sacro

Le Posizioni Di Circuito

Sono definite di Circuito quelle posizioni che mantengono lo scorrimento del flusso Reiki all'interno di noi, favorendo l'accumularsi del **KI**. Si praticano sia individualmente che in coppia.

Esempi di circuiti di auto-trattamento.

Distesi: Ginocchia piegate a 90°, abbassate lateralmente, piante dei piedi a contatto,

mani all'inguine o ai pettorali.
(Un cuscino sotto le ginocchia
può rendere più comoda
l'esecuzione).

Distesi: Ginocchia come sopra,
piante dei piedi a contatto e
qualsiasi posizione di appoggio
delle mani.

Seduti: Gambe incrociate, mani
sulle piante dei piedi.

Seduti: Ginocchia piegate a
90°, piante dei piedi a contatto,
palme delle mani a contatto.

(Le braccia possono essere rivolte in basso o all'altezza del cuore o sopra la testa. Schiena ben dritta.)

Seduti: Ginocchia piegate a 90° , mano destra alla pianta del piede sinistro, mano sinistra alla pianta del piede destro. (Circuito incrociato).

Circuito avanzato: Posizione del loto, mani sulle piante dei piedi.

Esempio di circuito da

praticare con un partner.

Seduti: Ginocchia di entrambi piegate a 90° , piante dei piedi a contatto, palme delle mani a contatto. (Le braccia possono essere rivolte in basso o all'altezza del cuore o sopra la testa. Schiena ben diritta.)

Seduti: Corpi molto vicini, ginocchia di ognuno piegate a 90° dietro la schiena dell'altro, abbassate lateralmente, piante dei piedi a contatto, mani a

contatto reciproco.

Percepisci il **KI** che scorre dentro di te e si accumula.

E' ottimo praticare queste posizioni prima di dormire: appoggi le mani al corpo, canalizzi e ti lasci andare al sonno. Il **Reiki** ti accompagna per tutta la notte.

Le Posizioni Di Base Per Il Trattamento

Posizioni Frontali:

Occhi

Tempie

Orecchie

Nuca

Corona

Collo

Spalle (destra e sinistra)

Cuore (posizione a T)

Diaframma (a destra e sinistra)

Addome

Inguine sinistro e destro

Ginocchio sinistro sopra e sotto

Piede sinistro sopra e sotto

Ginocchio destro sopra e sotto

Piede destro sopra e sotto

Posizioni per la Schiena:

Scapola sinistra

Scapola destra

Rene sinistro

Rene destro

Spina dorsale (mani in linea)

Sacro (posizione a T)

Auto-Trattamento E Trattamento Ai Chakra

L'auto-trattamento e trattamento **Reiki** ai **Chakra** si effettua da seduti, con la schiena ben diritta e trasmettendo, a parte il settimo chakra dove le mani sono unite in parallelo, su ognuno di essi con una mano davanti e l'altra dietro, cominciando dal settimo chakra e continuando fino al primo.

Nell'auto-trattamento, ad un certo punto è bene invertire la posizione della mano sulla schiena, appoggiandone il dorso al corpo.

I sette chakra sono così nominati:

Sahasrara

Ajna

Vishuddhi

Anahata

Swadhisthana

Manipura

Muladhara

(Se non hai familiarità coi Chakra, ti invito a leggere il capitolo 'Meccanica dei Chakra' nel mio altro libro intitolato [Il Segreto della Scienza Metafisica.](#))

Come Prepari Chi Riceve La Sessione

Dopo aver illustrato brevemente, per chi ancora non lo sa, e ricordato, a chi già lo sa, cos'è il **Reiki** e come si svolge la sessione, inviti la persona che riceve, amica o cliente, a distendersi sul lettino o a terra e ad assumere la posizione che sia per lei più confortevole possibile, che le consenta di rimanere rilassata per tutta la durata del

trattamento.

La prepari:

distendendole le braccia,
allungandole;

distendendole le gambe,
allungandole;

distendendole la testa ed il
collo, allungandoli;

distendendole la schiena,
allungandola il più possibile,
delicatamente, fino ad
allinearla. La tendenza in certe

persone è di innalzare le spalle o pendere di lato.

