

# PROTOCOLLO Rebalancing Chakra System

## PERCORSO TRATTAMENTO CLIENTI

Primo incontro:

Indagine conoscitiva su condizioni psicofisiche cliente. Compilazione scheda personale ed esecuzione Chakra Test. Massaggio rilassante (30 minuti).

Secondo incontro e successivi.

Prima di iniziare con la terapia vengono analizzati i dati forniti dal Chakra Test per individuare il livello energetico da riequilibrare.

Massaggio rilassante-decontratturante con olio Chakra specifico in diluizione 1-10 (20, 25 minuti).

Intervento mirato sul Chakra da riequilibrare.

Si ipotizzano da 10 a 15 interventi, a giudizio dell'operatore.

Ultimo incontro.

Verifica delle condizioni psicofisiche del cliente e confronto con scheda conoscitiva iniziale. Registrazione dei miglioramenti ottenuti.

Esecuzione nuovo Chakra Test, eventualmente con nuovo appuntamento.

## INTERVENTI SPECIFICI PER I CHAKRA

*I massaggi vengono sempre effettuati con  
Chakroil di riferimento in diluizione 1-10*

## MULADHARA CHAKRA

Posizione prona, piedi sporgenti dal lettino con cuscino piccolo tondo di supporto:

1 - Porre 2,3 gocce Chakroil su tallone e fare assorbire con leggero massaggio circolare.



FIGURA 1

2 - Pressione pura sui talloni (figura 1). Il ricevente è invitato a respirare profondamente immaginando che il respiro penetri nel corpo dai talloni.

3 - Massaggio piante dei piedi.

Sfioramento con il palmo della mano.  
Sfregamento con le nocche delle mani.  
Trazione delle dita.  
Impastamento con i pollici dei cuscinetti intradigitali.  
Impastamento con i pollici di tutta la pianta del piede (figura2).  
Pressione pura per linee longitudinali.  
Sfregamento con le nocche delle mani.  
Sfioramento con il palmo della mano.



FIGURA 2

4 - Massaggio gambe e coscie posteriore, glutei.

Sfioramento a due mani gamba, coscia e gluteo.  
Sfregamento a due mani gamba, coscia e gluteo.  
Sfioramento e sfregamento leggero tendine di Achille (figura3).  
Impastamento a mani alternate della gamba (figura4).  
Percussione mani a coppa del tricipite surale.  
Pressione pura base muscoli gemelli (figura5).  
Pressione pura longitudinale centrale della coscia.  
Frizione a palma aperta della coscia (figura 6).  
Sfregamento laterale alternato.  
Sfregamento a pugni uniti del gluteo.  
Pressione pura centrale profonda del gluteo.  
Frizioni con la base della mano, dal sacro a raggera.  
Sfregamento a due mani gamba, coscia e gluteo.  
Sfioramento a due mani gamba, coscia e gluteo.



FIGURA 3



FIGURA 4



FIGURA 5



FIGURA 6

## 5 - Mobilizzazione piedi e ginocchia.



FIGURA 7

Trazione del piede (figura 7).  
Mobilizzazione della caviglia con  
gamba verticale.  
Mobilizzazione del ginocchio (figura  
8). Ruotare delicatamente la gamba  
nei due sensi.



FIGURA 8

## SVADHISTHANA CHAKRA

### Posizione supina.

Porre 2, 3 gocce Chakroil su basso addome, quattro dita sotto ombelico, e fare assorbire con leggero massaggio circolare.

Respirazione addominale guidata, con ginocchia flesse, mano in appoggio su punto Chakra, cinque minuti (figura 9).



FIGURA 9

Apertura terminus con passaggi circolare (figura10).

Sfioramenti, sfregamenti circolari dell'addome (figura 11).

Sfregamenti trasversali dell'addome.

Sfregamento dai fianchi all'inguine.

Sfregamento circolare della regione ombelicale.

