

REIKI

con Elisabet Garcia

El Reiki es una terapia holística que actúa a todos los niveles, físico, emocional, mental y espiritual. Con Reiki podemos liberar tensiones, mejorar el sistema inmunológico, desintoxicar, equilibrar, ampliar nuestra energía, ayudar a restaurar los músculos, los nervios, el esqueleto... es decir ayuda a restablecer el orden de nuestro cuerpo físico.

A nivel emocional ayuda a liberar emociones bloqueadas, proporciona calma y bienestar y equilibra nuestros centros energéticos (chacras) proporcionando equilibrio general. A nivel mental, si nuestras emociones están desbloqueadas y nos sentimos equilibrados, podremos centrar nuestra mente en aquello que en realidad importa y dejar de lado problemas banales que nos entorpecen, por darle demasiada importancia. Espiritualmente nos proporciona paz y un mayor conocimiento de nosotros mismos.

Esto nos lleva a encontrar nuestro ser interior a conectar con nosotros, aumentar nuestra sensibilidad e intuición encontrando así, nuestra propia espiritualidad y expansión de nuestra consciencia. Reiki es la energía vital universal pero también es amor. Amor hacia uno mismo y hacia los demás.



Elisabet Garcia