Suggerisci di fare un bel respiro profondo e lasciarsi andare, rilassandosi sempre di più; di lasciare libero il respiro, e mettere da parte, per il tempo che trascorrerete assieme, il tutti i pensieri e le emozioni del quotidiano. Non c'è niente da fare da parte sua: solamente esserci, respirare, osservare e ricevere. Il resto lo fai tutto tu.

Informi che quando la sessione sarà completata glielo farai capire dicendoglielo, o coprendola con un lenzuolo, o abbassando la musica fino al silenzio, dicendole anche di prendersi il suo tempo per tornare indietro, di riprendere lentamente contatto con la sua fisicità, di sgranchirsi e mettersi seduta, girandosi prima di lato.

Dici di sentirti libera di esprimere qualsiasi cosa

desideri, se sente di farlo, di non trattenersi, e anche che tutto quanto accadrà o sarà detto all'interno della sessione, lì rimarrà, come segreto professionale. Assicurati che ciò sia vero per te.

Ti posizioni, prendi consapevolmente contatto col tuo canale **Reiki**, entri nel flusso e appoggi le mani.

Reiki E Meditazione

La disciplina Reiki, per sua qualità intrinseca di attivarci ad essere puramente canali di trasmissione di energia, è una tecnica di meditazione perfetta.

Quando canalizziamo Reiki, per noi o per altri, osserviamo ciò che accade, dentro e fuori, con mente libera e distaccati siamo in meditazione, siamo Forza Vitale Universale, siamo Consapevolezza.

L'insegnamento Reiki sviluppa la struttura tecnica di operatività e la struttura mistica di osservazione.

Meditazione Reiki: Seduti o in piedi, con le mani in posizione, entriamo nel flusso del Ki.

Le Posizioni Di Flusso

È definita di **Flusso** la strategia che tratta contemporaneamente due posizioni, indirizzando lo scorrimento **Reiki** fra esse. È particolarmente adatta per quando si percepisce che ci siano degli intoppi nello scorrimento interno del **K I** e per quando non si ha tempo a sufficienza per eseguire una Sessione Completa. È molto potente.

Le combinazioni possibili sono molteplici ed ognuna va egualmente bene. In questo caso l'unico criterio di scelta è la nostra percezione intuitiva del campo energetico. Possono essere aggiunte al trattamento di base.

Le Sequenze di esempio, di auto-trattamento e trattamento che seguono, sono di grande efficacia ed onnicomprensive. Durano circa 27, 21, 15 e 9

minuti e la progressione delle posizioni è reversibile.

Prima Sequenza: Sommità della Testa – Fronte; Gola – Cuore; Plesso Solare – Addome; Inguine Destro - Inguine Sinistro; Ginocchio Destro - Pianta del Piede Destro; Ginocchio Sinistro - Pianta del Piede Sinistro; Nuca – Cuore; Reni Destro e Sinistro; Lombari – Sacro.

Seconda Sequenza: Sommità

della testa – Gola; Cuore -
Basso Ventre; ; Spalla Destra -
Mano Destra; Inguine Destro -
Pianta del Piede Destro; Spalla
Sinistra - Mano Sinistra;
Inguine Sinistro - Pianta del
Piede Sinistro; Nuca – Coccige.

Terza Sequenza: Pianta del
Piede Destro - Inguine Destro;
Mano Destra - Spalla Destra;
Pianta del piede Sinistro -
Inguine Sinistro; Mano Sinistra
- Spalla Sinistra; Basso Ventre
- Sommità della Testa.

Quarta Sequenza: Piede
Destro - Mano Destra; Piede
Sinistro - Mano Sinistra;
Addome - Fronte.

I Compiti Per Casa

Hai ricevuto le prime quattro attivazioni ed il tuo canale Reiki è ora aperto. Il modo migliore perché esso si irrobustisca e sia in grado di canalizzare sempre più Reiki è di utilizzarlo, di far scorrere il Ki, sperimentandolo, assimilandolo e comprendendolo.

Prendi confidenza e metabolizza, quindi, cosa

significa canalizzare e sentire
la **Forza Vitale Universale**
che penetra, vibra, ti pervade e
possiede.

Le **4** attivazioni che ti sono
state trasmesse saranno
assimilate dal tuo sistema e
completamente integrate in
esso nei prossimi **21 giorni**.

Ti invito, quindi, per questo
periodo a praticare
giornalmente una sessione di
auto-trattamento e di trovare

amici, amiche, conoscenti e clienti a cui dare una sessione completa di Reiki.

