

Qué es el reiki y cuáles son sus beneficios

Noticias 24hs | 06-09-2023 | 10:27



GironaNotícies.com[®]

El Reiki es una terapia manual integrada en la medicina natural cuyo origen se remonta a Japón. Esta técnica es totalmente indolora y sin efectos secundarios, además, se puede combinar con cualquier otro tratamiento o terapia, ya sea de la medicina alopática o de la medicina natural.

El redescubridor del Reiki fue un monje budista japonés llamado Mikao Usui. En 1922, durante un retiro espiritual en Kioto, volvió a utilizar una práctica de sanación con siglos de historia, pero que llevaba mucho tiempo sin usarse. Desde entonces ha ido ganando adeptos por todo el mundo gracias a sus notables mejoras.

Si tienes interés en saber qué es el Reiki y cómo funciona, en este artículo vamos a darte todas las claves para que lo conozcas mejor.

¿En qué consiste el Reiki?

Esta técnica milenaria está reconocida desde 1985 por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una terapia complementaria de sanación. El término Reiki está compuesto por las palabras japonesas Rei (universal. La esencia energética de todo lo que nos envuelve) y Ki (vital individual. Sería el equivalente al Prana en la tradición hinduista o al Chi en la tradición china).

Es una terapia holística en la que se aborda la problemática de la persona desde un todo. En ella, un terapeuta de Reiki (iniciado y formado previamente en Reiki) busca restablecer el equilibrio del cuerpo; físico, mental, emocional y energético, a través de la imposición de sus manos.

El Reiki se basa en que la energía fluye a través de nosotros y puede utilizarse para estimular el proceso de curación. También puede ser aplicado a otros seres vivos, como plantas y animales.

Esta terapia complementaria mantiene sus raíces en las tradiciones orientales, buscando el equilibrio entre cuerpo y mente, sanar lo físico y lo mental. Ello lo lleva a cabo a través de la energía, pues ésta está presente en todo lo que nos rodea. Contamos con un cuerpo físico al igual que contamos con un cuerpo energético. Ambos están estrechamente relacionados.

¿Qué beneficios tiene el Reiki?

Una patología o sintomatología va a tener una afectación física, pero también va a haber un componente mental, emocional y energético. Por ello, entre los múltiples beneficios del Reiki destaca la mejora de afecciones tales como la ansiedad, la depresión, el insomnio o el estrés.

El uso de Reiki como terapia complementaria está creciendo rápidamente, siendo utilizado en muchos hospitales en los Estados Unidos y Europa para ayudar a aliviar el dolor y aumentar las tasas de recuperación.

El Reiki, además, también se puede utilizar de forma preventiva en casos de desintoxicación, minimizando los efectos secundarios de tratamientos con fármacos o quimioterapia. También favorece la recuperación y los procesos postoperatorios.

¿Qué enfermedades se pueden tratar con el Reiki?

El Reiki es una terapia curativa natural segura, holística, pues trata al ser humano como un todo, fácil de usar y puede tratar muchas enfermedades agudas y crónicas.

El auge del Reiki es tal que actualmente se está utilizando en algunos hospitales para comprobar su efectividad en el tratamiento de diferentes patologías. Algunas de las aplicaciones de las sesiones de Reiki son:

Mejora la cicatrización de lesiones óseas.

Disminución de la inflamación en lesiones musculares como esguinces.

Refuerzo del sistema inmunológico.

Fortalecimiento del organismo para hacer frente a la quimioterapia.

Disminuye estados de nerviosismo.

Incrementa la concentración y la memoria.

Ayuda al correcto funcionamiento del metabolismo.

Favorece un correcto descanso.

Contribuye a la desaparición del dolor en casos de dismenorrea y migraña.

Aumenta la vitalidad y la claridad mental.

Si quieres disfrutar de todo los beneficios del Reiki, esta terapia puede ser tu gran aliado.

Autor: Redacción