Boletín voluntariado
Nº1
Primer semestre 2017

ASR AL SERVICIO

Haz voluntariado: embellece (por fuera y por dentro). Página 2

"El Aula de las Lunas" NUMEN Página 3

Nuestro voluntariado en el Hospital Materno Infantil "La Paz". Página 5

ASR en colaboración con la Asociación Lupus Málaga (ALMA) Página 9

¿Por qué ser voluntario? Página 11

Maratón Reiki solidario pro Asociación Q-22 Página 12

Resumen de 5 meses de Maratón en el Centro Municipal Ramiro de Maeztu (Leganés) Página 14

Acciones voluntarias dirigidas a distintas asociaciones en Sevilla y provincia Página 16

Corrección de textos
Mila López
Pilar Hernández

Coordinación y maquetación
Goyi Duque

Haz voluntariado: embellece (por fuera y por dentro).

El 2017 he decidido que sea el año de sentir más y pensar menos.

A los 53 años descubrí lo que quiero ser y lo que quiero hacer: dedicarme al voluntariado.

Cuando comencé poniendo las manos en niños y papás, sentí que con el tiempo es como si me “estuviera enganchando”, que me aportaba algo que hacía que quisiera seguir.

Una vez un maestro me dijo que hay diferentes formas de encontrar el “camino”: la meditación, la Naturaleza, el hacer voluntariado, etc. Estoy convencida de que hay endorfinas que se segregan cuando te entregas a los demás, que lo que haces y das hacia afuera, lo estás recibiendo tú; al dar Reiki siempre hay una parte que queda. Con lo que si sumo Reiki + Voluntariado no es 1+1. Creo que es mucho más.

Uno se descubre a sí mismo a través de ser voluntario, se ponen en funcionamiento acciones, sentimientos que sólo se dan aquí, aprendemos de nosotros mismos y de los demás.

La satisfacción de ver las caras de los que están recibiendo Reiki, el saber que les haces mucho bien, es muy gratificante

El voluntariado es el encuentro, cuando emerge el tú en lugar del otro. Gracias al voluntariado he descubierto que uno de los mayores aprendizajes es cuidar-acoger, incluso más allá de mi cansancio.

Dar nuestro tiempo es una manera muy importante de cuidar.

Hay una frase usada entre los que hacemos voluntariado: Recibo más de lo que doy. Me atrevo a añadir que es recibir más de lo que puedo o de lo que imaginaba, porque lo que hago es entregarme y sentir.

Mientras se hace voluntariado uno se siente a gusto consigo mismo, segrega endorfinas el mismo neurotransmisor que produce el enamoramiento, tiene efectos analgésicos y produce bienestar. ¿Te animas a probarlo? Es gratis.

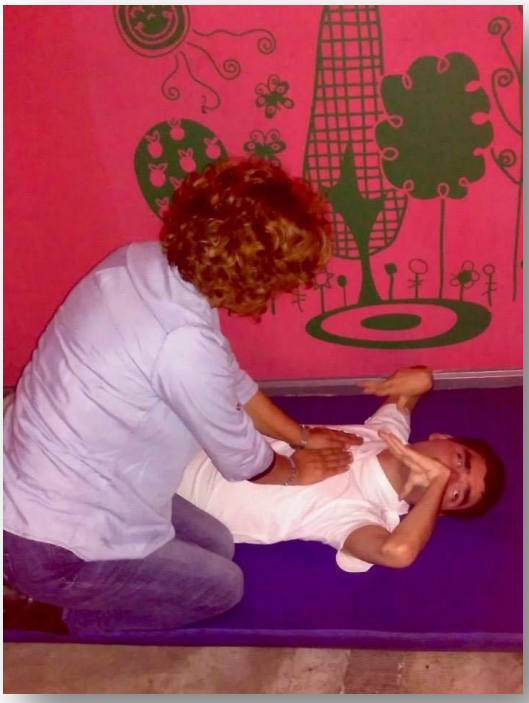
Pilar Hernández Campanero (Madrid)

