



Corsi on Line di Erba Sacra

PRANOTERAPIA BASE

*Dalle radici della tradizione yogica alla pratica contemporanea
Un approccio sistemico, etico e operativo al lavoro energetico.
11 Archetipi per ricordare chi sei*

DOCENTE: DAVIDE DI PAOLA



*Questo corso è riconosciuto come credito didattico
nella formazione di **OPERA**,
Accademia Italiana di Formazione Olistica
www.accademiaopera.it*

MANUALE DI PRANOTERAPIA BASE

Il Metodo REI — Riequilibrio Energetico Integrato

*Dalle radici della tradizione yogica alla pratica contemporanea
Un approccio sistemico, etico e operativo al lavoro energetico*

Manuale per gli studenti del corso di pranoterapia
Edizione aggiornata e ampliata

PAGINA DEI DIRITTI

© 2026 Davide Di Paola. Tutti i diritti riservati.

Manuale di Pranoterapia — Il Metodo REI (Riequilibrio Energetico Integrato)

Il Metodo REI — Riequilibrio Energetico Integrato — è un sistema originale ideato e sviluppato da Davide Di Paola. Tutti i contenuti relativi al Metodo REI, inclusi i sette sistemi funzionali, i protocolli operativi, le griglie di valutazione e gli strumenti didattici, sono di esclusiva proprietà intellettuale dell'autore e non possono essere riprodotti, insegnati o diffusi senza autorizzazione scritta.

Il presente manuale è un'opera didattica originale. I contenuti sono stati elaborati, sintetizzati e rielaborati dall'autore a partire dallo studio delle tradizioni yogiche classiche e delle seguenti opere di riferimento, citate con rispetto e riconoscenza: *Miracles Through Pranic Healing e Advanced Pranic Healing* di Master Choa Kok Sui; *Hands of Light e Light Emerging* di Barbara Ann Brennan; *The Chakras* di Charles W. Leadbeater; *The Etheric Double* di Arthur E. Powell; *The Science of Breath* di Yogi Ramacharaka. La rielaborazione di questi contenuti è frutto di studio, pratica personale e sintesi originale dell'autore. Non costituisce riproduzione né traduzione delle opere citate.

Il presente manuale è destinato esclusivamente agli studenti dei corsi tenuti da Davide Di Paola. È vietata la riproduzione, anche parziale, la diffusione, la cessione a terzi e qualsiasi utilizzo non autorizzato, in qualsiasi forma e con qualsiasi mezzo, senza il preventivo consenso scritto dell'autore.

In caso di futura pubblicazione, i termini di distribuzione potranno essere aggiornati a discrezione dell'autore.

INDICE GENERALE

INTRODUZIONE

PARTE PRIMA — FONDAMENTI TEORICI

- Capitolo 1 — Introduzione alla pranoterapia
- Capitolo 2 — Storia e genealogia delle pratiche energetiche
- Capitolo 3 — Il concetto di prāṇa
- Capitolo 4 — I cinque vāyu e gli upa-prāṇa
- Capitolo 5 — Le fonti del prāṇa
- Capitolo 6 — Il corpo energetico umano
- Capitolo 7 — Le nāḍī: canali del flusso vitale
- Capitolo 8 — I chakra: centri di trasformazione energetica
- Capitolo 9 — L'aura: struttura, percezione e interpretazione
- Capitolo 10 — I colori del prāṇa nel lavoro terapeutico
- Capitolo 11 — Il suono, i mantra e la dimensione vibrazionale
- Capitolo 12 — Coscienza e corpo causale

PARTE SECONDA — PRINCIPI OPERATIVI

- Capitolo 13 — Prāṇa, mente e corpo fisico
- Capitolo 14 — Principi fondamentali del riequilibrio energetico
- Capitolo 15 — Meccanismi dello squilibrio energetico
- Capitolo 16 — Meccanismi del riequilibrio energetico
- Capitolo 17 — Etica della pranoterapia
- Capitolo 18 — Controindicazioni e precauzioni di sicurezza
- Capitolo 19 — Pranoterapia e scienza: stato attuale della ricerca

PARTE TERZA — LA PRATICA

- Capitolo 20 — Preparazione interiore del praticante
- Capitolo 21 — Centratura, presenza e stato mentale
- Capitolo 22 — Igiene energetica e protezione del campo
- Capitolo 23 — Pulizia energetica degli spazi di trattamento
- Capitolo 24 — Sviluppo della sensibilità energetica
- Capitolo 25 — Percezione applicata al trattamento
- Capitolo 26 — Pulizia energetica o cleansing
- Capitolo 27 — Energizzazione o energizing
- Capitolo 28 — Il respiro come strumento operativo
- Capitolo 29 — Stabilizzazione e integrazione
- Capitolo 30 — Disconnessione energetica
- Capitolo 31 — Preparazione del ricevente

PARTE QUARTA — IL METODO REI

- Capitolo 32 — Struttura di un trattamento completo
- Capitolo 33 — I sette sistemi energetici funzionali del Metodo REI
- Capitolo 34 — Approfondimento operativo dei sistemi
- Capitolo 35 — Valutazione iniziale e griglia di lettura del campo
- Capitolo 36 — Applicazione pratica del Metodo REI

