

## **Por qué insisto en la religión**

Autor: Pedro A. Gómez Ruzzo

En la mayoría de los talleres que imparto sobre técnicas para apuntar hacia nuestro bienestar, siempre saco a colación la importancia de la religión. Esto a veces crea cierto recelo, en parte porque no son talleres de corte religioso, y mi posición como Maestro Reiki pareciera que me excluyese o prohibiese de las prácticas religiosas comunes.

En los talleres de Reiki es donde hago el mayor énfasis, y esto por el hecho de que además de reikista soy terapeuta, y no me interesa preparar a solo reikistas, sino preparar a personas que, con una técnica adicional como el Reiki, consigan ser más INTEGRALES en su bienestar, alcanzándolo desde diferentes frentes posibles.

Para entender lo que pretendo explicar voy a resumir mas de cuarenta y cinco minutos de mis talleres en algunas pocas líneas, hablando de un esquema de división del Ser Humano donde se plantea que el Hombre está formado por diferentes aspectos (o Cuerpos) y que cada uno se debe atender y cuidar. Estos son los llamados Cuerpos Sutiles (incluyamos al Cuerpo Físico para ser más integrales)

Todos nosotros estamos formados por:

- Cuerpo físico
- Cuerpo mental
- Cuerpo emocional
- Cuerpo energético (etérico y duplo-etérico)
- Cuerpo astral
- Cuerpo kármico y
- Cuerpo espiritual

El porqué de cada uno, sus interacciones, sus correspondencias y su factibilidad de existencia (además de su conveniencia de que así sea) se explica y entiende con relativa facilidad, pero para eso te invito a uno de mis talleres.

El punto es que cada uno de estos cuerpos debe estar funcionando correctamente si queremos estar bien de forma INTEGRAL, en otras palabras si QUEREMOS SER VERDADERAMENTE FELICES, y no felices a de ratito. No es difícil asumir que nadie con un problema emocional pueda ser verdaderamente feliz, ya que esa perturbación va a hacer mella, mas temprano que tarde, en sus otros cuerpos; o alguien con un rencor hacia su Dios pueda mentalmente estar feliz (sinceramente).

Las explicaciones en mis talleres avanzan destacando las formas de mantener cada cuerpo en buen estado, tanto de forma correctiva como preventiva, centrándonos en el Cuerpo Energético para el caso de los talleres de Reiki.

Bajo este esquema pretendo dejar claro la diferencia que hay entre el Reiki y nuestra espiritualidad (o más específicamente nuestra religión). Aun así hago mucho énfasis tratando el aspecto religioso, porque solemos ser expertos alimentándonos, o instruyendo nuestra mente, o hasta viviendo aspectos astrales, pero en el ejercicio religioso...!uh!...no tanto.

Y es por eso por lo que insisto tanto en la importancia de la religión para todo el mundo, no solo para reikistas; pero tal vez mas para nosotros reikistas que pretendemos crecer y evolucionar con técnicas especiales, o mucho más si pretendemos ayudar a sanar a los demás.

Me voy a permitir utilizar “La Ley de la Correspondencia” (para que nos entendamos los más místicos) que indica “*Como es arriba es abajo, y como es abajo es arriba*”, y con esto voy a utilizar algunos aspectos que seguramente si entendemos de nuestro Cuerpo Físico para compararlos con nuestro Cuerpo Espiritual.

<b>Para tu Cuerpo Físico</b>	<b>Para tu Cuerpo Espiritual</b>
Para mantener tu Cuerpo Físico debes <u>consumir alimentos saludables</u> .	Para mantener tu Cuerpo Espiritual debes <u>creer que algo superior a ti (DIOS) existe y debe ser todo-poderoso y todo-amoroso</u> .
<u>Si te alimentas bien</u> , es probable que te <u>mantengas saludable</u> en muchos momentos de tu vida.	<u>Si crees en un Dios</u> , es probable que te <u>mantengas en paz</u> en muchos momentos de tu vida.
Pero cuando algo agrede a tu cuerpo, debes recurrir a <u>alimentación especial, a regímenes alimentarios esforzados, medicamentos, etc.</u>	Pero cuando algo agrede a tu espíritu, debes recurrir a <u>reforzar tu Fe, a oraciones, ayunos, penitencias, etc.</u>
Además <u>del alimento sano</u> , debes permitir que tu Cuerpo Físico mantenga las <u>funciones biológicas correctas que permitan aprovechar los nutrientes</u> .	Además <u>de tu creencia en ese Dios</u> , debes permitir que tu Cuerpo Espiritual mantenga las <u>funciones espirituales correctas que te permitan vivir en paz</u> .
Para asegurar que tu <u>funcionamiento biológico/fisiológico</u> se perfeccione, sea efectivo y eficiente y permita aprovechar todo ese <u>alimento</u> consumido, <u>debes ejercitarte físicamente</u> .	Para asegurar que tu <u>funcionamiento espiritual</u> se perfeccione, sea efectivo y eficiente y permita aprovechar todo ese <u>conocimiento</u> de Dios, <u>debes ejercerte religiosamente</u> .
Hay diferentes niveles de <u>ejercicio físico</u> . Puedes ser <u>un atleta físico</u> (con tus aciertos y deficiencias particulares), o <u>puedes hacer ejercicio sin ser atleta, solo para mantenerte mas sano</u> , pero nunca desde un sillón de tu casa; <u>debes salir a ejercitarte</u> .	Hay diferentes niveles de <u>ejercer la religiosidad</u> . Puedes ser <u>un religioso comprometido</u> (con tus aciertos y deficiencias particulares) o <u>puedes ejercer tu religión sin ser religioso, solo para mantenerte con mayor paz</u> , pero nunca desde el sillón de tu casa; <u>debes vivir tu religiosidad</u> .

