

- Medio: Bioeco Actual
- Fecha: 01-03-2022
- Título: El Reiki
- Autor: Roberto San Antonio-Abad, president i responsable de Formació de COFENAT
- Cita: COFENAT
- Experto: Roberto San Antonio-Abad, president i responsable de Formació de COFENAT
- Foto:

MARÇ 2022 - NÚM 100

Cada dia l'actualitat ecològica a:
www.bioecoactual.com

Roberto San Antonio-Abad
President i responsable de Formació de COFENAT

ESPAI PATROCINAT PER COFENAT | www.cofenat.es
Associació Nacional de Professionals i Autònoms de les Teràpies Naturals

BIOECO ACTUAL 27

TERÀPIES NATURALS

El Reiki

Reiki és una paraula japonesa composta per "Rei", que significa "universal" i "Ki", que és "vida". Juntes signifiquen "força de vida universal." El Reiki és una disciplina dins del ventall de les Teràpies Naturals creada el 1922 al Japó pel mestre Mikao Usui. El seu principi està basat en el fet que, mitjançant una sèrie de tècniques, pots transmetre energia vital amb l'objectiu d'aconseguir equilibrar i harmonitzar l'energia del cos humà. Això, que sona tan esotèric, ha fet que els "científistes" posin el crit al cel titllant el Reiki de disciplina enganyosa «com a mínim», ja que no és possible mesurar aquesta energia. Fins i tot han realitzat experiments tan absurds com el de posar diferents terapeutes amb els ulls embenats davant d'una altra persona i intentar endevinar mitjançant l'energia si la persona que estava al davant sostenia una moneda amb la cara cap amunt o amb la creu.

Aquesta teràpia ajuda principalment a calmar la persona reduint els nivells d'estrès, alleugerint les tensions musculars i reduint el dolor en general.

Durant molts anys ha estat present a nombrosos hospitals espanyols, practicat per personal sanitari (normalment per infermeres) o bé per voluntaris (personal format en Reiki, però no sanitaris). En el seu moment de més auge passava una situació molt curiosa: els practicants sanitaris del Reiki deien que aquesta tècnica només era efectiva si la practica personal sanitari. Una cosa totalment falsa, degut principalment, que tots aquells sanitaris formats per realitzar Reiki ho han estudiat amb personal no sanitari, ja que a la universitat no s'estudia aquesta disciplina. Si és efectiu o no depèn que la persona que el practiqui estigui formada adequadament o no.

Si és efectiu o no depèn que la persona que el practiqui estigui formada adequadament o no

El Reiki és una teràpia "complementària" segura i suau que activa el sistema nerviós parasimpàtic per curar el cos i la ment

ticipants. De 13 estudis amb aquestes característiques, 8 van demostrar que el Reiki és més efectiu que el placebo, 4 no van trobar diferències, però tenien un poder de resolució estadística cuestionable, i només un va proporcionar evidència clara que no brindava beneficis. Vistos col·lectivament, aquests estudis tenen uns resultats raonablement esperançadors que demostren que el Reiki és més efectiu que el placebo. Segons la informació actualment disponible, el Reiki és una teràpia "complementària" segura i suau que activa el sistema nerviós parasimpàtic per curar el cos i la ment. Té un gran potencial per a un ús més ampli en el maneig de condicions de salut cròniques i possiblement en la recuperació postoperatoria. I, sens dubte, necessitem continuar investigant els seus efectes, perquè els resultats trobats fins ara són «com a mínim» esperançadors. ■

mada adequadament o no, i no pel fet que sigui sanitari o no ho sigui.

Com ja hem assenyalat, el Reiki es practicava en multitud d'hospitals de tot Espanya i, malgrat rebre un feedback dels pacients favorable i realitzar-se en un entorn controlat per personal sanitari en la majoria de les ocasions, va ser retirat d'aquests centres sanitaris per no tenir prou estudis científics que avalassin el seu ús en hospitals. Tot i això, continuament es duen a terme estudis que assenyalen el contrari.

En un estudi es va fer una revisió de la literatura científica en anglès sobre Reiki, per a estudis que estiguessin revisats per parells i que tinguessin una participació més gran de 20 par-

TERÀPIES NATURALS

Cuidar de tu i dels teus és tenir una de les millors Assegurances de Responsabilitat Civil Professional del mercat

DES DE 50€

AMB COBERTURES DE 1.000.000€ DAVANT QUAISEVOL IMPREVIST

La teva seguretat és el nostre objectiu Informa't ☎ 913 142 458 - cofenat.es

AEENOR **Cofenat**
Som Professionals. Som COFENAT

- Link:
https://issuu.com/bioecoactual/docs/bioecoactual_marc_2022/1?ff&utm_campaign=bio-eco-actual-marzo-2022&utm_medium=email&utm_source=acumbamail