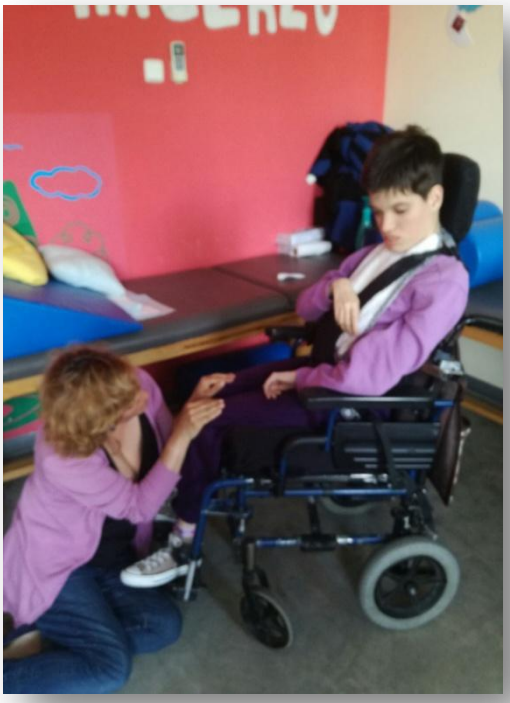
“El Aula de las Lunas”

NUMEN

Fundación NUMEN tiene su sede en el distrito de San Blas. Se encuentra situada en la zona Noreste de Madrid, comunicada por metro (Suanzes, línea 5) y varias líneas de autobuses. Es colindante con uno de los parques más extensos y peculiares de la ciudad, el denominado "Quinta de los Molinos" y a pocos metros de la calle Alcalá.

A través de diversas vías de financiación, tanto públicas como privadas, se ha construido el "Centro Integral de atención a personas con parálisis Cerebral y afines". El Centro Integral consta de un colegio de Educación Especial y Centro de Día.





FUNDACIÓN NUMEN
Atención a personas con parálisis cerebral y otros daños cerebrales afines

Cómo pasa el tiempo. Ya son dos cursos los que llevamos en Numen; entramos de la mano de Pilar Hernández, coordinadora de este voluntariado. Félix fue el primer voluntario ASR en Numen, después nos incorporamos Rosana, yo, y, más recientemente, Nacho. En nombre de todos y cada uno de nosotros, quiero agradecer a todo el personal de Numen el gran respeto, cariño, cercanía y mimo con el que nos tratan. Cuando entramos por sus puertas nos hacen sentir uno más de ellos, uno más de ese gran grupo humano que forman los profesionales de Numen y los miembros de la fundación.

Os invito a participar en esta gran dicha que es compartir un par de horas a la semana con estos ángeles. Si queréis saber más sobre este voluntariado poneos en contacto a través de voluntarios@servicioreiki.org y ellos atenderán vuestras preguntas u os remitirán a la persona que pueda ofreceros información más detallada.

Para que os hagáis una idea de lo que sentimos en esas dos horas compartiendo Amor Incondicional en Numen, Rosana lo describe en el siguiente relato: “El Aula de las Lunas”

.**Goyi Duque Marroyo (Madrid)**

“EL AULA DE LAS LUNAS”

Recuerdo aquella mañana en la que mi Maestra, después de una conversación telefónica, me miró directamente a los ojos y me preguntó:
-Hay un nuevo voluntariado Rosana, ¿quieres participar?

Creo que la emoción que sentí se reflejaba en mi rostro; de mis labios brotó una sonrisa a la vez que pronunciaba un agudo “SÍ”. Me sentí como una niña llena de ilusión.

Por mi mente comenzaron a correr imágenes de ancianos, de gestos y expresiones surcadas por mil arrugas de sabiduría infinita olvidada en el alzhéimer. Esa era mi ilusión. Estar rodeada de esos mayores que tanta paz me aportan siempre. Fue entonces cuando mi Maestra me comunicó que iríamos juntas a un centro de niños con parálisis cerebral. Creo que en ese momento mi expresión cambió. ¿Niños con parálisis cerebral? ¿Qué me iría a encontrar? Me asusté. Puedo decir que hasta casi me entristecí al ver cómo aquella ilusión que yo me había forjado se me escapaba en un suspiro.

En el transcurso de los días fui haciéndome a la idea. Si se nos necesitaba allí, allí estaría. Tal vez más adelante habría alguna oportunidad en algún centro de mayores. Pasaban los días y mi nerviosismo iba en aumento. Tanto como la incertidumbre de a lo que iba a enfrentarme. ¿Estaría preparada? ¿Sentiría repulsión? De una cosa estaba segura: mi Maestra no me soltaría de la mano. Me iba a guiar como un padre a su hijo, como un Maestro a su pupilo. Eso me aportaba la tranquilidad que necesitaba.

