



Universidad del sureste

Interculturalidad medica II

Asesor: Doctora Magali Guadalupe Escarpulli Siu

Investigación "Reiki"

Mi Universidad

Alumno: Noé Agustín Nájera Zambrano

Medicina humana

El **reiki** fue creado por el maestro japonés Mikao Usui en el año 1922 compuesto de los ideogramas rei **que significa** universal y ki **que** representa la energía vital.

Según diferentes expertos del **Reiki**, las **sesiones** varían según las necesidades de la persona. Estas **sesiones** suelen ser al menos cuatro y pueden durar desde 30 a 90 minutos cada una.

Reiki es una técnica de canalización y transmisión de energía vital a través de la imposición de manos, que se utiliza para obtener paz y equilibrio en todos los niveles: físico, mental, emocional y espiritual. Es decir: armoniza y equilibra los chakras de tu cuerpo.

El Reiki a distancia es muy semejante al Reiki en persona, se actúa en el aura y chakras, e igualmente ayuda a retirar bloqueos energéticos o desequilibrios en los distintos niveles. Se realiza una sanación a distancia cuando la persona que la solicita, por diversos motivos, ya sea de salud o por no poder trasladarse, no se encuentra presente junto a un sanador.

El Reiki se puede utilizar para:

- Liberar emociones reprimidas.
- Aumentar nuestro nivel energético, proporcionándonos vitalidad física y anímica.
- Provoca un estado de relajación muy agradable, reduciendo o eliminando la ansiedad.
- Aliviar el sufrimiento físico, mental, emocional o espiritual.
- Ayuda a eliminar el estrés diario.
- Aliviar migrañas, depresión, dolores menstruales y estreñimiento.
- Ayuda a limpiar el organismo y la mente de toxinas.
- Facilita el sueño.

Con este método ayudamos a que nuestro cuerpo se encuentre más sano, el pensamiento más calmado y aumentamos nuestra energía vital.

Los cinco principios del reiki que todos podemos usar:

- Solo por hoy no me enojaré
- Solo por hoy no me preocuparé
- Solo por hoy seré agradecido
- Solo por hoy haré mi trabajo con honestidad e integridad
- Solo por hoy seré amable con todos los seres vivos.