

# REIKI

QUÉ ES Y CÓMO FUNCIONA



Anna Diez

UBe

# REIKI

QUÉ ES Y CÓMO FUNCIONA

Anna Díez

**Publicacions i Edicions**



UNIVERSITAT DE BARCELONA



# índice

Introducción . . . . .	13
1. Reiki: el ideograma y los significados del Ki . . . . .	17
2. Los cinco principios del Reiki . . . . .	27
3. Historia del Reiki . . . . .	29
4. La enseñanza del Reiki . . . . .	45
5. Las iniciaciones. . . . .	53
6. La Tierra y las radiaciones electromagnéticas . . . . .	59
7. Bases científicas del Reiki . . . . .	75
8. Los tres cuerpos . . . . .	85
9. La circulación del <i>Ki</i> : los meridianos . . . . .	89
10. La circulación del <i>Ki</i> : los chacras . . . . .	103
11. Equilibrio de los chacras . . . . .	109
12. Autotratamiento. . . . .	113
13. Tratamiento a otras personas . . . . .	125
14. Los símbolos del Reiki . . . . .	135
15. Principios del Feng Shui . . . . .	143

# introducción

## ¿Qué es Reiki?

- El Reiki es una técnica paramédica, cuyo origen se pierde en el tiempo. Redescubierto en Japón a finales del siglo XIX por el doctor Mikao Usui, el Reiki llegó a Europa hacia 1990.
- El Reiki se utiliza como complemento de la medicina alopática oficial y como terapia preventiva. Los resultados positivos obtenidos hacen que se desarrolle de forma vertiginosa.
- Aconsejable a todas las edades, el Reiki es una terapia suave que se vive como una sesión de relajación que dura entre 20 y 45 minutos. Un masaje casi sin contacto con el cuerpo, efectivo a través de la ropa.
- El Reiki combina el magnetismo (mesmerismo) con el uso de unos símbolos o gestos especiales que ayudan a transmitir mejor la energía universal.
- El resultado es el reequilibrio y la armonización energética del cuerpo, que se traduce en el desbloqueo de tensiones, tanto físicas como emocionales, mentales y espirituales.
- Totalmente seguro, el Reiki es compatible con cualquier otro tratamiento médico.
- Algunas aplicaciones concretas son: dolores musculares y óseos, pesadez de piernas, dolores menstruales, dolores de espalda, malas digestiones, cálculos biliares, cefaleas, disgustos, tristeza, angustia, impaciencia, irritabilidad, recuperación funcional postraumática, acomodación fetal, fases terminales de enfermedades...

---

## Escuelas y líneas

A quien comienza a tratarse con Reiki o a impartirlo de forma terapéutica o docente, suelen preguntarle qué línea de Reiki utiliza y qué linaje tiene. Tal como veremos en la historia del Reiki, y considerando que nos encontramos en este entorno occidental tan competitivo y exclusivista, será preciso tener una respuesta. No obstante, cuando analicemos qué significa el ideograma Reiki y sepamos cómo Usui Sensei llamó a su Reiki, nos daremos cuenta de que la energía universal es una y no pertenece a nadie en especial, ya que la tenemos todos los seres y cosas vivas que podamos imaginar. Es la energía vital, de creación. Desde mi punto de vista, querer ponerle etiquetas y “enmarcarla” para dar más prestigio a unas personas que a otras, es totalmente ficticio y no tiene sentido.

A pesar de lo dicho, es importante tener en cuenta a todas las personas que han propagado el Reiki, un instrumento para curar extremadamente valioso y que corremos el riesgo de volver a perder, debido a su carácter paramédico. Por lo tanto, estas personas merecen todo mi respeto, sea cual sea la manera que hayan escogido de propagar el Reiki. Es más, cuando se considera el entorno en el que algunas de estas personas han conseguido hacer que viva y sobreviva el Reiki, queda claro que probablemente era la única manera, la más adecuada.