Dai tranquillamente Reiki a tutti, con sicurezza ed entusiasmo, **più pratici e più ne ricevi**, e al Reiki piace trasmettersi.

La conclusione di questo seminario è l'inizio della tua fase di tirocinio.

Sei considerata/o tirocinante, e sono considerate di tirocinio, le

prime dieci sessioni di Reiki che effettuerai al contributo che deciderai tu.

A quel punto avrai accumulato esperienza e conoscenza sufficiente per definirti a pieno titolo "Operatrice Reiki", avrai recuperato l'investimento fatto ed inizierai il tuo percorso libera di gestire il tuo operato di 1° livello.

E ricordati sempre che... **Il Reiki è naturale!**

E il Maestro Reiki è sempre a
disposizione,

Con Amore e Reiki

Andrea Scarsi

Bibliografia

Scarsi, Andrea 2013: Il
Segreto della Scienza
Metafisica

Scarsi, Andrea 2013: Il
Segreto della Meditazione

Scarsi, Andrea 2013:
Notiziario Reiki

Scarsi, Andrea 2013: Perle di
Saggezza

Scarsi, Andrea 2013: Semi di
Illuminazione

Scarsi, Andrea 2013:
Dispense Reiki Primo Livello

Scarsi, Andrea 2013:
Dispense Reiki Secondo Livello

Scarsi, Andrea 2013:
Dispense Reiki Terzo Livello
Master

Appendice

Tratto da: [*Il Segreto della Scienza Metafisica*](#) di Andrea Scarsi.

Il Reiki è un metodo che canalizza e riceve la forza vitale universale. Questa forza è la vibrazione primaria, l'elemento primo che è alla base di tutto ciò che è. È la vibrazione della quale l'universo è composto e la frequenza fondamentale che

origina ogni cosa esistente. È la fonte iniziale di tutto ciò che si manifesta, come lo conosciamo e percepiamo in questo universo; è la vita stessa.

A livello individuale può essere spiegato menzionando la differenza tra la vita fisica e la morte fisica. Un essere vivente ha questa forza, o elemento, o flusso di energia che dirige, pervade e mantiene lo stato vitale di tutto l'organismo. Quando un essere vivente

muore, questo fattore, o componente, che è esattamente la vita stessa, non è più presente in modo animato in quell'essere, che è ora viene riconosciuto come non-vivente.

Il Reiki è una tecnica spirituale per trasmettere, tramite l'uso delle mani, la vibrazione primaria, che è quella della vita. Il suo obiettivo è di essere una pratica di guarigione, uno strumento di cura. La

guarigione fisica avviene tramite il trasferimento di una crescente quantità di Reiki, prima in chi lo pratica, per incrementare il suo supporto vitale e la sua forza, poi in chi lo riceve, per aiutarlo o aiutarla ad incrementare il proprio vigore ed essere in contatto diretto con la fonte universale, l'energia primaria che pervade, sostiene e alimenta tutto ciò che è.

Come strumento di metafisica il

Reiki è estremamente efficace lavorando con chi di noi al momento non ha ancora penetrato la terminologia, le esperienze e i sistemi della metafisica. Come principianti, iniziamo a percepire cosa pensiamo di noi stessi, chi crediamo di essere, i nostri confini mentali ed energetici e la nostra identificazione primaria con il corpo fisico. Da qui cominciamo a comprendere che la forza divina universale

permea ogni cosa.

Il Reiki aiuta il nostro corpo ad incrementare la propria vitalità, attività ed energia dinamica, aumentando la forza vitale che già sta fluendo dentro di noi. Questa forza può essere coscientemente canalizzata, ricevuta e attivata, percependola, riconoscendola e toccandola. Quando ciò accade, per mezzo dell'aiuto di un insegnante o metafisico Reiki, studenti e studentesse entrano

in contatto diretto con questa energia e da quel momento in poi sono intenzionalmente in grado di sintonizzare la loro consapevolezza su questa vibrazione, su questa eterna frequenza d'onda, e attivarla, canalizzarla, incrementarla, amplificarla e ingrandirla all'interno del proprio sistema energetico.

La forza principale del Reiki è contenuta nelle sue attivazioni.

