

Reiki: manos que curan



Un chica recibiendo un masaje reiki.

- El reiki, reconocido por la OMS, consiste en canalizar energía con las manos
- Es una técnica habitual en más de 1.000 hospitales de EEUU y Reino Unido
- Cualquiera puede aprender a dar reiki tras un sencillo curso de iniciación
- ¿Cómo es una sesión de reiki? ¿Quién las da? ¿Qué es la crisis de sanación?

Rocío Galván | Madrid

Actualizado **domingo 06/11/2011 08:16 horas**

Cuando nos duele algo, el estómago o una muela, automáticamente nos llevamos la mano a ese lugar como si el simple contacto nos aliviara el dolor. De forma natural, sin darnos cuenta, aplicamos **el fundamento del reiki**, una terapia milenaria japonesa para sanar a través de las manos que cada vez tienen más adeptos en Europa. Las personas que lo practican aseguran que es asombroso cómo funciona y muchas afirman que ha cambiado su vida. Incluso la **medicina convencional**, siempre escéptica ante este tipo de técnicas alternativas, ya ha empezado a **impartirlo en hospitales**.

El reiki, que en japonés significa 'energía universal', consiste en **canalizar a través de las manos una poderosa fuente de vibración, que está fuera, hacia uno mismo o hacia otras personas para curar enfermedades** físicas o sanar emociones. Además, cualquiera puede practicarlo o recibirlo, ya que **no es un 'don' especial** reservado a unos privilegiados, sino una técnica que se puede aprender.

"El reiki está al alcance de cualquiera, todo el mundo puede hacerlo y siempre es para bien"
John Curtin, maestro reiki

Aunque esta práctica de canalizar energía tiene **más de 3.000 años de antigüedad**, cayó casi en el olvido hasta que fue rescatada en 1920 por el doctor Usui, un monje y catedrático japonés al que se considera el primer maestro reiki.

Al igual que la acupuntura o el shiatsu, esta técnica parte de **una tesis muy sencilla: que el ser humano es "todo energía"**, afirmación que aunque parece muy esotérica comparte aspectos con la física cuántica. El reiki sostiene que cuando la energía se bloquea, por cualquier circunstancia, es cuando se produce una enfermedad. La imposición de las manos en la zona enquistada, donde la energía ha quedado taponada, sirve para disolver ese 'nudo' que impide que la energía fluya y así **devolver el equilibrio al organismo**.

"El reiki es una herramienta muy poderosa que está al alcance de cualquiera. No hace falta nada especial, **todo el mundo puede hacerlo**. Además, no tiene contraindicaciones porque siempre es para bien", asegura **John Curtin**, maestro reiki y presidente de la [Fundación Sauce](#), donde ya se han formado más de 6.000 alumnos en los cursos que imparte para instruirse en esta técnica.

Curtin se topó con el reiki más por necesidad que por convencimiento. Hace años, cuando dirigía una empresa de informática, sufrió una parálisis facial que le dejó inutilizado un lado de la cara. Los neurólogos le dijeron que no tenía curación y que se quedaría así de por vida. Después de probar de todo, empezó a recibir reiki y en tres meses recuperó la movilidad de la cara por completo. "**Como informático era muy escéptico ante este tipo de terapias, pero experimenté en mí los resultados**. Siempre digo que lo importante no es si te lo crees o no, lo importante es que el reiki funciona", explica Curtin.

Terapia en hospitales

El reiki no sólo es compatible con cualquier tratamiento médico, sino que además actúa como complemento, ya que en ningún caso se recomienda suspender ninguna medicación para sustituirla con esta técnica. Además, está **reconocida como terapia alternativa por la Organización Mundial de la Salud (OMS)**. De hecho, en Estados Unidos y Reino Unido ya **se utiliza en más de 1.000 centros hospitalarios** y está incluido en el Sistema Público de Salud. En el estado de Nueva York, hasta los servicios de emergencia están formados para dar reiki.



Usui, primer maestro reiki.

En España, donde esta terapia aún lleva pocos años de desarrollo, aún no se ha llegado tan lejos, pero ya **se aplica en varios hospitales como el Gregorio Marañón o La Paz** gracias a los buenos resultados que se han observado en los pacientes. "Contamos con acuerdos de colaboración con cinco hospitales de Madrid para aplicación de reiki a enfermos", asegura Curtin. La fundación que dirige cuenta con más de **300 voluntarios que imponen las manos a los enfermos** para aliviar sus dolores.

Entre otros, muchos **pacientes de cáncer** reciben sesiones de reiki, ya que se ha usado con éxito en combinación con la quimioterapia para ayudar al organismo a mantener la fortaleza física necesaria para soportar el tratamiento. "Aprendí reiki para ayudar a mi tía que padece cáncer. Ahora me dice que se siente mejor después de darle una sesión. Sé que desde fuera parece una locura, pero es alucinante", explica María Jesús.

Sus seguidores aseguran que el reiki sirve para sanar una interminable lista de enfermedades, tanto físicas como emocionales. Así, afirman que su **"práctica habitual" puede aliviar e incluso curar dolores crónicos** como la artritis, reuma o migrañas. También acelerar la recuperación de lesiones óseas y musculares, ayudar el organismo a combatir infecciones o **mitigar el estrés y la ansiedad**.

Contra la depresión

La práctica de la imposición de manos también lucha contra la enfermedad del siglo XXI: la depresión. "Como su objetivo es equilibrar energéticamente a la persona tanto física como espiritualmente, **este tipo de dolencias psíquicas desaparecen cuando la persona vuelve a su estado de equilibrio**", explica Curtin.

