

## **Una sesión de Reiki**

Una sesión de Reiki puede durar aproximadamente cuarenta y cinco minutos y el paciente permanecerá acostado en una camilla, descalzo y vestido. Durante la sesión se utiliza música suave y aromas como incienso o esencias (aromaterapia). Se colocan las manos sobre una serie de ubicaciones en el cuerpo llamados chakras y la energía Reiki fluye.

Durante un tratamiento, se siente una relajación profunda, una gran sensación de paz. Muchas personas se quedan dormidas, cosa que no influye para nada en el resultado final, algunas sienten un cosquilleo, calor o frío en diferentes partes del cuerpo según fluye la energía, otras personas ven colores, experimentan una sensación de "flotar" o sienten emociones que salen a la superficie y otras no sienten nada y no por ello el Reiki no está funcionando.

Se pueden hacer sesiones individuales para obtener una profunda relajación y sensación de bienestar momentáneo o bien el tratamiento de cuatro sesiones donde se trabaja más a fondo para sacar al paciente de algún estado de desarmonía. Al finalizar este tratamiento se podrán tomar sesiones individuales con la frecuencia que el paciente necesite.

Se aumentan tu energía y tus ánimos, dándote un punto de vista más positivo sobre la vida. Situaciones anteriores de estrés parecen no preocuparte como antes.

Muchos pacientes tras recibir sus primeras sesiones experimentan unos cambios que pueden resultar molestos. Es habitual que en los días siguientes a la sesión se puedan tener sensaciones de náuseas, vómitos, diarrea, dolor de garganta o simplemente se pase una semana enfadado o de sentimientos a flor de piel. Entonces esta persona piensa que el Reiki le ha ido mal y que está peor que antes de empezar las sesiones. Esto es lo que se llama una crisis de sanación.

### **¿A qué llamamos una crisis de sanación?**

Muchos pacientes de Reiki tras recibir sus primeras sesiones experimentan unos cambios en su organismo que pueden resultar molestos. Es habitual que en los días siguientes a la sesión la persona pueda tener una sensación de náuseas, irritabilidad, sensibilidad excesiva o que pase una semana enfadado.

Entonces esta persona piensa que el Reiki le ha ido mal y que no sólo no le ha beneficiado, sino que también le ha causado trastornos en su persona.

Una crisis de sanación es un proceso que se activa en nuestro ser, mediante el cual nuestro cuerpo físico libera toxinas acumuladas en nuestros órganos y

nuestro cuerpo mental-emocional libera emociones o pone de manifiesto patrones de pensamiento que nos son nocivos. Esto es lo que llamamos una crisis de sanación.

Síntomas mentales-emocionales que podemos experimentar durante una crisis de sanación:

Ira  
Tristeza  
Miedo  
Odio  
Ansiedad

Síntomas físicos que podemos experimentar durante una crisis de sanación:

Incremento del sudor  
Incremento de la orina  
Incremento de las evacuaciones  
Sarpullidos  
Vómitos  
Síntomas de resfriado o gripe  
Dolores de cabeza  
Fiebre  
Dolores del pasado

Cada persona responde al tratamiento de una manera distinta. Por lo general para sufrir una crisis de sanación se debe realizar un tratamiento de varias sesiones donde la persona se limpia a fondo de los bloqueos.

Cuanto más largo sea un tratamiento de Reiki, más completos y duraderos serán sus efectos. Una sesión, por ejemplo, actúa sobre las consecuencias y resuelve problemas puntuales. Por el contrario, el Reiki aplicado planificadamente y sin prisas se orienta hacia la causa de los males y armoniza al individuo y su globalidad.

En estos casos el agravamiento aparente remitirá al cabo de dos o tres días pero suele ser conveniente realizar más sesiones.

Además hay que tener en cuenta que un tratamiento integral afecta al conjunto del cuerpo, mente y espíritu.

Alguien puede visitar a un reikista para curarse de una dolencia y al final del tratamiento haber cambiado totalmente de comportamiento, de modo de pensar o de forma de relacionarse con los demás. Esto se debe al reequilibrio emocional y mental que Reiki produce.

Toda metamorfosis implica cierto grado de sufrimiento. Mediante el Reiki se reviven acontecimientos pasados que muchas veces son desagradables y producen sentimiento de angustia, miedo, abandono o rechazo. Manifestar las emociones es necesario para limpiar el alma y liberarla energéticamente pero da lugar a esas crisis emocionales que llamamos "catarsis".

Cuando la energía desencadena estos fenómenos traumáticos también conocidos por los reikista como "removidas", el paciente no debe asustarse y abandonar la sesión sino por el contrario, reafirmar su confianza en el poder del Reiki.

Fuente  
[terapiareiki.es](http://terapiareiki.es)