Sono strumenti metafisici molto potenti; sono rituali di apertura che trasmettono l'abilità di sintonizzarsi sulle frequenze sottili e da quel momento in poi la percezione della forza vitale all'interno di ogni praticante è più intensa. Una volta che l'attivazione ha luogo, inizia a svilupparsi una reazione a catena di avanzamento, crescita e nuova conoscenza che allarga ampiamente le porte di percezione

dell'individuo nell'universale.
L'energia penetra nella
profondità dell'essere, prende
lo spazio interiore, lo libera di
vibrazioni vecchie e stagnanti e
dischiude la definitiva presenza
e partecipazione dell'assoluto.
L'individuo si fonde
nell'assoluto.

Il contatto diretto, e il
dissolversi nella fonte,
riuniscono nuovamente, nella
matrice originaria, l'unità
individuale che si era

allontanata dentro specifiche e specializzazioni, cristallizzandosi sempre di più in una forma materiale identificata con se stessa. Praticando Reiki, questa identificazione lentamente inizia a scomparire. Più Reiki è canalizzato, più la forza vitale universale è presente e manifesta. La consapevolezza individuale sposta la propria identificazione da se stessa alla fonte e conseguentemente si

scioglie e scompare
nell'universale.

Questa tecnica è molto efficace
nella sua semplicità. Affronta il
soggetto e l'esperienza
dell'individuo che diventa
universale da un punto di vista
che è facilmente comprensibile
da ognuno: dal corpo fisico
individuale, attraverso
l'energetico, il vibratorio, alla
consapevolezza di tutto ciò che
c'è.

Oltre all'approccio fisico questa tecnica ne ha anche uno mentale che consente di raggiungere, da un punto di vista più sottile, mentale appunto, lo stesso proposito di contattare l'assoluto. Canalizzare e trasmettere l'energia di guarigione della forza vitale universale direttamente alla mente, rilassa i confini tra conscio, subconscio e inconscio, dischiudendo e aprendo

compartimenti, causando l'emergere di modelli vecchi e scomodi che sono guariti dal Reiki. Questo lascia spazio necessario affinché paradigmi nuovi ed evolutivi prendano manifestazione. Accade una pulizia profonda a livello mentale, fiorisce una nuova consapevolezza e la mente individuale inizia a dissolversi, ritornando all'universale. Questo è ciò che i metafisici definiscono come: lo sciogliersi

di una goccia di rugiada nell'oceano. L'individuo si scioglie nel tutto e il tutto si scioglie nell'individuo.

Il Reiki, come sistema di guarigione, possiede un altro strumento, un rituale che lavora specificamente a livello psichico, utilizzando i poteri extrasensoriali della mente. Questi poteri funzionano da ponti verso altri mondi e dimensioni e aiutano chi pratica a superare l'identificazione con

il concetto di coordinate lineari di spazio, tempo e vita e ad accedere alla dimensione metafisica di non-temporalità e non-spazialità. Muovendosi oltre frontiere restrittive auto-imposte, i metafisici Reiki sono capaci, a livello psichico, di prendere contatto con qualsiasi persona, circostanza o energie vogliono, chiamando queste ad apparire in quel momento specifico nella cornice della propria mente. Possiamo

aiutare a riequilibrare tutto
trasmettendo Reiki e nel
frattempo entriamo in contatto
col campo universale di energia
e in questo modo, ancora una
volta, ci avviciniamo
all'assoluto.

Il Reiki è specifico
all'insegnamento metafisico
perché ci conduce esattamente
dall'individuale all'universale e
fa il suo lavoro mascherato da
tecnica di guarigione. Il suo
approccio è di spostare

lentamente la nostra
identificazione dal corpo fisico
all'esperienza della forza vitale
universale che pervade e
permea sia chi pratica sia chi
riceve. L'energia primaria si
espande, così, dentro il nostro
corpo, mente ed essere, finché
diventiamo la forza vitale
stessa e l'ego individuale, che
ci fa pensare di essere ciò che
siamo, si scioglie nel mare
universale della
consapevolezza.

La sessione Reiki dura un'ora e la riceviamo comodamente distesi e rilassati sopra un lettino da massaggio o materasso. Può essere un auto-trattamento, quando lo pratichiamo su di noi, o un trattamento, quando lo pratichiamo ad altri o lo riceviamo da un operatore o operatrice Reiki. In entrambi i casi, le mani di chi trasmette, leggermente concave e con tutte e cinque le dita

delicatamente unite, sono appoggiate con gentilezza sul corpo di chi riceve in una sequenza di ventuno posizioni, mantenute tre minuti l'una, con l'obiettivo di coprirlo tutto, consentendo così la trasmissione della forza vitale universale a tutto il sistema. Il risultato dell'irradiazione Reiki è un profondo senso di ricarica, connessione, espansione, benessere e sicurezza; una chiara comprensione della

nostra unione col tutto e delle dinamiche del flusso di energia; risolvere vecchi e a volte stagnanti argomenti e l'apertura di nuove vie di evoluzione personale.

