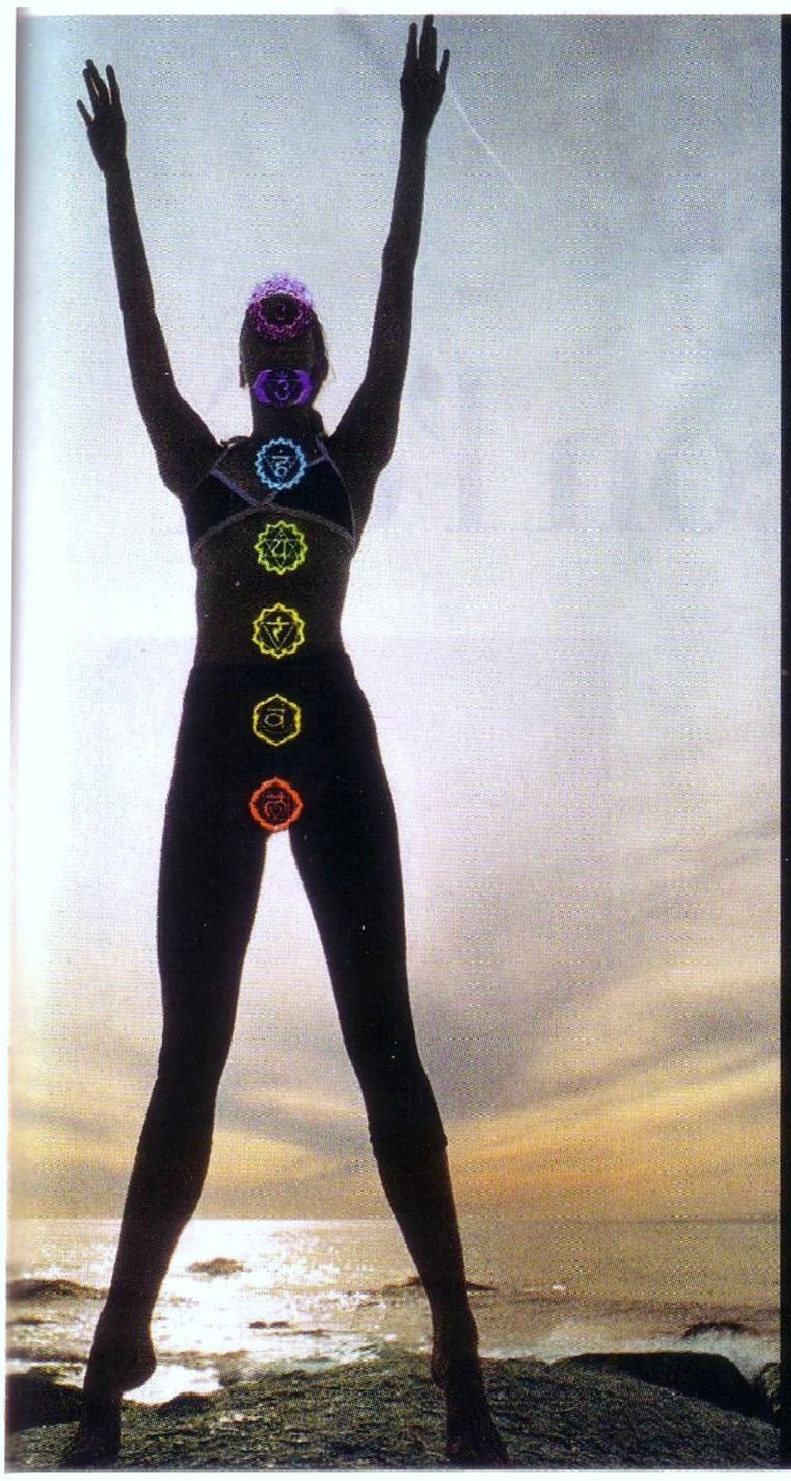
