

Alumna:Valles Morales Olga Isabel  
Asignatura:Interculturalidad Y Salud  
Universidad Del Sureste  
Segundo Semestre De Medicina Humana  
Unidad Tres  
Docente:Dr. Alejandro Javier Ramirez Martinez  
Ensayo  
Reiki



## **REIKI**

### **¿Qué es y todos los beneficios de esta terapia?**

**Es una de las terapias alternativas que es reconocida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un medio complementario de los tratamientos tradicionales para curar a los pacientes.**

**La palabra Reiki es de origen japonés y significa energía vital universal, que es toda la energía que nos rodea, que actúa en nosotros y que vive en toda la materia. Reiki significa: universal; y Ki significa: energía vital. Así, Reiki es la fuerza de esta energía vital que fluye a través de todos los seres vivos.**

**Es un método de sanación natural, originario de Japón durante más de un siglo y es la transmisión de energía a través de las manos. El tratamiento de Reiki se dirige a la salud y el bienestar de las personas, en todos los niveles: conciencia, mente y cuerpo. A través de un estado de relajación, la energía universal es canalizada por el terapeuta (Reiki) y se transmite al individuo a través de las manos, que se dirige a los puntos de energía.**

**La terapia funciona con la imposición de las manos:**

**El terapeuta realiza una serie de posiciones con las manos sobre el cuerpo de esa persona para transmitir energía universal y que es tratado en todo su ser. Después de**

**recibir Reiki,es natural sentirse de buen humor,lleno de energía,como si acabara de regresar de pasar una buena noche de descanso.Es un método indoloro,relajante y que deja muy tranquilo y confiando a los pacientes.**

**El Reiki no sustituye a un tratamiento médico,pero los dos tipos de tratamiento pueden y deben caminar juntos, ayudando,complementando y acelerando la recuperación de la salud.**

**La terapia de energía de vibración o Reiki no sustituye la medicina tradicional,y viceversa.Cada una funciona en diferentes campos que unen fuerzas para optimizar las situaciones y condiciones de vida de los seres humanos y el universo.Un Reiki (terapeuta) no diagnóstica o actúa directamente sobre enfermedades específicas,pero el tratamiento es parte de la recuperación del proceso de salud del receptor,por lo que es más ágil y eficaz.**

**Hay muchos beneficios del Reiki,ya que actúa conjuntamente en nuestro cuerpo reequilibrando.Cada paciente siente un alivio después de usar la terapia precisamente donde su energía está fuera de equilibrio.**

**Como seguidores del Reiki comienzan a sentirse mejor en el cuerpo y el alma.Si todo está armonizado y equilibrado, el resultado es una buena salud y bienestar,que es la forma natural de estar en este mundo.**

**El propósito de esta práctica es restaurar, a través de la limpieza, desbloqueo y activación de sus chakras y meridianos, el equilibrio energético vital "Ki" de la persona que recibe el tratamiento, armonizándolos energéticamente para activar el sistema de autoequilibrio y recuperar la salud.**

**La práctica fue redescubierta en Japón a principios del siglo XX por Mikao Usui y se remonta al antiguo arte budista de canalizar la energía a través de las manos.**

**La captación de esta energía se realiza a través de una sintonización, en la cual la energía ingresa al chakra Corona del practicante de Reiki, ubicado en la parte superior de la cabeza, pasa por el chakra del Corazón, ubicado en la zona del corazón.**

**Así, desde allí se distribuye a las manos, donde se transmite, ya sea al propio practicante de Reiki en autoaplicación o a otra persona, animal, planta o medio ambiente.**

**Como la vibración de la energía Reiki es de mayor frecuencia (sutil), las energías disonantes tienden a buscar el equilibrio, es decir, aumentar la vibración, limpiando y reactivando nuestros centros energéticos, meridianos y patrones energéticos. De esta forma, la energía fluye en perfecta armonía y equilibrio, volviendo a un flujo natural y saludable.**

**El reiki transpersonal es accesible, sencillo y natural, y su aprendizaje se realiza en cuatro niveles estructurados, que son los siguientes:**

- Primer nivel**
- Segundo nivel**
- Tercer nivel**
- Maestría**

### **PRIMER NIVEL**

**Se estudia la historia del reiki y se reciben la primera iniciación y las instrucciones para practicar la imposición de las manos. Como vimos anteriormente, para dar solemnidad al evento el maestro puede llevar a cabo un ritual de iniciación con el primer símbolo, que está sintonizado con la energía del cuerpo físico. A Partir de este momento podrás aplicar el reiki a otras personas y autoaplicártelo a ti mismo.**

### **SEGUNDO NIVEL**

**Para pasar al segundo nivel es necesario tener el primero. En este nivel se trabajan los aspectos emocionales, se aprende a reconocer las emociones personales, a aceptarlas y a integrarlas. Se estudian técnicas para desbloquear las emociones e intentar no retroalimentarlas al revivirlas una y otra vez. El pasado forma parte de nuestra historia, es una fuente de conocimientos, experiencia y sabiduría, pero no debe convertirse en una**

**prisión emocional que bloquea nuestro presente e impide disfrutar de la paz y el bienestar.**

### **TERCER NIVEL**

**Una vez practicado e integrado el segundo nivel, se pasa al tercero. En él se trabaja el cuerpo mental. Se recibe la iniciación del símbolo que canaliza la energía del cuerpo mental. En este tercer nivel se obtienen las herramientas y los conocimientos necesarios que nos ayudarán a mejorar nuestros patrones mentales, en lo referente a nosotros mismos y a nuestra realidad.**

### **MAESTRÍA**

**La maestría del reiki transpersonal se recibe después de pasar por el primer, el segundo y el tercer nivel, y se decide enseñar el reiki transpersonal a otras personas y llevarlo a la práctica diaria como terapeuta de reiki siguiendo los cinco principios del reiki. En este nivel se reciben varios símbolos, entre ellos el que sintoniza con la energía del cuerpo espiritual.**

## Bibliografía

- <https://hermandadblanca.org/reiki-todos-los-beneficios-esta-terapia/>
- <https://terapiaintegrativa.org/es/terapias-integrativas/reiki-o-que-e-como-funciona-simbolos-e-beneficios>
- <https://www.deustosalud.com/cursos/bienestar/terapias-manuales/curso-reiki/niveles>