

¿Qué es la terapia de Reiki? Por el Alma de Almu

La terapia de Reiki es una práctica de medicina alternativa cuyo objetivo es curar la enfermedad y la dolencia reequilibrando la energía vital. De hecho, más que una verdadera terapia, el Reiki es una disciplina que tiene por objeto tratar cualquier tipo de dolencia mediante la transmisión de energía de las manos del terapeuta al usuario que recibe la terapia según sea el caso

Se cree que la terapia de Reiki tiene sus raíces en un pasado muy antiguo, pero su práctica fue desarrollada y perfeccionada en la segunda mitad del siglo XIX, en Japón, por Mikao Usui.

Derivado de las palabras "rei" (que se puede traducir en "espíritu") y "ki" (que se puede traducir en "energía vital") la terapia energética de Reiki se considera una práctica espiritual y se utiliza como una forma de curación alternativa para cualquier tipo de dolencia, posiblemente en combinación con otros tratamientos, de la medicina alternativa o moderna.

Por favor, es importante saber que las prácticas aquí descritas no son aceptadas por la ciencia médica, no han sido probadas científicamente y no han sido aprobadas. La información que en este artículo se proporciona es sólo para fines informativos.

¿Qué es la terapia de Reiki?

La terapia de Reiki es una práctica de medicina alternativa cuyo objetivo es intentar mejorar la dolencia reequilibrando la energía vital. De hecho, más que una verdadera terapia, el Reiki es una disciplina que tiene por objeto tratar cualquier tipo de dolencia mediante la transmisión de energía de las manos del terapeuta al usuario que recibe la terapia según sea el caso.

El Reiki es nacido en Japón en 1865, por Mikao Usui, es una práctica también conocida como terapias energéticas de Reiki. Desde Japón, se ha extendido al mundo occidental, donde diferentes escuelas se han desarrollado y ofrecen cursos de formación para aquellos que quieren aprender a practicar dichas terapias y/o difundir el conocimiento.

Algunos de ellos el concepto de Reiki también le han añadido conceptos de otras tradiciones, como, por ejemplo, los chakras que son típicos (pero no exclusivos) de la tradición india. No es sorprendente, por lo tanto, que a veces haya diferencias significativas entre el Reiki oriental y el occidental.

El concepto y la filosofía detrás de la terapia de Reiki

La terapia energética basada en Reiki se basa esencialmente en la existencia del prana (la llamada fuerza vital), el flujo y la animación de cualquier ser vivo y el universo entero.

De acuerdo con las tradiciones y filosofías detrás de esta práctica, el poder que tiene la relajación sobre los ritmos cerebrales y los cambios en el flujo de energía pueden conducir a diferentes tipos de

trastornos y enfermedades. En otras palabras, en este reino, la enfermedad (en cualquier forma que ocurra) se remonta a un desequilibrio en la energía de la vida.

El terapeuta de Reiki debe ser capaz (mediante la aplicación de manos que pueden o no estar en contacto con el receptor) de transferir energía remediando estos desequilibrios y ayudando a resolver los obstáculos y enfermedades.

Dependiendo de la energía del pensamiento que se esté considerando, esta energía puede provenir del propio terapeuta, o del universo que lo rodea. Así, en este último caso, el terapeuta es el "medio" a través del cual la energía se transmite, puede influir y pasa a la persona que recibe la terapia energética de Reiki.

Curiosidad

El concepto de imponer las manos y permitir que la energía fluya del terapeuta al usuario también está presente en otros tipos de prácticas de medicina alternativa como el pranayama.

¿Qué es el Pranayama?

El pranayama es un tipo de medicina alternativa que tiene como objetivo tratar diversas dolencias a través de gestos sencillos. Es practicado y ejercido por lo que se conoce como Terapeuta de Pranayama, a veces llamado "curandero".

El término Pranayama se deriva de la combinación de las palabras "Prana" (de la palabra sánscrita que significa "aliento de vida") y "curación". Este concepto se deriva del hinduismo, que indica la vitalidad de todas las cosas, incluidos en los seres humanos.