Tutto questo immersi in un profondo e pacifico stato di meditazione indotta. Possiamo utilizzare la nostra musica favorita di rilassamento, oppure semplicemente sprofondare nel silenzio.

L'apprendimento completo del metodo Reiki si sviluppa in tre livelli di pratica. Il primo livello si occupa della dimensione materiale della forza vitale universale, il piano fisico, partendo sempre dall'assunto che il corpo fisico è un composto di energia, vibrazioni, onde, campi magnetici e coscienza che s'intersecano simultaneamente, dando il senso di solidità. Insegna la struttura tecnica di base del

metodo, le ventuno posizioni standard e il semplice e potentissimo trattamento ai chakra. Trasmette le prime quattro attivazioni necessarie ad aprire il canale Reiki e dimostra come essere in meditazione e mantenere focalizzazione, attenzione e libertà durante tutto il processo di canalizzazione e trasmissione. Ci indica, anche, qual è l'unica causa sotterranea di ogni nostro disequilibrio. Il

tempo richiesto per
l'apprendimento è
generalmente di due giorni
completi, o quattro sessioni di
quattro ore. Non ha
prerequisiti.

Il secondo livello si occupa della
dimensione psichica della forza
vitale universale, il piano
mentale. Trasmette altre tre
attivazioni per mettere in moto
i tre Simboli Sacri del Reiki,
che sono chiavi metafisiche di
accesso e attivazione del

processo di creazione. Il primo, definito anche simbolo di potere, è per incrementare ulteriormente il flusso Reiki; il secondo, definito anche l'equilibratore mentale, è per trasmettere Reiki direttamente ai piani della mente, nostra, altrui e collettiva; il terzo, conosciuto anche come il giusto atteggiamento, è una chiave universale per trasmettere Reiki ovunque nel nostro completo presente, oltre spazio

e tempo, portando tutto e tutti nelle nostre mani. Insegna ad integrare il primo col secondo livello ed il tempo richiesto per l'apprendimento è generalmente di due giorni completi, o quattro sessioni di quattro ore ciascuna. È prerequisito il primo livello Reiki.

Il terzo, o livello Master, si occupa della dimensione didattica della forza vitale universale, il piano di

duplicazione. Trasmette l'attivazione finale che mette in moto il quarto e ultimo simbolo del Reiki, per aprire completamente il canale Reiki. Insegna a generare nuovi e nuove praticanti Reiki, a propagare la tecnica, attivare luoghi planetari ed integrare il primo, secondo e terzo livello in un metodo organico. Il tempo richiesto per l'apprendimento è generalmente di due giorni

completi, o quattro sessioni di quattro ore. È prerequisito il secondo livello Reiki.

C'è anche un quarto livello, o Gran Maestro. Si occupa della dimensione mistica della forza vitale universale, il piano Ki. È opzionale poiché riguarda il muoversi oltre la struttura del metodo. Richiede due giorni completi ed il prerequisito è l'attivazione di ventidue Maestri Reiki.

Il Reiki ci ricorda che l'atto di appoggiare le mani sul nostro corpo o su quello di altri, per alleviare dolore o trasmettere emozione, conforto e partecipazione fa parte del nostro istinto, è genetico, codificato nel nostro DNA. In caso di dolore, la prima cosa che quasi ognuno fa è di mettere le mani sulla parte; lo stesso vale per esprimere contentezza e soddisfazione o quando ci congratuliamo e

festeggiamo. Il nostro tocco trasmette calore, serenità, amicizia e affetto; trasmette amore e gentilezza; ascolta, percepisce e determina.

Il Reiki ci ricorda che anche l'atto di indirizzare e inviare pensieri, emozioni ed energia è naturale, genetico, specifico della nostra razza, così è per la capacità di visualizzazione e visione, per l'insegnamento e la condivisione, e alla fine, quando tutto è stato fatto, di

volersi fondere con l'infinito.
Dobbiamo semplicemente
essere coscienti di questo e
applicarlo consapevolmente,
perché siamo sempre
sintonizzati con la forza vitale
universale e sempre la
riceviamo, trasmettiamo e
lasciamo andare.