Al fin llegó el gran día. Viernes por la mañana. En el viaje de ida los nervios estaban a flor de piel. Llegamos y, tras las presentaciones en dirección, nos dirigimos al aula. No sé exactamente qué esperaba encontrarme. Lo que puedo relatar y dejar constancia es lo que sí me encontré tras abrir aquella puerta del aula de “Las Lunas”. Nos recibieron dos monitores que estaban a cargo de unos “niños de 20 a 30 años”. Mi Maestra ambientó el aula y comenzó a sonar una música envolvente que penetraba en la mente y te guiaba. Fue entonces cuando me dirigí a Tomás, un “niño” que estaba en silla de ruedas. Apenas movía las manos, el resto del cuerpo yacía inerte sobre la silla. Sus ojos se me clavaron como queriendo decir algo. Al poner las manos sobre su cabeza y dejar fluir la energía, sentí una conexión inexplicable entre ambos. Me dejé llevar para descubrir que ese ser impedido de movimiento es un Maestro. Con las manos aún sobre su cabeza comenzaron a brotar lágrimas en mis ojos que a duras penas puede disimular. Contuve la necesidad de arrodillarme ante él; ese gran ser que es de brillante, serena Luz, me estaba dando una solemne lección de humildad. No sé a quién me dirigí después, estaba impactada por todo lo que sentí y sigo sintiendo cada viernes hasta hoy. Los gruñidos de Sara cuando está contenta y canta, sus abrazos dejando caer el peso de su cuerpo sobre el mío. Los tirones de pelo del Gordi cuando me arrodillo junto a él. Alba y Blanca, dos Ángeles a los que nunca consigo distinguir, intercambiándoles sus nombres. Ambas tendidas en sendas colchonetas con sus pieles tan blancas y translucidas, placenteramente dormidas. Patri, la chica a la que la molestaba que la tocasen y ahora observo con placer cómo sonríe cuando siente las manos sobre su piel. Javi, tan tierno, siempre paciente esperando su turno. Y David con sus sonrisas ante una caricia….

Todos y cada uno de ellos me dan tanta felicidad a su manera, que no miento si digo que yo recibo multiplicado por ocho toda la Luz que canaliza a través de mí.

Con este relato de mi vivencia en el voluntariado no he pretendido más que trasmitir que Reiki no se lleva allí donde tú quieres, sino que Reiki te lleva a ti allí donde debes estar.

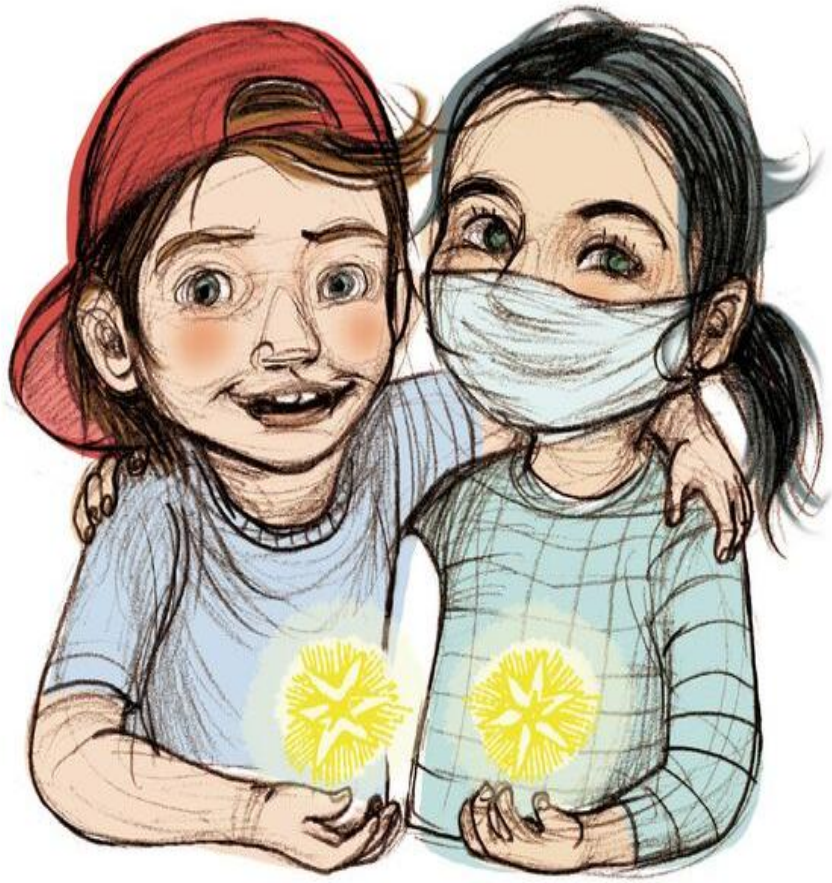
Gasho, Gasho, Gasho, por dejarme vivir y compartir estas experiencias.

