

WWW.REIKICHILE.NET



# Guía para Reikistas Reacciones de la práctica Reiki



No olviden que cada sesión de Reiki nunca es igual a otra y que cada tratamiento es individual por que cada uno de nosotros somos un universo diferente y la energía provoca una gran cantidad de sensaciones y reacciones diferentes y esto es tanto para quién recibe como para quién lo proporciona. No existen efectos buenos o malos, todos son simplemente reacciones a la energía y tenemos que dejar que fluyan.

A continuación pasaré a detallar algunas de las sensaciones que suelen manifestar las personas con Reiki tanto en Autotratamiento como cuando se recibe de otra persona. A modo de facilitar la labor y el entendimiento del terapeuta y también para borrar el miedo que provoca la desinformación.

**CAMBIO EN LA TEMPERATURA INTERIOR DEL CUERPO:** Es frecuente la sensación de frío por todo el cuerpo, especialmente en el interior y en los pies, algunas veces tiene una duración de hasta 12 horas. Significa que hay movimiento de energía y principalmente indica que los bloqueos energéticos están cediendo, desbloqueando los Chakras.

**SENSACIÓN DE FIEBRE O CALOR:** Esto es frecuente en personas que tienen su sistema energético sensible a la entrada de la energía Reiki, se da principalmente en las iniciaciones de los tres niveles dura aproximadamente de 12 a 24 hrs, llegando a la temperatura corporal a un máximo de 37.2 grados.

**CAMBIOS EN EL RITMO DE LA RESPIRACIÓN:** Es muy frecuente especialmente en el momento de dar Reiki al Tórax. Se relaciona directamente con las emociones internas de la persona. Al inicio de la sesión se acelera para ajustarse en un estado de armonía y equilibrio corporal. También es un signo de que el sistema energético del individuo se está ajustando.

**CUERPO MUY TENSO:** Sensación poco frecuente, aunque de utilidad para monitorear en forma potencializada, las áreas de mayor estrés.

**ESCALOFRÍOS O FLUIR DE LA ENERGÍA POR EL INTERIOR DEL CUERPO:** Muy común durante todas las sesiones de Reiki. Puede permanecer esta sensación durante algunas horas.

**EXCESO DE PESO:** Sensación muy frecuente en la terapia de Reiki indica que los cuerpos sutiles se encuentran en otra posición a lo habitual.

**CANSANCIO MUSCULAR:** Muy poco frecuente, cuando se presente generalmente desaparece al termino de la sesión.

**LIGEROS DOLORES Y/O PIQUETES EN ALGUNAS PARTES DEL CUERPO:** Sumamente frecuente sobretodo en las primeras sesiones de Reiki. Estos se deben a pequeñas contracturas existentes en el cuerpo, las cuales son tocadas o removidas por la energía.

**SUSPIROS:** Su presencia es común, normal y deseable. Están directamente relacionados con la sanación de emociones y sentimientos. Generalmente aparecen al dar Reiki al Chakra Timo-Corazón.

**SENSACIÓN DE VACÍO EN LOS CHAKRAS MAYORES:** También es frecuente este tipo de sensación en las primeras sesiones de Reiki. Se debe a que los Chakras presentan estados de bloqueo o insuficiente energía.

**TEMBLORES INVOLUNTARIOS:** Estos son frecuentes debido al movimiento de la energía y al efecto de desbloqueo que se presenta. Puede ser en todo el cuerpo o en piernas, brazos y manos. Significan que la persona tiene fuertes bloqueos internos y requiere que se programen varias sesiones de Reiki hasta que desaparezcan.

**JADEOS O NECESIDAD DE JALAR AIRE A LOS PULMONES:** Son frecuentes en los tratamientos a personas que controlan mucho sus emociones. Aparecen únicamente durante el tratamiento en el Chakra Timo-Corazón o al sanar acontecimientos dolorosos. Se puede detener el tratamiento colocando al paciente del lado derecho hasta que se controle dicho estado.

**DESEO DE HABLAR ALGUNOS ASPECTOS DE NUESTRA VIDA PERSONAL:** Es muy frecuente que esto suceda. Se debe principalmente a la necesidad de desahogar hechos o emociones. Lo mejor es darnos la oportunidad de sacar aquello que nos molesta o nos tiene en estado de tensión. El terapeuta podrá escuchar pacientemente sin intervenir.

**SENSACIÓN DE FLOTAR O DESPRENDIMIENTO:** Generalmente se presenta en personas muy sensibles al manejo de energía y se debe al movimiento o reorientación de los cuerpos sutiles. Este tipo de personas pronto se habitúan a estas nuevas experiencias, aprendiendo a disfrutarlas.

**DESARROLLO MOMENTANEO DE LA SENSIBILIDAD:** Pocas veces se presenta esta experiencia, la cual se cataloga como un verdadero regalo de la energía. Se describe como una increíble potencialización de los sentidos. Hay quién la compara con la sensación llamada Integración Universal.