Sfregamenti, sfioramenti circolari dell'addome.

Sfioramenti, sfregamenti a due mani della coscia e della gamba, progressivo da prossimale a distale.

Delicate percussioni a coppa della coscia, da prossimale a distale (figura 12).

Delicato sfregamento anterolaterale della gamba, con le nocche.

Frizioni anterolaterali della gamba con il pollice (figura 13).

Sfioramenti, sfregamenti collo del piede e linee interdigitali a pollici alternati (figura 14).



FIGURA 10

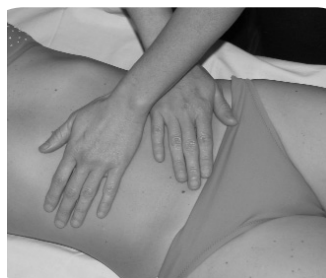


FIGURA 11



FIGURA 12



FIGURA 13



FIGURA 14

Sfregamenti, sfioramenti coscia, gamba, piede.

Contrazioni isometriche adduttori (figura 15), abduttori.

FIGURA 15



Mobilizzazione piede (figura 16), ginocchio, anca (figura 17).



FIGURA 16



FIGURA 17

## MANIPURA CHAKRA

### Posizione prona:

Porre 2, 3 gocce Chakroil su punto Chakra (regione lombare) e spandere con un leggero massaggio circolare arrivando a toccare cerniera lombo-sacrale e dorso-lombare.



Respirazione addominale con supporto dell'operatore. Una mano sotto la pancia, tra ombelico e stomaco, l'altra speculare su regione dorso-lombare (figura 18). Cinque minuti.

FIGURA 18

Massaggio schiena con particolare attenzione cerniera lombo-sacrale e dorso-lombare.

Sfioramenti e sfregamenti a mano aperta da sacro ad ascelle.

Impastamento a scorrimento delle fasce muscolari paravertebrali.

Pressione pura con i pollici delle fasce paravertebrali.

Frizioni delle fasce paravertebrali eseguita con i pollici (figura 19).

Sfregamento trasversale della regione lombare.



FIGURA 19

Allungamenti regione lombare a braccia incrociate (figura 20).

Mobilizzazione laterale del bacino (figura 21).



FIGURA 20



FIGURA 21

Sfregamenti, sfioramenti a mano aperta dal sacro alle ascelle.

## Posizione supina:

Porre 2, 3 gocce Chakroil su punto Chakra (tra l'ombelico e la base dello sterno) e spandere con un leggero massaggio circolare.

Mobilizzazione mandibola: mano sinistra sulla fronte, mano destra sul mento del ricevente che mantiene la mandibola morbida. Movimenti di apertura, laterali, circolari.

Decontrazione diaframma. Pressioni modulate lungo la linea costale (figura 22). Evitare in presenza di ulcerazioni o infiammazioni addominali.



FIGURA 22

## ANAHATA CHAKRA

### Posizione prona:

Porre 2, 3 gocce Chakroil tra le due scapole.  
Massaggio schiena con particolare attenzione regione dorsale.

Sfioramenti, sfregamenti a mano aperta da base collo a sacro.  
Percussioni a mano molle su triangolo auscultazione (evitare eminenze ossee).

Sfregamenti a doccia lungo le linee intercostali.  
Sfregamenti a mani aperte dell'area scapolare (figura 23).

Pressione pura con i pollici su linee paravertebrali.

Frizioni con i due pollici su linee paravertebrali.

Mobilizzazione profonda delle scapole (figura 24, 25).

Sfregamenti, sfioramenti a mano aperta da base collo a sacro.



