

Un taller uneix els beneficis de la meditació, el reiki i la sonoteràpia

Es fa aquest dimarts a la tarda al Teatre de Roses i està dirigit a malalts de càncer i als seus familiars

CRISTINA VILÀ

Els beneficis energètics de la meditació, el reiki i la sonoteràpia s'uneixen en el projecte "Mekiso", una proposta coordinada per la terapeuta Michelle Sánchez, a la qual la Fundació Roses Contra el Càncer ha donat acollida. El primer d'aquests tallers, celebrat el mes de març passat, va ser un gran èxit. Per aquest motiu, aquest dimarts, a 2/4 de 7 de la tarda, es farà una nova sessió al Teatre Municipal de Roses per a la qual ja s'han inscrit una quarantena de persones. Està previst que aquestes sessions es repeteixin mensualment.

"Vam pensar que podíem unir les tres tècniques per crear un cercle i que la gent rebés les energies generades", explica Sánchez, que assegura que els participants "no esperaven sentir l'energia, venien més per curiositat, però van veure que els permetia relaxar-se". La sessió uneix els coneixements de Sánchez, dins el camp de la meditació, Edgar Tarrés dins de la sonoteràpia amb bols tibetans i, finalment, Amàlia Domínguez, Loli Calderón, Kathy Villamarín i Mònica, que s'encarreguen del reiki.

Que el nombre de participants –cal inscriure's prèviament a la seu de la Fundació– sigui alt, no és un handicap. "En el món de les energies, la quantitat no importa", explica Sánchez, que afirma que, actualment, les persones viuen el dia a dia amb molt d'estrès i angoixa. "La persona emmalalteix perquè hi ha moltes resistències dins seu; després d'una sessió se senten més relaxats, més en pau, perquè és la nostra essència natural, hem de reconnectar", afirma convençuda.

Font del document:

http://www.emporda.info/salut/2016/04/26/taller-uneix-beneficis-meditacio-reiki/311965.html?utm_source=rss