**ESTADOS ALTERADOS DE EMOTIVIDAD:** Este fenómeno mental es variable, según el estado emocional de la persona. Se caracteriza por la facilidad de pasar de unos a otros repentinamente. Lo ideal es dejar que fluyan hasta desaparecer, siempre dentro de la misma sesión de Reiki. Se presenta al trabajar las posiciones de la cabeza o en el Chakra Timo-Corazón.

**ESTIMULACIÓN SEXUAL:** Frecuentemente se presenta con distintas intensidades al trabajar las posiciones de la cabeza o en bajo vientre, especialmente en el Chakra sexual. Estas pueden ir desde un simple deseo y erecciones hasta orgasmos involuntarios y otras fuertes manifestaciones. Obedecen principalmente a la liberación de la sexualidad reprimida, a emociones y deseos no canalizados constructivamente o simplemente a la fuerza interna de esta actividad humana. Lo ideal es dejar que fluya sin que cause angustia o ansiedad, tanto en el paciente como en el terapeuta.

**SENSACIÓN DE EXCESIVA ENERGÍA:** Estado de hiper-energétización. Son poco frecuentes en los tratamientos Reiki, aunque sí en las iniciaciones. En estos casos lo ideal es saber que tiene una duración aproximada a las 12 horas, desapareciendo posteriormente.

**NECESIDAD DE TRAGAR SALIVA O QUITAR ALGO QUE MOLESTA EN LA GARGANTA:** Es muy frecuente y está relacionada con emociones bloqueadas, principalmente por incomunicación, miedo, angustia o experiencias dolorosas. Lo ideal es detener el tratamiento normal y dar Reiki al cuello, hasta que desaparezca dicha sensación. Generalmente se presenta al trabajar posiciones de Cabeza, Cuello, Timo-Corazón, Hígado, Plexo Solar, Bajo Vientre, Riñones y Cóccix.

**NECESIDAD DE ORINAR:** Pérdida del control del esfínter de la vejiga. Podemos decir que estos dos estados son uno solo, dependiendo de la fuerza con que se presenten. El deseo de orinar es muy frecuente en casi todas las personas, especialmente al terminar la sesión de Reiki. La pérdida del control y la salida de un poco de orina es un caso más raro y poco frecuente.

**ALTERACIONES EN EL FUNCIONAMIENTO DIGESTIVO:** Son muy frecuentes y de muy variadas formas e intensidades las presentaciones de este estado. Todas son normales y no deben de preocuparnos. Van desde regurgitaciones, ruidos intestinales, flatulencias, deseo de comer o apetito voraz. Todas ellas significan que la energía está trabajando correctamente.

**TOS Y ABUNDANCIA DE MUCOSIDAD NASAL:** Este estado es muy similar al anterior. Significa que la energía está haciendo su labor, desechando aquello que le estorba, en cuales quiera de los planos: físico, psicológico y mental. Cuando esto sucede es recomendable ayudarle al cuerpo tomando líquidos.

**DESEOS DE TOMAR AGUA:** Estado muy frecuente y normal. Medio por el cual el organismo solicita los líquidos que necesita para hacer su labor de depuración o limpieza física y energética.

**PRESENCIA DE LLANTO INVOLUNTARIO:** Es un fenómeno muy frecuente en la terapia de Reiki, especialmente al trabajar el Chakra Timo-Corazón. Varía de un ligero lagrimeo involuntario hasta los prolongados accesos de llanto con profundo dolor. Esta situación generalmente desconcierta tanto al cliente como al terapeuta. Lo más recomendable es dejar a la persona contactar con sus sentimientos y permitir que aflores el llanto sanador del alma. En caso de que se pierda todo control de la situación, lo indicado será poner las manos en Plexo Solar para detener el fluir de las emociones.

**RISA:** Es una acción poco común. Sin embargo se presenta en alguno u otro paciente, especialmente en jóvenes. Es una descarga muy fuerte de las emociones que se encuentran reprimidas en las personas, siendo muy similar la situación del llanto.

**FUERTE SUDORACIÓN:** Es muy raro el caso de que se presenten bochornos, sudoración fría a la temperatura normal del cuerpo. En algunas ocasiones aparece acompañado de un fuerte olor poco común. En cualquier caso significa que el cuerpo está depurando algunas sustancias que no considera adecuadas en su interior. Siempre desaparece durante la misma sesión de Reiki.

**CAMBIOS EN LAPRESIÓN ARTERIAL:** Una característica de esta técnica curativa es el equilibrio. Por ello, automáticamente promueve que la presión alta a bajar y la baja al subir durante la sesión de Reiki. Posteriormente y después de varias sesiones, tiende a equilibrar en forma permanente la

presión de la sangre. Es muy conveniente saber cuáles son los parámetros en que podemos considerar normal nuestra presión arterial.

**VISIÓN BORROSA:** Es poco frecuente pero sucede que tiempo después de una sesión, la persona que recibió el tratamiento, descubra que le cuesta un poco enfocar la visión. Especialmente a corta distancia. Esto es normal y no debe causar alarma, ya que su duración es de algunos minutos.