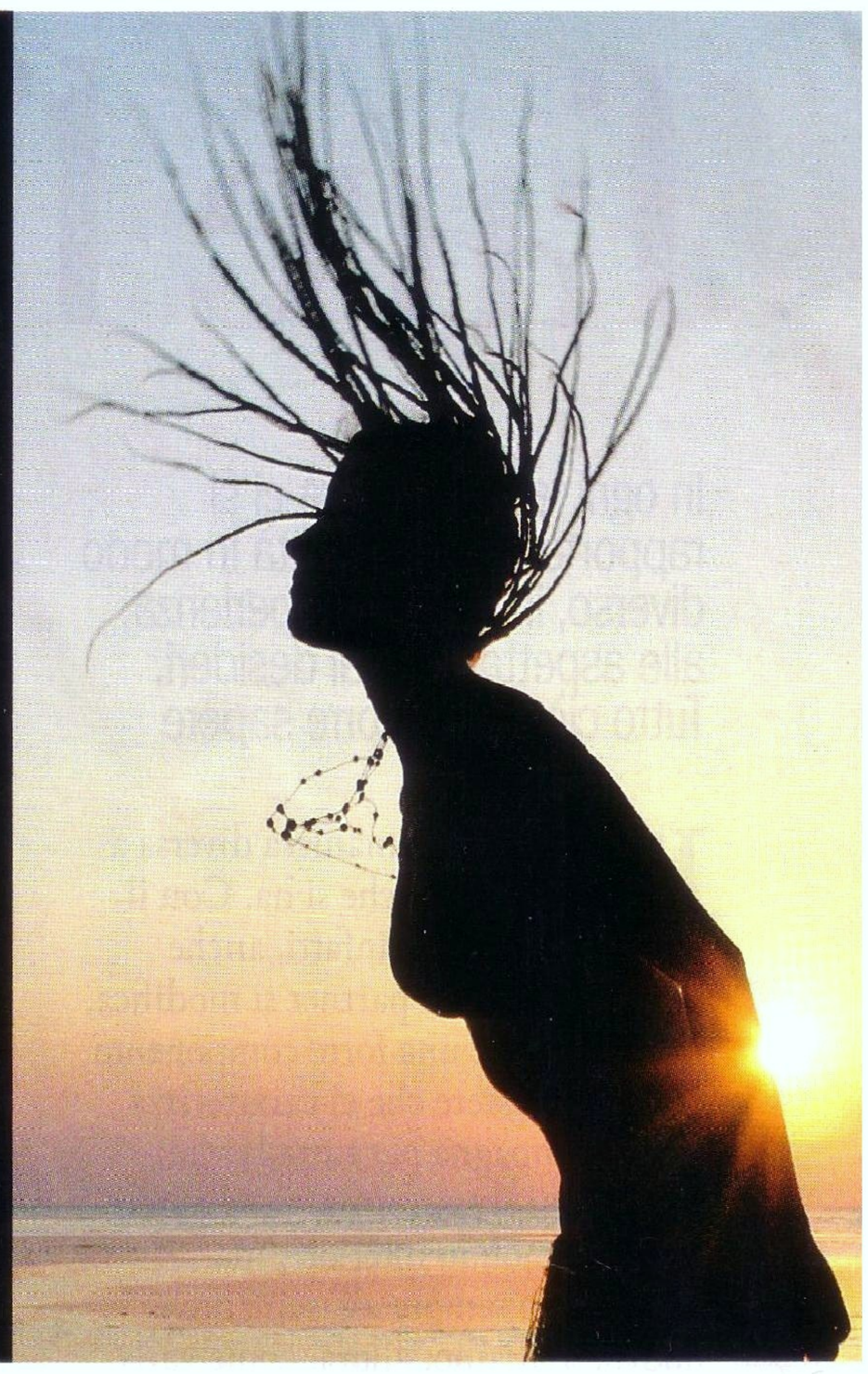


