



Équilibrage des **chakras** :

Un receveur allongé sur le dos et un donneur.

Cette technique permet de rester sur chaque position jusqu'au moment où vous ressentez le même type d'énergie dans les deux mains.

Mokunen : lorsque vous changez de position pendant la séance, indiquez mentalement au receveur que vous vous déplacez.

Variante à 6 Chakras, on n'utilise pas le coronal (7ème chakra)

Le donneur se prépare (**Kenyoku** et centrage en **Gassho**)

Il lisse l'**aura** du receveur

Le donneur déplace ses mains en douceur environ à 10 cm au-dessus du corps.

1) Il place une main sur le chakra 1 (racine) l'autre sur le chakra 6 (3ème œil)

2) Une main sur le chakra 2 (sacré) l'autre sur le chakra 5 (gorge)

3) Une main sur chakra 3 (plexus) l'autre sur le chakra 4 (cœur)

Mokunen

Le donneur lisse l'aura du receveur, il chuchote au receveur de se mettre debout.

Le donneur reste en contact avec le receveur et fait le réveil **Hanshin Koketsu Ho**, puis **Zenshin Koketsu Ho**.

Équilibrage des **chakras** :

A chaque variante ce sera la même préparation pour le donneur et le même réveil pour le receveur.

Variante équilibrage avec 6 **chakras** :

A) Pour une personne « trop dans ses émotions » faites remonter l'énergie Reiki ainsi :

Une main sur le chakra 6 (3ème œil) pendant tout l'échange
L'autre main remonte depuis le chakra 1 (racine) jusqu'au chakra 5 (gorge)

B) Pour une personne « trop dans sa tête » faites descendre l'énergie Reiki :

Main sur chakra 1 (racine) pendant tout l'échange

L'autre main sur le chakra 6 (3ème œil) descendre jusqu'au chakra 2 (sacré)

Variante à 7 **chakras** :

1) placez une main sur le chakra 1(racine) l'autre sur le chakra 7(coronal)

Mokunen,

2) déplacez une main sur chakra 2(sacré) l'autre sur le chakra 6 (3ième œil)

Mokunen,

3) déplacez une main sur chakra 3(plexus) l'autre sur le chakra 5 (gorge)

Mokunen,

4) déplacez les mains sur le chakra 4 (cœur)

Mokunen,

Le donneur lisse l'aura du receveur, il chuchote au receveur de se mettre debout.

Le donneur reste en contact avec le receveur et fait le réveil
Hanshin Koketsu Ho, Zenshin Koketsu Ho.