**VISIÓN MUY BRILLANTE Y EN TONALIDADES VIBRANTES:** Es una percepción común y agradable que se presenta algunas veces en la terapia Reiki. Es mucho más perceptible después de las iniciaciones, puede durar hasta una hora y media.

**LIBERACIÓN INVOLUNTARIA DE LA ENERGÍA CORPORAL:** Esta es una experiencia poco común, sin embargo debemos tomarla en cuenta ya que cuando se presenta puede causar angustia al paciente y al terapeuta por no saber como comportarse o encausarla. Las manifestaciones pueden ser a través de gritos, enojo, expresiones fuertes. En estos casos lo mejor es conservar la calma y dejar que las cosas fluyan por su propio cauce.

**SENSACIÓN DE ESTANCIA EN EL VIENTRE MATERNO O DE RENACER:** Algunas veces se presenta esta vivencia. Significa que de alguna forma la energía Reiki está trabajando en la sanación de tales experiencias, que pudieron ser dolorosas o bien que dejaron secuelas o procesos no resueltos en el inconsciente. El renacer en forma terapéutica nos ayuda a sentirnos plenos y con derecho a estar presente en esta vida.

**RECEPCIÓN DE IMÁGENES MENTALES:** Escenas de la vida, colores, luz, figuras. Esta es una de las sensaciones más atractivas de Reiki. El cerebro, al estar trabajando nuestras vivencias en combinación con la información de los cuerpos sutiles, produce un fenómeno de imágenes en pantalla. Estas pueden ser variadas y se pueden catalogar en grandes temas : colores sin forma, que se relacionan a la actividad curativa de la energía; figuras correspondientes al plano astral, las cuales tienen significado conforme a la energía de la persona; escenas del inconsciente.

**SUEÑO PROFUNDO CON MOVIMIENTO OCULAR:** Es sumamente frecuente que se presente este estado, acompañado de relajación total. Significa que el inconsciente está trabajando en nuestros sueños, sanando experiencias de vida que han quedado abiertas y sin procesar. Lo ideal en estos casos es dejar dormir a la persona durante el tiempo de la terapia. Posteriormente es conveniente despertarlo poco a poco, que vaya tomando conciencia de sí mismo, aquí y ahora.

**ENTRADA DE SUEÑO O ESTADO DE MEDITACIÓN PROFUNDA:** A este sueño de le llama también estado hipnótico. Se caracteriza por que la persona se duerme, frecuentemente con la boca y los ojos abiertos, con rigidez corporal y además realiza una serie de movimientos corporales y faciales muy libres, semejantes a un ave en vuelo, bailes, auto masaje, etc. Ello se debe a sanaciones sumamente profundas del inconsciente, o de karmas. En algunas ocasiones manifiestan que en dicho estado, tuvieron desprendimiento de su propio cuerpo, llegando a experiencias tales como presenciar la terapia fuera de su cuerpo, o bien haber viajado a otros sitios o lugares distantes.

Cuando esto sucede es conveniente que el paciente hable de su experiencia y se dé el tiempo suficiente para volver al aquí y ahora, esperar a que tome conciencia total de sí mismo, antes de salir caminando, o conducir el vehículo especialmente para evitar accidentes o que regresen momentos después al sitio de la terapia Reiki, sin saber a donde tienen que ir o que hacer.

**NECESIDAD PROFUNDA DE ESTAR CONSIGO MISMO Y EN SOLEDAD:** Esta es una reacción muy frecuente dentro de la terapia Reiki, debido a que nos lleva a tomar una conciencia personal a la vez de confrontarnos en forma integral. Es conveniente darnos la oportunidad y el tiempo necesario de contactar, sentir y vivir nuestra propia historia y los efectos de las circunstancias que nos rodean y afectan.

**SENSACIÓN DE PRESENCIA O DOLOR EN ÓRGANOS EXTIRPADOS O MIEMBROS AMPUTADOS:** Es sumamente frecuente que esto acontezca. Lo ideal es dar Reiki aunque dicha parte del cuerpo no exista físicamente. De esta manera se sanan las heridas energéticas que causa la cirugía.

**REAPARICIÓN DE SÍNTOMAS LIGEROS DE ENFERMEDADES CRÓNICAS O DEL PASADO:** Como la terapia Reiki tiene la característica de sacar todo aquello que afecta al organismo para dejarlo libre de bloqueos o ataduras, algunas veces trabaja liberando efectos que han quedado desde tiempo atrás. Estas molestias duran aproximadamente 72 horas, en las cuales es conveniente descansar, tomar líquidos, cubrirse del frío y dormir.

También puede ocurrir que la persona no sienta nada a nivel físico, lo que no significa que la energía no esté haciendo su trabajo.

Aun después de varias horas, Reiki continua trabajando equilibrando el circuito energético del paciente y sanando las heridas profundas el alma.