FIGURA 23

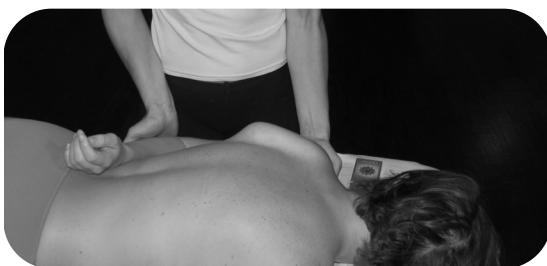


FIGURA 24



FIGURA 25

Posizione supina:

Porre 2, 3 gocce Chakroil su punto Chakra, nel centro del petto.

Respirazione guidata con sblocco sternale.

Mani sovrapposte sullo sterno, la sinistra rilassata in appoggio, la destra spinge sulla sinistra con direzione giù-basso.

Invitare il ricevente ad inspirare profondamente e poi lasciare rilassata l'espansione che viene guidata dall'operatore mediante la pressione sullo sterno (figura 26). Cinque minuti.



FIGURA 26

## VISHUDDHA CHAKRA

Posizione supina:

Porre 2, 3 gocce Chakroil su gola anteriormente e terza cervicale posteriormente. Spandere con leggero sfioramento.

Sfioramenti, sfregamenti collo sino a manubrio sterno (figura 27).

Sfregamento, impastamento leggero sterno-cleido-mastoideo.

Sfregamenti, sfioramenti collo.

Sfioramenti, sfregamenti viso, da linea occhi a mento.

Delicate percussioni del viso, da linea occhi a mento, con i polpastrelli.

Sfioramenti e delicato impastamento con i medi dell'area inferiore del viso, in particolare contorno bocca (figura 28).

Sfregamenti e sfioramenti viso.



FIGURA 27



FIGURA 28

Massaggio cervico-dorsale.

Sfioramento, sfregamento regione cervicale e spalle.

Impastamento regione cervicale (figura 29).

Impastamento spalle.

Sfregamento, sfioramento regione cervicale e spalle.

Distensione e mobilizzazione spalle - collo (figura 30).





FIGURA 29



FIGURA 30

## AJNA CHAKRA

Posizione supina:

Porre 2, 3 gocce Chakroil al centro della fronte.

Respirazione lenta e profonda, con mani in appoggio fronte-nuca (figura 31). Cinque minuti.



FIGURA 31

Massaggio fronte, occhi, regione suboccipitale.  
Sfioramenti e sfregamenti leggeri fronte orizzontali e verticali (figura 32, 33).



FIGURA 32



FIGURA 33

Sfioramenti circolari tempie  
(figura 34).



FIGURA 34

Impastamento leggero arcate sopraccigliari (figura 35).  
Sfioramenti circolari contorno occhi (figura 36)  
Sfregamenti leggeri, sfioramenti fronte occhi.  
Impastamento e pressione pura regione suboccipitale (figura 37).



FIGURA 35



FIGURA 36



FIGURA 37

Rilassamento occhi con mani in sospensione e delicata respirazione addominale (figura 38). Cinque minuti.



FIGURA 38

## SAHASRARA CHAKRA

Posizione supina, piedi sporgenti dal lettino.

Pore 2, 3 gocce Chakroil sulla fontanella sopra la testa e massaggiare delicatamente, circolare, con il pollice.

Respirazione circolare, cinque minuti.  
L'operatore esercita una delicata pressione sul punto Chakra con i due pollici sovrapposti (figura 39). Il ricevente viene invitato a respirare profondamente, riducendo al minimo l'intervallo tra inspirazione ed espirazione e tra espirazione e inspirazione. Il movimento del respiro dentro e fuori risulta così senza interruzioni.



FIGURA 39

Massaggio del cuoio capelluto, da linea centrale con direzione basso indietro (orecchie, nuca).

Pressione pura su linea centrale, a pollici sovrapposti (figura 40)



FIGURA 40

Rilassamento del cuoio capelluto mediante delicate trazione dei capelli (figura 41)



FIGURA 41

Massaggio degli alluci dei piedi e mobilizzazione delle articolazioni delle dita (figura 42, 43).



FIGURA 42



FIGURA 43