"No hay cuerpos enfermos, hay almas enfermas", dice una máxima reiki

Es el caso de Candela, una azafata que padece depresión y lleva años medicada sin obtener ninguna mejoría. Acudió a ver a John Curtin para recibir un tratamiento, que se compone de un mínimo de tres sesiones de reiki, porque una amiga se lo había recomendado. "Entendí que mi depresión provenía de un bloqueo emocional y **las sesiones de reiki me sirvieron para liberar esa angustia contenida**. Sentía como una bola en la garganta y otra en el pecho que me impedían respirar. Poco a poco esa bola que hasta notaba físicamente se han ido disolviendo y ahora casi no tomo medicación", explica Candela.

Como todas las técnicas orientales, **el reiki trata a la persona como a un todo**. Es decir, no distingue entre cuerpo y espíritu. Hay una máxima de esta técnica que dice que **"no hay cuerpos enfermos, hay almas enfermas"**. Así, los maestros mantienen que las dolencias no se dan aisladas, sino como consecuencia del desequilibrio entre alma y cuerpo.

Manuela González también se dedica a dar sesiones de reiki. Asegura que la fuerza que sale de sus manos -ella es sólo un canal- lo único que hace es restablecer el orden, porque **hay veces que "las energías están en guerra civil"**. Muchas personas acuden a su consulta para darse "un chute de energía" como dice entre risas José María, director de marketing de una página web o para tratar las dolencias de "una enfermedad reumática", en el caso de María, periodista.

"Autosanamnos nosotros, es una capacidad natural que todos tenemos"

Manuela González Yáñez, maestra reiki

"Cuando nos sentimos mal, insatisfechos, enfermos físicamente o emocionalmente **la terapia de reiki nos ayuda a reconocer nuestra esencia y lo que necesitamos modificar**, que puede que no coincida con lo que nosotros queremos, para permanecer en un estado de salud", explica González, maestra de reiki por la Asociación Servicio reiki.

Los maestros reiki defienden el asombroso **poder de autocuración del ser humano que se pierde con los años**. "En definitiva, autosanamos nosotros, que es una capacidad natural que todos tenemos y que con la ayuda de un maestro de reiki empezamos a redescubrir", recalca González. Así, coincide con Curtin en que es el paciente el que "toma las riendas" de su propia sanación.

Sin vinculación ideológica

Como terapia energética el reiki no está vinculado a ninguna ideología ni religión. De hecho, **la Iglesia Católica tiene a maestros reiki entre sus miembros**. No en vano en el Nuevo Testamento se relata cómo los apóstoles realizaban milagros mediante la imposición de manos para sanar en nombre de Jesús. Cambian la manera de decirlo pero no el significado: donde la tradición japonesa habla de energía universal de la vida, los católicos dicen Dios. **"No es incompatible con la fe católica, para mí es Dios el que cura**. De hecho, yo abro la sesión de reiki con un Ave María", explica sor Margarita, una monja que estudió reiki como herramienta para aliviar a los más desfavorecidos. Es más, el propio Juan Pablo II dio la bendición a sor Mariusza, monja polaca y maestra reiki por su labor en la Congregación de la Posjonistek.

Los que lo practican aseguran que **cuanto más reiki haces, mejor te sientes**. Y es que descubrir que tu salud y tu felicidad están al alcance de tu mano, nunca mejor dicho, lo cambia todo. Aunque todavía **muchos se resiste a creer que el poder está en la palma de su mano**.

¿Cómo es una sesión de reiki?

Una sesión de reiki suele durar 45 minutos. El paciente se acuesta en una camilla en un ambiente tranquilo mientras el maestro posa sus manos en distintas zonas de su cuerpo. Hay doce posiciones de manos, se empieza por la cabeza (nuca) y se termina con las plantas de los pies, reequilibrando todos los centros de energía o 'chakras'. Durante la sesión, es habitual cerrar los ojos porque es normal que el paciente se quede dormido o entre en profunda relajación. Tras el tratamiento, se recomienda beber mucha agua y estar muy atentos a los cambios que sucedan en el cuerpo.

¿Quién puede dar reiki?

Todo el mundo puede hacerlo. No hay que tener ninguna condición especial. Aunque sí hay que hacer un sencillo curso que dura un fin de semana en el que a través de un rito de iniciación se "abre el canal" por el que te conviertes en transmisor de energía. En el Nivel I se imparten unas nociones básicas sobre la técnica de imposición de manos. Al terminar, recibes un diploma y la información necesaria para dar sesiones de reiki a otras personas e incluso a ti mismo.

Deben pasar un mínimo de seis meses para iniciar el Nivel II, cuya complejidad se acrecienta y en el que por ejemplo se aprende a sanar a distancia o disolver situaciones pasadas. Después le sigue el nivel III y el IV, y al fin, el curso de maestro. La maestría de reiki es transmitida por el maestro directamente. Cada maestro puede iniciar a otras personas en los distintos niveles. Actualmente, hay aproximadamente 15.000 maestros de reiki en el mundo y su práctica crece sigue creciendo.

Crisis de sanación

Es normal que se produzca lo que se denomina 'crisis de sanación', un empeoramiento temporal de los mismos síntomas que se tratan. "Es un proceso por el cual el cuerpo se libera de toxinas y de todo lo que le estaba molestando. Lo importante es que es pasajero y que una vez pasada la crisis, la persona se siente mejor que antes del tratamiento", explica Curtin.