- Capitolo 37 — Trattamenti di base: sequenze pratiche
- Capitolo 38 — Autotrattamento
- Capitolo 39 — Trattamento a distanza

PARTE QUINTA — AMBITI SPECIALI E FORMAZIONE

- Capitolo 40 — Trattamenti in condizioni particolari
- Capitolo 41 — Gestione delle crisi durante il trattamento
- Capitolo 42 — Il lavoro con animali e piante
- Capitolo 43 — Sedute collettive e lavoro di gruppo
- Capitolo 44 — Documentazione del trattamento
- Capitolo 45 — Errori comuni e precauzioni
- Capitolo 46 — Limiti della pranoterapia
- Capitolo 47 — Aspetti spirituali e interiori
- Capitolo 48 — Trasmissione, iniziazione e percorso di sviluppo
- Capitolo 49 — Costruire un percorso formativo
- Capitolo 50 — Evoluzione del praticante

APPENDICI

- Appendice A — Glossario ragionato
- Appendice B — Note storiche e fonti
- Appendice C — Esercizi pratici guidati
- Appendice D — Scheda di trattamento (modello)
- Appendice E — Tabelle di riferimento rapido Metodo REI
- Appendice F — Bibliografia e letture consigliate
- Appendice G — Immagini esemplificative

Introduzione

Benvenuto in questo manuale. Se stai leggendo queste pagine, probabilmente hai già sentito qualcosa: una curiosità, un richiamo, forse l'impressione che dietro la realtà visibile ci sia qualcosa di più. Non ti sbagli. E non sei solo.

La pranoterapia nasce da un'intuizione antica quanto l'umanità: che la vita non sia sostenuta soltanto da processi fisici e biochimici, ma anche da un principio vitale invisibile che anima, organizza e collega ogni essere vivente. Questa intuizione non appartiene a una sola cultura. La troviamo nelle pratiche sciamaniche dei popoli indigeni, nella medicina ayurvedica indiana, nella medicina tradizionale cinese, nei testi filosofici greci, nelle tradizioni spirituali di ogni continente. Nomi diversi, lingue diverse, epoche diverse — ma la stessa percezione fondamentale: la vita è più di ciò che si vede.

Questo manuale è stato scritto per accompagnarti in un percorso che parte da questa percezione e la trasforma, gradualmente, in comprensione pratica. Non è un libro da leggere una volta e mettere da parte: è uno strumento di lavoro. Torna ad aprirlo, sottolinea ciò che ti colpisce, scrivi i tuoi appunti nei margini.

NOTA METODOLOGICA

Questo manuale sintetizza e rielabora, a scopo esclusivamente didattico, concetti provenienti dalle tradizioni yogiche classiche e dalle opere degli autori citati nella pagina dei diritti. Ogni rielaborazione è frutto di studio, pratica e sintesi personale. Il Metodo REI — Riequilibrio Energetico Integrato — è un sistema originale dell'autore: i sette sistemi funzionali, i protocolli di trattamento e gli strumenti valutativi presentati nella Parte Quarta non trovano corrispondenza diretta in nessuna delle opere di riferimento e rappresentano un contributo originale al campo della pranoterapia.

A chi è rivolto

Questo manuale è pensato per tutti: per chi si avvicina alla pranoterapia per la prima volta e non conosce ancora i termini tecnici, e per chi ha già esperienza con altri sistemi di lavoro energetico e vuole approfondire o ampliare la propria visione. Il percorso è progressivo: si parte dai fondamenti e si arriva alla pratica avanzata, senza mai dare nulla per scontato.

Come è strutturato

Il manuale è organizzato in cinque parti principali più le appendici:

- Parte Prima: i fondamenti teorici — cos'è il prāṇa, come si muove, dove si organizza
- Parte Seconda: i principi operativi — come funziona lo squilibrio e come avviene il riequilibrio
- Parte Terza: la pratica — tutti gli strumenti concreti del trattamento
- Parte Quarta: il Metodo REI — il sistema originale presentato in questo corso
- Parte Quinta: ambiti speciali e formazione — situazioni particolari, crescita del praticante
- Appendici: glossario, esercizi, schede operative, bibliografia

Il Metodo REI

Al centro di questo manuale c'è il Metodo REI — Riequilibrio Energetico Integrato. Si tratta di un approccio originale che riorganizza il lavoro energetico in sette sistemi funzionali interconnessi,

superando la lettura frammentata per punti o chakra isolati. Il Metodo REI non nega la tradizione: la onora, la cita e la include. Ma propone una lettura più fluida, più adattiva e più facile da applicare nella pratica quotidiana.