A Proposito dell'Autore

Andrea Scarsi (Swami Prem Sandesh) è uno scrittore e musicista mistico che utilizza i propri lavori per condividere una dimensione d'essere, stile di vita e conoscenza che hanno base nella meditazione e comunione con l'assoluto.

Riceve la prima sessione di Reiki nel 1988, a Poona, India, nell'Ashram del Maestro Spirituale Bhagwan Shree

Rajneesh, ora conosciuto come Osho. Negli anni successivi continua la pratica e completa l'apprendimento di tutti e tre i livelli, diventando Master Reiki il 19 Febbraio 1997 a Mahabaleshwar, Maharashtra, India, alle ore 6.00.

Nato a Mestre nel 1955, inizia a praticare yoga, spiritismo e telepatia a quindici anni e a ventiquattro entra definitivamente nel mondo della meditazione guidato

dall'India stessa e dal Maestro Spirituale Bhagwan Shree Rajneesh, ora conosciuto come Osho, dal quale riceve il titolo e nome di Swami Prem Sandesh (Messaggio d'Amore).

Viaggia spesso e vive per lunghi periodi anche nel Sud-Est asiatico Buddista: Giappone, Tailandia, Sri Lanka, Hong Kong, Laos, Cina e Tibet, dove esplora le culture locali, sia incontrando le persone, sia

nella forma delle loro pratiche rituali e religiose applicate alla vita di tutti i giorni.

Negli anni approfondisce diverse tecniche meditative per il risveglio della coscienza, il riequilibrio energetico e l'evoluzione personale, che pratica e insegna conducendo gruppi di meditazione, sessioni, conferenze e canto di mantra.

Doctor of Metaphysical Science,
Holistic Life Coach, Gran

Maestro Reiki, Maestro di Cristalli, Sciamanismo, Karuna Reiki®, Meditazione e Massaggio, è sposato con Ma Advaita Krisana, risiede a Mestre e trascorre l'inverno a Goa, India.

Contatta Andrea Scarsi (Sandesh) tramite il sito web www.andreascarsi.com o l'email premsandesh@yahoo.com.

Libri di Andrea Scarsi

[21 Giorni: Diario di un Ritiro Spirituale](#)

[A Proposito di Osho:
Conferenze di Un Suo Discepolo](#)

[Benedizioni!: Dedicato a Osho](#)

[Benvenuti ad Atlantide:
Cristalli e Chakra Riequilibrio di
Primo Livello](#)

[Breve Storia Dei Sogni: Nella
Visione Occidentale](#)

[Canalizzazioni Extraterrestri:](#)

[Sindrome da Rapimento Alieno](#)

[Casa Dolce Casa Vendesi:](#)

[Home Staging Facile](#)

[Dhyana Yoga: Unione Con](#)

[L'Essenza](#)

[Dispense Reiki Primo Livello](#)

[Dispense Reiki Secondo Livello](#)

[Dispense Reiki Terzo Livello](#)

[Master](#)

[Guarire il Sé Ombra: Aneddoti](#)

[Di Alleggerimento Di Carico](#)

[Il Lato Positronico: Ridondanze
Di Un Androide](#)

[Il Maestro e l'Assassino: Una
Consueta Storia Zen](#)

[Il Segreto della Meditazione: La
Dimensione Interiore](#)

[Il Segreto della Scienza
Metafisica: Il Nostro Eterno
Viaggio nell'Infinito](#)

[Il Silenzio dell'Assoluto:
Satsang con Sandesh](#)

Immagina: E Accelera la Tua
Crescita Personale

La Cucina Vegetariana:
Motivazioni Obiezioni Ricette

L'Arte della Persuasione: Come
Raggiungere Eiticamente i
Propri Obiettivi

L'Arte della Preoccupazione:
Come Entrarci e Uscirne a
Piacere

L'Arte di Cambiare: Modella la
Tua Vita

[L'Arte di Invitare una Donna:
Solo per Gentiluomini](#)

[Le Compatibilità Zodiacali:
Trova l'Anima Gemella con
l'Astrologia](#)

[Lettura dei Tarocchi: Manuale
dei Significati di Base](#)