Por suerte, estamos en un tiempo de expansión, en el que el ser humano comienza a entender un poco más el mundo que lo rodea y somos muchos los que sentimos esta curiosidad, que nos hace estudiar e ir a buscar estos conocimientos que nos han puesto a nuestro alcance. Hasta ahora, era preciso ser prudente porque el entendimiento humano era limitado; ahora también es limitado, pero quizá se está ampliando un poco y podemos comunicar libremente los puntos de vista. Son tiempos de expansión de la conciencia, y tal como sucede con todos los grandes adelantos, somos muchos los que estamos descubriendo el Reiki de forma simultánea.

Por este motivo, intentaré presentar lo que se conoce sobre el Reiki en Occidente, lo que se ha preservado en Oriente y lo que Frank Arjava Petter y sus colaboradores han investigado para iluminarnos. Además, daré mi punto de vista personal, adquirido a través de los conocimientos

---

que me han aportado mis maestros, mi trabajo y el intercambio de impresiones con otros compañeros del camino de la investigación del Reiki. Curiosamente, también he aprendido mucho de personas que no han estudiado Reiki pero que están atentas a su entorno: familiares, conocidos y compañeros de mi trabajo diario como docente e investigadora en química terapéutica, según los cánones occidentales enseñados en Cataluña.

Hay diferentes líneas de Reiki. Cuando Usui canalizó la nueva forma de sanar, el término *Reiki* ya existía en Japón desde hacía mucho tiempo. A su línea la llamó *Usui Reiki Ryoho*, que quiere decir “curación Reiki de Usui”, para dejar claro que su método era diferente de los otros que utilizaban el Reiki. Han existido canalizaciones de otros métodos de curación con Reiki, con efectos y vibraciones diferentes, lo que confirma que existe toda una serie de métodos de curación a los que podemos llamar Reiki.

## Definición

**Teniendo en cuenta lo anterior, ¿cómo se diferencia un método Reiki del que no lo es?** Según William Lee Rand,<sup>1</sup> si se analiza el Reiki que se dio a Usui Sensei, encontramos cuatro cualidades únicas que identifican las curaciones que se denominan propiamente Reiki, y si una técnica de curación tiene estas cuatro cualidades, se puede considerar una técnica de Reiki.

1. La habilidad de transmitir el Reiki proviene de una sintonización o “iniciación”, más que del desarrollo de la habilidad con el tiempo, a través del uso de la meditación u otros ejercicios.

---

1. LEE RAND, William. “A Definition of Reiki”. EN: LÜBECK, W.; ARJAVA PETTER, F.; LEE RAND, W. *The Spirit of Reiki: a Complete Handbook of the Reiki System*. Twin Lakes (Estados Unidos): Lotus Press; Shangri-La, 2001.

- 
2. Todos los métodos de Reiki parten de un linaje: se entiende que la técnica ha ido pasando del maestro al estudiante a través de las sintonizaciones, comenzando por el primero que canalizó la técnica.
  3. El Reiki no requiere que se guíe la energía con la mente, ya que es guiada por un poder superior que sabe qué vibración o qué combinación de vibraciones hay que hacer y cómo actuar.
  4. El Reiki no puede hacer daño nunca.

Es preciso analizar estas informaciones con detenimiento, ya que, si Reiki significa la energía universal –divina– que cura la tierra y los tres cuerpos, ¿cómo podemos limitar una técnica de Reiki a un linaje? ¿No hace Reiki todo sanador que utiliza la energía universal?

Personalmente prefiero diferenciar entre técnicas de curación que utilizan la energía del mismo sanador y técnicas en las que éste actúa como canal energético en el campo magnético terrestre (como un conductor eléctrico). En el segundo caso, el sanador tan solo desvía parte de esta energía a través de los chacras de las palmas de las manos (y otros chacras) en su camino desde el cosmos hacia la tierra. En este caso, el sanador no se consume, no se desgasta y no somatiza las enfermedades del paciente, sino que se vigoriza por el solo hecho de canalizar la energía. Él también recibe los beneficios.