⚠ AVVERTENZA IMPORTANTE — *Il pranoterapeuta non è un medico e non vuole esserlo. Il suo lavoro riguarda esclusivamente il corpo energetico. Non può formulare diagnosi mediche, non può prescrivere farmaci, non sostituisce in alcun modo il medico o qualsiasi altro professionista sanitario. Un medico può scegliere di diventare pranoterapeuta, ma un pranoterapeuta non è un medico a meno che non abbia conseguito una laurea in Medicina presso una Facoltà universitaria riconosciuta. La pranoterapia è una pratica complementare che si affianca, con rispetto e umiltà, ai percorsi di cura tradizionali.*

“La pranoterapia non è semplicemente qualcosa che si fa, ma un modo diverso di osservare, comprendere e accompagnare i processi della vita.”

PARTE PRIMA

FONDAMENTI TEORICI

Capitolo 1 — Introduzione alla pranoterapia

Cosa significa pranoterapia

La parola pranoterapia unisce due termini: prāṇa e terapia. Il prāṇa, nella filosofia indiana, è il principio vitale che anima ogni essere vivente. Non si tratta semplicemente dell'aria che respiriamo: è ciò che rende possibile il respiro, ciò che precede e sostiene ogni processo vitale. La terapia, nella sua accezione più ampia, indica un processo di riequilibrio, un ritorno all'armonia. Insieme, questi due termini descrivono una pratica che lavora sull'energia vitale per favorire il riequilibrio dell'organismo nella sua totalità.

Con il termine pranoterapia si intendono, in senso lato, tutte le discipline che operano attraverso il prāṇa per sostenere l'equilibrio energetico della persona. In questa famiglia rientrano sistemi diversi, nati in epoche e culture differenti, che condividono un presupposto fondamentale: l'essere umano non è solo materia.

Una visione ampliata dell'essere umano

Alla base della pranoterapia c'è un modo diverso di guardare l'essere umano. Non siamo soltanto un corpo fisico fatto di organi, tessuti e cellule. Siamo un sistema più ampio e più complesso, in cui materia, energia, mente e coscienza si intrecciano continuamente. Per capirlo meglio, possiamo usare una semplice immagine: pensa a una lampada. La lampada (il corpo fisico) è visibile, tangibile, misurabile. Ma senza l'elettricità (il prāṇa) che la attraversa, non funziona. E senza chi la usa consapevolmente (la coscienza), non ha direzione. La pranoterapia lavora su quel livello intermedio, invisibile ma essenziale: il flusso energetico.

A scopo didattico, possiamo distinguere tre livelli principali dell'essere umano, tenendo sempre presente che nella realtà questi tre livelli non sono separati ma profondamente interconnessi:

- Il corpo fisico: ciò che possiamo vedere, toccare, misurare
- La mente: pensieri, emozioni, stati interiori
- Il sistema energetico: il campo vitale che sostiene e collega i primi due

Il ruolo dell'energia vitale

Il prāṇa non è qualcosa di statico. È un movimento continuo: scorre, si distribuisce, si trasforma. È presente in ogni processo vitale e partecipa attivamente all'equilibrio dell'organismo. Quando questo flusso è armonico, il sistema tende a funzionare bene. Quando si altera — per eccesso, carenza o disorganizzazione — possono emergere condizioni di disagio a livello fisico, emotivo o mentale.

Questo non significa che ogni problema umano si riduca a una questione energetica. Significa, piuttosto, che il livello energetico è sempre coinvolto nella vita del sistema, e che lavorarci può creare condizioni più favorevoli al benessere complessivo della persona.

Dal modello a punti al modello a sistemi

Tradizionalmente, il lavoro energetico è stato descritto attraverso modelli basati su centri specifici, come i chakra. Questi modelli sono preziosi e vengono presentati in questo manuale. Nella pratica però, l'energia non si comporta come una somma di punti isolati: si muove come un sistema. Le diverse aree del corpo sono in relazione tra loro, e ciò che si manifesta in una zona è spesso collegato a dinamiche più ampie.

Per questo motivo, accanto ai modelli tradizionali, questo manuale introduce il Metodo REI, che considera il corpo energetico come un insieme di sistemi interconnessi. Questa visione permette di lavorare in modo più fluido, adattivo e coerente.

Il ruolo del praticante

Il praticante di pranoterapia non è un semplice esecutore di tecniche. È una presenza attiva nel campo relazionale che si crea durante il trattamento. Attraverso la propria sensibilità e il proprio stato interno, diventa capace di percepire le variazioni del sistema energetico e di intervenire in modo mirato. Questo richiede lo sviluppo progressivo di qualità fondamentali come attenzione, stabilità interiore, ascolto e chiarezza percettiva.

⚠ AVVERTENZA IMPORTANTE — *Il pranoterapeuta non è un medico e non vuole esserlo. Il suo lavoro riguarda esclusivamente il corpo energetico. Non può formulare diagnosi mediche, non può prescrivere farmaci, non sostituisce in alcun modo il medico o qualsiasi altro professionista sanitario. Un medico può scegliere di diventare pranoterapeuta, ma un pranoterapeuta non è un medico a meno che non abbia conseguito una laurea in Medicina presso una Facoltà universitaria riconosciuta. La pranoterapia è una pratica complementare che si affianca, con rispetto e umiltà, ai percorsi di cura tradizionali.*

“La pranoterapia non consiste nel fare qualcosa al corpo, ma nel comprendere e accompagnare il suo equilibrio.”