Rosana González Raña (Madrid).

Nuestro voluntariado en el Hospital Materno Infantil "La Paz"

Quiero empezar transmitiendo nuestro agradecimiento a Somos NUPA, a su Presidenta Chus Gallego y especialmente a Alba R. Santos, su Coordinadora General, que tanto ha luchado para conseguir que nuestra presencia en Pediatría 1, sea algo normal, esperado y algo más que respetado.

Es primordial entender que ellos, nuestros niños, nuestras niñas y sus familias, son los realmente importantes, los protagonistas estelares de ésta maravillosa aventura.



BREVE EXPLICACIÓN:

El **FALLO INTESTINAL** es la fatal consecuencia de un grupo de enfermedades poco frecuentes que provocan la incapacidad de poder alimentarse suficientemente por vía digestiva.
La **NUTRICIÓN PARENTERA**L es el único tratamiento que permite alimentar a los afectados, a la espera de un posible trasplante o adaptación intestinal. Se administra por vía intravenosa.
El **TRASPLANTE MULTIVISCERAL** (en ocasiones intestinal aislado) es el único tratamiento existente para aquellos pacientes con fallo intestinal en los que la nutrición parenteral no es viable.

Nuestras voluntarias:

Lunes: Conchi, Lola y Silvia
Martes: Chris y Mar
Miércoles: Julia y Susana
Jueves: Alicia y Elena
Viernes: Blanca y Rosa
Coordinadora: Virginia

SUCEDE QUE…
¡¡¡¡¡¡ESTAMOS DE CELEBRACIÓN!!!!

CUMPLIMOS TRES AÑOS DE VOLUNTARIADO

Y es que hay que ver cómo pasa el tiempo, parece que ha sido hace un rato que empezamos ésta andadura.

Siento la necesidad de transmitiros que mi experiencia no puede ser más buena; me siento feliz, contenta y, por qué no decirlo, orgullosa de nuestro continuo trabajo amoroso y entregado. Orgullosa por todos y cada uno de los grupos diarios y por todas y cada una de las voluntarias: de las que llevan desde el principio, de las que se incorporaron después, de quienes estuvieron y por diferentes circunstancias lo dejaron... Orgullosa por haber aprendido en vivo y en directo que si se quiere, se puede; porque ellas quieren y entonces realizan una labor, que no tiene calificativos, ni agradecimientos suficientes…

Virginia Nuñez-Arenas (Madrid)

Reflexiones y experiencias

CHRIS ROBINSON (martes)

Para mí “La Paz” ha sido como un campo de minas –¡nunca se sabe qué está a la vuelta de la esquina!– lleno de gente tan adorable…

Todos tenemos nuestros caminos y aprendizaje en esta vida y algunos más difíciles que otros, pero yo no soy nadie para juzgar otros.

Ver a gente tan buena muriendo de miedo por dentro, de perder a sus hijos antes de que hayan saboreado la vida, me ha hecho reflexionar mucho sobre la muerte, incluso la mía, y apreciar mi entorno día a día. Realmente doy gracias a todo, mi libertad de elegir, de amar, de reír, de llorar y de aprender… sobre todo de aprender.

Si escucho con mi corazón abierto entonces las cosas fluyen. Tengo días mejores y peores, pero siempre tengo la intención de hacer lo mejor que puedo en el momento.

He visto y he sentido muchas cosas en La Paz, pero sobre todo que somos todos lo mismo y que un abrazo grande lo llena todo y las palabras sobran.

Chris Robinson (Madrid)

Julia y Susana (Miércoles)

ALICIA Y ELENA (jueves)

Somos Alicia y Elena y llevamos tres años de voluntariado de Reiki en el Hospital de La Paz de Madrid gracias a NUPA, una asociación creada por unos padres de niños con nutrición parenteral, para ayudarles y guiarles, tanto en los tratamientos como en la asistencia durante su estancia en el Hospital de La Paz, donde llegan desde cualquier lugar de España.