**Nota:** Cabe recordar la importancia de tener contacto directo con la tierra, para dejar salir el exceso energético y que haya un buen intercambio de energía *Yin-Yang*. En caso contrario, el sanador puede notar que después del tratamiento se encuentra mal, ya que, aun canalizando el Reiki, se carga con excesiva energía *Yang*.

# REIKI: EL IDEOGRAMA Y LOS SIGNIFICADOS DEL KI

## capítulo 1



---

Para comprender mejor lo que es el Reiki, me ha resultado muy útil estudiar el ideograma explicado por Walter Lübeck en el libro *The Spirit of Reiki*.<sup>2</sup>

Los ideogramas japoneses se desarrollaron a partir de los chinos. Durante siglos, China tuvo una función de modelo para Japón en muchos aspectos religiosos y culturales. No obstante, en la antigüedad, Japón también absorbía influencias de otras culturas y las adaptaba para darles cualidades propias.

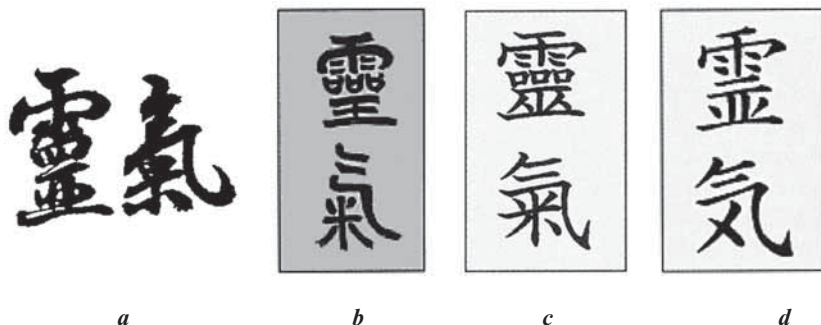
En chino, el Reiki japonés se llamaba Ling Qi. La primera vez que se vio escrito fue en un tratado del filósofo confuciano Mencius (Mong Dsi), que data, aproximadamente, del año 300 a.C. En este tratado, el autor opinaba que en los monasterios se hacían demasiadas meditaciones con el objetivo de adquirir ventajas mundanas, mientras que se descuidaba el aspecto significativo de verdad y el trabajo para la apertura personal hacia lo divino, utilizando el Ling Qi. Parece, pues, que en todas las épocas han existido estos problemas.

Actualmente se utilizan dos escrituras japonesas: la antigua y la moderna. La escritura antigua, aunque no es la más remota, permite realizar una búsqueda de su significado, puesto que muestra los componentes individuales que le dan sentido. El análisis de estos componentes permite entender un poco mejor el significado del Reiki.

La escritura moderna deriva de la modificación de la antigua, según las normas de una reforma ortográfica. Con esta reforma, no se conservan las formas originales, lo que impide la búsqueda del significado real del ideograma. En particular, el ideograma REI, que significa “espiritualidad”, no se puede entender claramente. Ortográficamente, es la forma correcta, pero contiene pocos elementos que se puedan explicar.

---

2. LÜBECK, W. “The meaning of the Reiki Character”. En: LÜBECK, W.; ARIAVA PETTER, F.; LEE RAND, W. *The Spirit of Reiki*. Twin Lakes (Estados Unidos): Lotus Press, 2001, cap. 6, págs. 43-51.



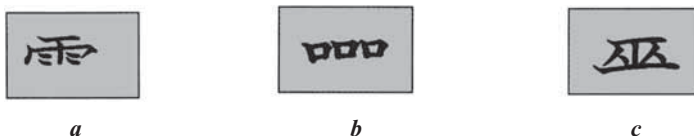
**Figura 1.** *a.* Escritura más antigua, pintada. *b.* Escritura más antigua, manuscrita. *c.* Escritura antigua aceptada actualmente. *d.* Escritura moderna.

## 1. El símbolo REI-KI

La palabra está formada uniendo dos conceptos diferentes, el *Rei* y el *Ki*. *Rei* significa “espiritualidad” y *Ki* representa la energía vital que circula en todos los seres vivos.

Como ya se ha dicho, para entender los ideogramas es preciso dividirlos en sus componentes individuales. Es importante ver cómo están trazados y el significado histórico de estos componentes.