[Massaggio Olistico: Manuale
delle Procedure di Base](#)

[Menando Il Can Per L'Aia: Un
Dialogo Un Manuale](#)

[Notiziario Reiki: Delle Attività](#)

Mensili Svolte

Perle di Saggezza: Racconti di
Ordinaria Metafisica

Risposte per l'Anima:
Frammenti di Eterna Saggezza

Semi di Illuminazione: Il
Buddha Interiore

Viaggio nel Mondo di Sotto:
Manuale di Procedura
Sciamanica di Primo Livello

Zen Il Senso del Non Senso:
Aneddoti di Deprogrammazione

Sinaptica

Mantra di Sandesh (Andrea Scarsi)

[Mantras Mahamantras](#) di Sandesh.

[The Mantra Experiment](#) di Sandesh.

[The Mantra Way](#) di Sandesh

[A Drop Of Beauty](#) di Advaita (collaborazione)

[Ethnical](#) di DJ Van Wood (collaborazione)

Il mantra è un Essere Verbale che fa da ponte tra l'umano e il divino. Trasporta la nostra preghiera, ringraziamento e gratitudine. È un'entità a sé stante e quando lo recitiamo o cantiamo per comunicare con la dimensione superiore, oltre a parole e suono utilizziamo anche intenzione, energia, devozione e focalizzazione. Tutto questo ci eleva subito. Eleva il nostro stato emotivo e fa toccare Dio.

Il mantra è un evento introspettivo che si rivolge ai molteplici aspetti dell'Uno evocandone il nome simbolico: Shiva, Brahma, Vishnu, Ganesha, Laxmi, Sarasvati, Gurudev, Shanti. Tutti nomi che rappresentano l'infinita manifestazione del ciclo cosmico. Sono formule magiche atte a modificare il presente universale risolvendo l'apparente frammentazione e ricreando l'unione di coscienza

con ciò che è.

Il mantra è da recitare e cantare senza interruzioni, per trasmettere il messaggio intero, e i momenti di respirazione sono tra una recitazione e l'altra. Perdiamoci nel mantra e lasciamo che il veicolo, l'umano e il divino diventino una sola cosa. Questa è la potenza del mantra. Lo recitiamo e andiamo sempre più dentro, fino a fondere ciò che eravamo prima, la nostra

intenzione, la recitazione, il suono e l'energia collettiva e manifestare ancora una volta l'unità, lo yoga, l'assoluta presenza, il cui nome supremo è Om.

Libri di Andrea Scarsi in Inglese

[Answers For The Soul:](#)

[Fragments Of Eternal Wisdom](#)

[Blessings! Dedicated To Osho](#)

[Extraterrestrial Channeling:](#)

[Alien Abduction Syndrome](#)

[Get Ready It's Happening:](#)

[Surfing Gaia's Changes](#)

[Going Deeper Together: The](#)

[Spiritual Side Of Relationships](#)

Home Sweet Home Staging:
Easy Is Right

How To Ask A Woman Out:
Gentlemen Only

Make Your Own Vineyard: Ex
Vite Vita

O Iguana! My Iguana!
Herbivore Is Beautiful

Pearls of Wisdom: Tales Of
Ordinary Metaphysics

Reiki First Degree Manual

[Reiki Second Degree Manual](#)

[Reiki Third Degree Manual](#)

[Seeds Of Enlightenment: The Buddha Within](#)

[Tarot Reading Essentials: The New Basic Meaning Manual](#)

[The Art of Persuasion: How to Achieve Your Goals Ethically](#)

[The Art of Worrying: How to Enter and Exit it at Will](#)

[The Master And The Assassin:](#)

An Ordinary Zen Story

The Secret Of Meditation: The Inner Dimension

The Secret Of Metaphysical Science: Our Eternal Journey Through Infinite

Walking The Dogs: A Dialogue A Manual

Zen The Sense Of Nonsense: Anecdotes For Synaptic Deprogramming

Grazie di aver letto *Dispense
Reiki Primo Livello*.

Spero sinceramente che questo
libro ti diverta e sia utile.

Andrea Scarsi

(Swami Prem Sandesh)

Queste sono le dispense che
consegno ai miei studenti Reiki
al completamento del
Seminario di Primo Livello, che

dura sedici ore (4x4) ed è
comprensivo di quattro
attivazioni.