Por lo tanto, a la luz de lo que se acaba de decir, la terapia Pranayama o Qigong debería además estar dirigida para lograr el bienestar espiritual del individuo. En realidad, sin embargo, algunos terapeutas de Qigong pertenecientes a diversas asociaciones proponen esta terapia como una auténtica práctica capaz de tratar diversas dolencias.

¿Dónde se realiza la terapia de Reiki?

La terapia de Reiki se puede realizar en cualquier lugar, sin embargo, cuando se practica en un centro especial, se suele hacer en un lugar tranquilo y apacible, con la ayuda de luces suaves, música relajante e incienso para promover la relajación en la persona tratada.

Antes de comenzar una práctica con el Reiki, el terapeuta debe realizar una entrevista inicial con el usuario para entender qué temas y motivaciones lo llevaron a solicitar este tipo de terapia con un terapeuta. El usuario se coloca en una camilla de masaje y se le prepara para comenzar el tratamiento.

No es necesario que el cliente se desvista, pero se le puede pedir que retira todos los objetos metálicos (por ejemplo, joyas, cinturones, etc.) ya que estos tipos de objetos pueden interferir con el

flujo de energía que el terapeuta transmita al individuo.

Las manos del terapeuta se aplican al cliente y los movimientos se realizan sin tocar el cuerpo del usuario. Los tipos de movimientos que se realizan, la posibilidad de tocar o no tocar al cliente y las zonas en las que la práctica del Reiki tiene más impacto dependen básicamente del tipo de tratamiento que el usuario decida practicar y del tipo de enfermedad que se vaya a tratar.

¿Qué beneficios aporta la terapia de Reiki?

Según los terapeutas y muchos testimonios, existen beneficios de la terapia energética de Reiki como a nivel físico, mental y espiritual. En detalle, el rendimiento de la terapia energética debe proporcionar:

Fomenta la relajación psicofísica y eliminar el estrés y la ansiedad.

Fomenta la relajación muscular.

Promueve la eliminación de toxinas del cuerpo.

Promueve la reducción o eliminación del dolor agudo o crónico.

Estimula el sistema inmunológico.

Reequilibra el ciclo de sueño.

Aumenta el apetito.

Además de los beneficios mencionados, según quienes practican el Reiki, su rendimiento combinado con otras terapias de la medicina alternativa o moderna debe aumentar su eficacia.

¿Sabías que...?

Según los terapeutas, la terapia de Reiki también se puede utilizar para el cuidado de mascotas y plantas.

¿El masaje de Reiki funciona de verdad?

A pesar de lo que han dicho sus defensores y terapeutas, la eficacia de la terapia de Reiki en el tratamiento de cualquier tipo de trastorno o enfermedad no ha sido demostrada por investigaciones o estudios científicos, ni existe ninguna prueba de la existencia de la energía de la vida y del hecho de que influye en todos los individuos y en el universo.

Aunque se han realizado varios estudios que han evaluado la verdadera eficacia de la terapia de Reiki para reducir la ansiedad, el estrés y el dolor en pacientes hospitalizados o en clínicas, los resultados obtenidos no han sido suficientes para determinar de manera segura y científica esa eficacia.

¿Hay alguna contraindicación para realizar la terapia de Reiki?

Dado que en la terapia de Reiki no se utilizan sustancias especiales (como los aceites para masajes) y no se realiza ninguna manipulación real, salvo una leve presión con la palma de la mano del terapeuta, esta práctica puede considerarse sustancialmente libre de contraindicaciones.

Sin embargo, como medida de precaución, las personas que han sufrido recientemente una fractura y las mujeres embarazadas se debe buscar asesoramiento médico antes de usar este tipo de terapia energética.

Datos de contacto:

EL ALMA DE ALMU

Comunicado de prensa de terapia energética

916772505

Nota de prensa publicada en: [España](#)

Categorías: [Nacional](#) [Madrid](#) [Entretenimiento](#) [Medicina alternativa](#) [Ocio para niños](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>