### 1.1. *REI*



**Figura 2.** Escritura más antigua de *Rei*.

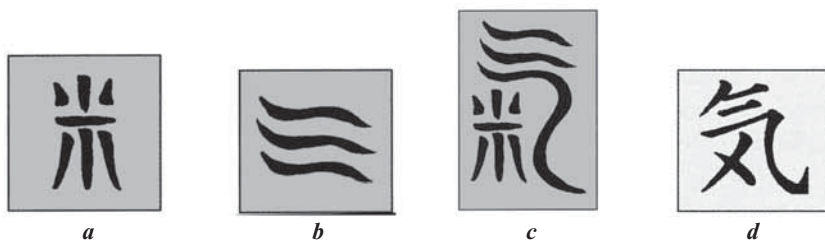
---

El símbolo *Rei* se escribe en la forma antigua combinando los tres caracteres de la figura 2. La parte superior (figura 2a) significa “lluvia”, la parte central (figura 2b) representa tres bocas abiertas y la parte inferior (figura 2c) quiere decir “brujo o chamán”. La interpretación que se da a esto es que el chamán alinea las tres partes de su ser: el cuerpo físico (niño interior), la mente (el yo consciente) y el espíritu (el yo superior), para un objetivo común: la lluvia. Literalmente, *Rei* se puede traducir como “el que hace llover”.

Sin embargo, la lluvia se interpreta como el efecto de lo divino sobre el campo espiritual personal del ser humano. Por lo tanto, la acción del chamán descrita en el ideograma requiere el poder del amor, que se apoya en la verdad, la belleza, la amabilidad, así como la percepción de las partes individuales del yo personal. También incluye el deseo de mejorar nuestra situación y la de las personas que nos rodean.

En la escritura moderna, prácticamente se han perdido dos de estos tres caracteres.

## 1.2. *Ki*



**Figura 3.** Escritura antigua de *Ki*.

El carácter superior del símbolo *Ki* en la forma más antigua, quiere decir “nubes” (figura 3a). Las nubes se interpretan como agua que ha sido transformada en vapor y se eleva hacia el cielo. Significa “la transformación de la materia en espíritu”.

---

Más tarde se añadió el carácter de la figura 3b, que quiere decir "arroz". Desde muy antiguo, el arroz es uno de los alimentos esenciales de China y expresa la cualidad del Qi, que nutre el cuerpo, la mente y el espíritu.

Así pues, el ideograma de la figura 3c, que es el más antiguo para Ki (el de mayor influencia china), significa "la transformación espiritual que nutre el cuerpo, la mente y el espíritu". Existen otras versiones adicionales en la China antigua que se emplean raramente.

La caligrafía moderna de *Ki* (figura 3d) también tiene un papel importante en otras formas de trabajo de energía sutil, meditación y medicina. El término *Ki* se utiliza en centenares de palabras japonesas modernas. Incluso existe un léxico que sólo incluye las palabras que contienen la expresión *Ki*. Entre otras cosas, los japoneses entienden por *Ki*: espíritu, alma, corazón, intención, humor, temperamento, atmósfera (ambiente de los lugares, de los cuadros, de las personas, de los juegos).

### 1.3. Más sobre el significado del Ki

Un escrito chino clásico, titulado *Lei-zi* ('Lia Dsi'), del período de los Reinos Combatientes (475-221 a.C.), dice: "... El que es espiritual pertenece al cielo. El que es físico, es parte de la tierra. El que pertenece al cielo es puro y fluido. El que pertenece a la tierra es turbio y pegajoso. Cuando el espíritu deja la forma, ambos vuelven a su estado natural".<sup>3</sup>

La figura 3a, que simboliza el vapor como el de una nube, se utiliza para el *Ki* con diversas variantes. Significa alguna cosa básicamente espiritual y energéticamente abstracta que está separada del nivel material o que se envía en forma de vapor y sube al cielo, hacia la forma creativa. Las nubes se convierten en lluvia, que vuelve de esta manera a alimentar la tierra, el reino material.