<p>Hay pautas claras de cómo ejercitar tu Cuerpo Físico. Muchas te las da tu criterio lógico y otras se siguen porque lo ves de los demás que se ejercitan. Pero hay recomendaciones <u>más formales y profesionales</u> que hay que seguir si quieres que <u>tu ejercicio</u> sea óptimo y provechoso.</p>	<p>Hay pautas claras de cómo ejercitar tu Cuerpo Espiritual. Muchas te las dan tu criterio lógico y otras se siguen porque lo ves de los demás que viven su espiritualidad. Pero hay recomendaciones <u>que te dan las religiones</u> que hay que seguir si quieres que <u>tu vida espiritual</u> sea óptima y provechosa.</p>
<p>Puedes no hacer caso a <u>ninguna recomendación profesional para ejercitarte físicamente</u>, pero corres el riesgo de estar haciéndolo mal y hasta de lesionarte fuerte o irremediamente.</p>	<p>Pues no hacer caso a <u>ninguna religión para vivir tu vida espiritual</u>, pero corres el riesgo de estar viviéndola mal y hasta de lesionarte fuerte o irremediamente.</p>
<p>Quando <u>haces ejercicio físico</u>, a lo mejor no entiendes cuales son <u>los efectos biológicos/fisiológicos</u> que avalan cada recomendación, pero puedes estar seguro que cada cosa tiene su sustento real para los entendidos. Tu no necesitas saberlo para aprovechar sus beneficios y es posible que requieras una preparación de años para comprenderlo.</p>	<p>Quando <u>vives tu religión</u>, a lo mejor no entiendes cuales son <u>los efectos místicos/espirituales</u> que avalan cada recomendación, pero puedes estar seguro que cada cosa tiene su sustento real para los entendidos. Tu no necesitas saberlo para aprovechar sus beneficios y es posible que requieras una preparación de años para comprenderlo.</p>
<p>Quando te <u>ejercitas físicamente</u> siguiendo <u>las recomendaciones profesionales</u> te mantendrás sin ninguna duda <u>con mayor salud</u>, que se traduce en un MAYOR BIENESTAR INTEGRAL.</p>	<p>Quando te <u>ejercitas espiritualmente</u> siguiendo <u>las pautas de alguna religión</u> te mantendrás sin ninguna duda <u>con mayor paz</u>, que se traduce en un MAYOR BIENESTAR INTEGRAL.</p>

Todo este ejercicio de comparación entre nuestro Cuerpo Físico y nuestro Cuerpo Espiritual se puede hacer perfectamente con cualquiera de nuestros otros cuerpos.

Para el caso del Reiki, este vendría siendo simplemente el conjunto de “recomendaciones más formales y profesionales” para ejercitar nuestro Cuerpo Energético. Nuevamente repito “¡¡¡el Reiki no tiene nada que ver con nuestra religión!!!”

No es la primera vez que escribo sobre esto, pero siempre espero haber dejado por lo menos ideas en las cuales pensar.

Al igual que insisto por nuestro aspecto religioso, también insisto en la correcta alimentación, en nuestras correctas relaciones emocionales, en nuestra capacitación intelectual y en todo lo demás, ya que debemos apuntar hacia un BIENESTAR INTEGRAL.

Nuestra vida religiosa es una experiencia personal que debemos experimentar por nosotros mismos y vivirla en comunidad. No utilicemos la excusa cómoda e infantil de recalcar los errores de otras personas o de las instituciones para quedarnos en nuestro sillón sin ejercitarnos y oxidándonos espiritualmente.

Que esto vaya a quien tenga que entenderlo.

Namasté

**Pedro A. Gómez Ruzzo.**

Master Reiki Usui-Tibetano, Karuna Ki

Original: Enero, 25 del 2011

msn: pgomez777@hotmail.com

<http://www.reiki.org.ve>

<http://e-reiki.ning.com>

Twitter: @eReiki