SCIOGLIE LE TENSIONI

La penna luminosa è uno strumento che si accende come una piccola torcia, nella cui punta, che è cava, si inseriscono ampolline sigillate contenenti oli essenziali misti a estratti acquosi di piante e di minerali. Ogni fialetta ha un suo colore specifico, che è dato proprio dai principi attivi del vegetale e della sostanza inorganica che contiene. L'effetto degli oli e dei colori è potenziato dalla radiazione luminosa. Rivolgendo la penna verso le zone energetiche del corpo (i chakra o i punti di medicina tradizionale cinese), a una distanza di 30 centimetri dalla pelle, si possono sbloccare tensioni e disturbi. Il trattamento risulta essere efficace sia a livello fisico sia emozionale e mentale e, andando a lavorare sull'energia dell'organismo, regala benessere. Anche in questo caso, come nella cromoterapia, alle ampolline può essere aggiunto un cristallo di quarzo in modo da potenziarne l'effetto.



Un colore per ogni chakra

In linea di massima il trattamento con la penna luminosa segue l'organizzazione dei chakra messa a punto dall'ayurveda (medicina tradizionale indiana) anche se, a differenza di quest'ultima, li mette in relazione a zone più ampie del corpo umano che corrispondono a determinati colori.

Primo chakra: si trova in corrispondenza del coccige e riguarda tutta la parte inferiore del corpo. Il colore è il rosso.

Secondo chakra: è posizionato nell'estremità inferiore del coccige e si estende fino agli organi della riproduzione, che coordina insieme alle ghiandole germinali. Il colore è l'arancione.

Terzo chakra: occupa la zona corporea sopra l'ombelico e coordina l'apparato digestivo e il pancreas. Il colore è giallo.

Quarto chakra: comprende tutta la zona del busto ed è situato tra le scapole. Sovrintende le funzioni del cuore, dei polmoni e del timo. Il colore è il verde.

Quinto chakra: interessa l'intera gola e la tiroide. Il colore è il blu.

Sesto chakra: occupa la parte centrale del capo, comprendendo la fronte e la ghiandola pineale. Il colore è l'indaco.

Settimo chakra: situato alla sommità della testa, agisce sui disturbi alla parte superiore del capo. Il colore è il viola.

È UTILE ANCHE CONTRO L'INSONNIA

Dal momento che il trattamento con la penna luminosa si basa su una concezione olistica dell'essere umano, cioè considera l'individuo nella sua interezza e non come l'insieme di più parti, coloro che lo praticano pensano che per curare un sintomo sia necessario intervenire sull'intero organismo. Un organismo, infatti, è "sano" quando ha raggiunto il proprio benessere energetico ed emotivo. Una volta ottenuta questa condizione ideale, tutti i malesseri scompaiono perché il corpo impara a reagire e ad auto-correggersi. Con la luce della penna luminosa ci si può, dunque, liberare dai disturbi di origine psicosomatica, oltre che dalla depressione, dall'ansia, dalla tachicardia, dall'insonnia, dallo stress e dagli attacchi di panico. Il trattamento promette anche di dare un aiuto in situazioni particolari come cambi di lavoro, lutti, mancanza di fiducia, disturbi emotivi e difficoltà di concentrazione. Chiunque può far ricorso alla penna luminosa perché non è un trattamento invasivo e non ha effetti collaterali.

La seduta tipo

Il primo incontro è sempre di tipo conoscitivo. L'operatore fa una serie di domande alla persona per capire chi è, qual è il suo attuale stato fisico ed emotivo, perché ha deciso di sottoporsi a questo trattamento e qual è la sua storia.

■ Dalle risposte, il terapista capisce quali sono i suoi squilibri fisici ed energetici e può mettere a punto un piano di lavoro personalizzato, capire i colori da utilizzare, dove irradiarli e, soprattutto, quali sono gli ambiti sui quali la persona vuole lavorare. Il colloquio normalmente dura un'ora e occupa l'intera prima seduta.

■ Dal secondo incontro in poi inizia il trattamento vero e proprio, che si svolge vestiti, sdraiati su un lettino o per terra. L'operatore, puntando la penna accesa, infonde energia, calore e le proprietà dei colori ai vari chakra e ne ottiene il riequilibrio; quindi disegna un otto su tutto il corpo della persona. Infine, si concentra sui punti energetici che corrispondono ai malesseri che la persona ha riferito durante il colloquio iniziale.

■ La seduta dura circa un'ora. Per avere risultati consistenti in media occorre fare un ciclo di 5 o 6 trattamenti a cadenza settimanale.

Servizio di Donatella Coviello. Con la consulenza di Alessandra Fridel, operatrice di penna luminosa.