---

3. Citado en CHONG-SOK CHOE's, "Qi, ein religiöses Urwort in China" ("Qi, A Religious Primal Word in China"), Peter Lang Europäischer Verlag der Wissenschaften.

---

Por este motivo, la figura 3a también se interpreta como “rezar” (tanto en el sentido de “rezar” como de “pedir”).

Hay dos interpretaciones válidas de este término complejo:

- Como una energía, una fuerza solar, cálida, de calidad estética y nutritiva, que sale de la materia y que sube al cielo (hacia la divinidad).
- Como una gran cantidad de energía que, sumada a la materia, refuerza los componentes espirituales y divinos que contiene. Este principio se aplica en el yoga taoísta, el tantra indio, la alquimia oriental y occidental y siempre en el Reiki.

#### 1.4. REIKI

Si se combina el *Rei*, la espiritualidad, con el *Ki*, la energía abstracta, traducido literalmente, *Reiki* significa “espíritu que no está definido de forma cualitativa” o, incluso, “energía espiritual”. Si sumamos las interpretaciones más antiguas que se encuentran en el *Ling* chino, el significado real se puede traducir como “el significado secreto” o bien, “la fuerza escondida”.

El término se utilizó en la China antigua en áreas del budismo tántrico y en círculos taoístas, siempre en el contexto de la meditación y el trabajo energético.

## 2. El sistema japonés para describir las energías de la vida

*Ki* es como se denomina en japonés la Energía Vital, la fuerza impulsora de todas las cosas, la fuerza de la vida. En China se llama *Chi* o *Qi*. En la India es conocida como *Prahna*; los Kaunas la llaman *Mana*; los hebreos, *Ruach*; *Baracca*, los sufíes; *Ka*, los egipcios; y para los cristianos es el Espíritu Santo. Se considera que está formado por dos corrientes: el *Yin* y el *Yang*.

---

Existen muchas maneras de trabajar el *Ki*. Algunas buscan el bienestar mediante la curación y el equilibrio. Otras utilizan el *Ki* para atacar a los adversarios y para la defensa personal (artes marciales).

Hay escritos antiguos, sobre todo orientales, que intentan explicar el *Ki*. La clasificación japonesa está inspirada en el principio chino de los cinco elementos.<sup>4</sup>

De manera general, estos tratados consideran que la Energía Vital se puede clasificar o subdividir en varias energías de calidad diferente, pero que actúan de forma coordinada. Así, las energías de la vida tienen ciertas características que se pueden observar cuando interactúan sinérgicamente. Esto incluye la generación simultánea de algunos campos electromagnéticos, la peculiaridad de hacer funcionar de forma independiente sistemas orgánicos y la capacidad de actuar contra la entropía (desorden hacia el que se tiende de manera natural). Esta coordinación u “organización” también implica que haya varias maneras de permitir la reproducción de una combinación determinada de estos sistemas diferentes para una finalidad concreta.

El *Ki* circula por el cuerpo humano en forma de varias cualidades que se ayudan mutuamente:

1. *Kekki*
2. *Shioke*
3. *Mizuke*
4. *Kuki*
5. *Denki*
6. *Jiki*
7. *Reiki*

---

4. Para un estudio comentado, véase LÜBECK, W. “A Japanese system for Describing the Life Energies”. En: LÜBECK, W.; ARJAVA PETTER, F.; LEE RAND, W. *The Spirit of Reiki*. Twin Lakes (Estados Unidos): Lotus Press, 2001, cap. 7, págs. 52-60.

---

La energía llamada *Kekki* es la más potente pero la que tiene menos capacidad de organizar. El Reiki tiene la mayor capacidad de organizar el flujo energético del cuerpo y la mente, pero es prácticamente incapaz de actuar de forma directa. Es, por lo tanto, como un programa de control, que se asegura de que cada cosa que necesita el sistema humano se haga con las fuerzas correctas, con la proporción adecuada y en el momento apropiado: al ritmo más adecuado y de la manera que tenga más sentido. El resto de energías, de 2 a 6, ejercen diversas funciones en la interrelación que tienen entre sí. Estas fuerzas no están limitadas a cada chacra o a cada órgano, sino que se encuentran en todos los órganos. No obstante, la proporción es más grande en los órganos y las zonas que se les parecen más.

La palabra *Reiki* se puede traducir como “fuerza espiritual”. Esta cualidad de energía vital es la que en el mundo material se parece más a la fuerza creativa. Alinea o “afina” (armoniza) las tres personalidades parciales arquetípicas (niño interior, el yo consciente y el yo superior) o “tres cuerpos” (físico, mental y espiritual), de manera que los tres estén conectados en un solo sistema, en lugar de estar separados a causa de sus características diferentes.

Las características del Reiki son:

- conecta sin atar
- estimula sin sobreexcitar
- separa sin aislar
- calma sin causar rigidez
- enfoca nuestra atención hacia la vida y la compasión
- crea claridad sin dejar de estar involucrado
- despierta y ayuda en el desarrollo de todo tipo de potenciales

Cuando lo dejamos actuar en nosotros, primero nos limpia y clarifica, como una condición previa para los procesos adicionales. Sin embargo, si queremos sobrepasar el estadio de la limpieza y desarrollarnos hacia el espíritu, hay que evitar el autoenvenenamiento. Para ello, además de

---

practicar la autosanación Reiki a fin de mantener la limpieza, hemos de *decidir* vivir de una manera diferente, más sana, más espiritual y más personal. El Reiki no puede hacer este acto de voluntad, ni tampoco le está permitido hacerlo. El “libre albedrío” es un regalo de las fuerzas divinas. Controlar esta libertad es una tarea sagrada, tal como lo es aprender a utilizarla de una manera positiva, que sea útil en términos de creación completa.

El *Ki* divino, desde donde se crean las cosas y adonde vuelven, se denomina *Shinki*. El *Shinki* trabaja fuera del cuerpo físico, por encima del séptimo chacra. El Reiki permite construir un puente de contacto entre los dos mundos: el material de individualismo y el mental de unidad. Esta función mantiene el flujo de equilibrio entre las corrientes del *Yin* y el *Yang*.

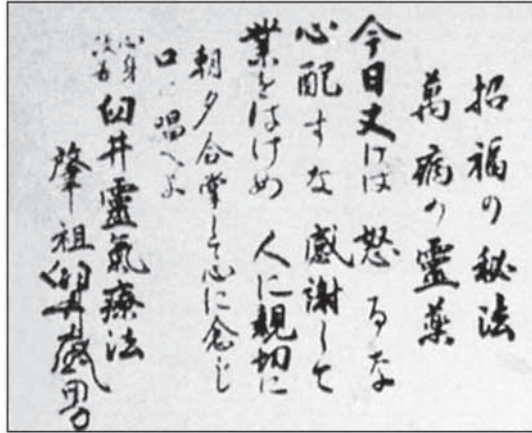
Tal como he comentado al inicio de este capítulo, el análisis de estos estudios antiguos demuestra que, desde tiempos remotos, el concepto de las diferentes cualidades de energía era intuitivo por los sabios y por las personas atentas al entorno natural. Así pues, resulta curioso el paralelismo entre las siete clases del *Ki* y las siete radiaciones electromagnéticas del espectro del visible (véase el capítulo “La Tierra y las radiaciones electromagnéticas”). También los sabios de la antigüedad dejan abierta la presencia de otras formas de *Ki* o en el *Ki* divino y universal.

Asimismo, es muy relevante la asociación de cada *Ki* con cada órgano (y cada chacra) del cuerpo, y el hecho de que no sólo funcione una clase de *Ki* en aquel órgano, sino que sea su componente principal.



# LOS CINCO PRINCIPIOS DEL REIKI

## capítulo 2



Los cinco principios escritos por la mano de Usui Sensei

### SÓLO POR HOY

- No me dejaré dominar por la ira
- No me preocuparé
- Agradeceré todo lo que tengo
- Trabajaré honestamente
- Seré respetuoso con los otros