En este tiempo hemos podido compartir con estos niños y sus familias unas vivencias muy especiales y de las cuales hemos aprendido mucho y nos han ayudado a crecer como personas. Damos Reiki todos los jueves y recibimos muchísimo más de lo que damos.
(Alicia: "Para mí, esto es la realización de un sueño".)
(Elena: "Para mí, esto me ha ayudado a agradecer aún más todas las bendiciones que me ha dado la vida".)

Elena y Alicia (Jueves)

ALBA R. SANTOS (Coordinadora Gral. de NUPA)

EL AMOR INCONDICIONAL HACIA LOS NIÑOS DE NUPA...

La energía viaja con ellas, y llena las habitaciones de calma, de amor y de serenidad siempre, incluso en los momentos más duros. En NUPA, la asociación española de ayuda a niños y adultos con fallo intestinal, nutrición parenteral y trasplante multivisceral, vamos a cumplir tres años llenos de cariño, compresión y amor incondicional gracias al voluntariado de las compañeras de la Asociación de Servicio Reiki.

Un proyecto que nació gracias a la entrega de unas manos generosas y dispuestas siempre a dedicar su tiempo y su corazón a ayudar a los demás... Nuestros pacientes y sus cuidadores directos sabían bien lo que suponía pasar largos días solos, llenos de incertidumbre en su búsqueda hacia una mejoría, en un hospital desplazados habitualmente lejos de su ciudad de origen. Sin familia y amigos, sin respuestas para sus preguntas, sin visitas diarias ni consuelo a veces. El REIKI fue el punto de partida para que estas familias encontraran un sustento emocional, un chute energético capaz de llenar los sentidos y compartir corazón. Hoy en día, tres años después, nuestras queridas voluntarias del Proyecto Reiki son ya un apoyo fundamental para muchos de nosotros. Su alegría constante, su predisposición siempre a acompañar y escuchar sin juzgar ni pedir nada a cambio, es un ejemplo de empatía en el camino de tantas familias que durante meses, a veces incluso años, pasan duras pruebas vitales en sus batallas contra la enfermedad. ¡Qué fáciles hacéis las cosas cuando traspasáis el umbral de nuestra puerta y qué gratificante resulta saber que sois cimientos firmes para ayudarnos a pelear y crecer!

En nombre de todas las familias de NUPA y del equipo de trabajo... GRACIAS infinitas a Virginia Nuñez-Arenas por coordinar el proyecto a diario y a todas esas manos mágicas que transmitís esperanza y AMOR. ¡Que el camino juntas sea largo, porque sin vosotras nos falta un trocito de alma! ¡Vosotras, compañeras voluntarias, que sois el espíritu de NUPA!

Alba R. Santos

ASR en colaboración con Asociación Lupus Málaga (ALMA).

Han pasado ya casi seis meses desde que cada miércoles un grupo de voluntarios vamos a ofrecer tratamientos Reiki en la Asociación Lupus de Málaga y Autoinmunes (ALMA). Empecé con la incertidumbre que solemos plantearnos cuando comenzamos alguna actividad de cómo afrontar la misma ya que carecía de experiencias similares, pero todas las dudas se disiparon desde el momento en que cruzamos el umbral de la puerta de la asociación y comenzamos a charlar e interactuar con las personas que allí se encontraban. Recuerdo que esa tarde estaban allí su presidenta, Pepi, así como María José y Auxi. Nos hicieron sentir como si estuviésemos en el salón de casa tomando un té y charlando entre amigos que se conocen de toda la vida. Acto seguido nos dispusimos a comenzar los tratamientos. Y así, cada miércoles, nos esperan con más ganas si cabe. Se ha tornado en una relación familiar en la que, según mi percepción, salimos unos y otros beneficiados por tanto Amor Incondicional que allí se respira. El último miércoles se realizarón las jornadas de puertas abiertas en la Asociación Lupus y allí estuvimos presentes, dispuestos a ofrecer Reiki a todo el que así lo requiriese. La participación fue notoria y se realizaron múltiples tratamientos. Aprovechamos la oportunidad para que nos contasen las sensaciones que tenían desde que comenzamos con Reiki en la asociación y estos son sus testimonios:

Auxi nos comenta:

A mí en concreto, me ha ayudado muchísimo en aprender a relajarme y dejarme llevar por la tranquilidad (para mi impensable, porque siempre estoy pensando, con estrés y buscando la forma de estar siempre haciendo cosas) y en el sueño, ya que duermo mucho mejor. Me noto un cambio a nivel espiritual muy grande, se ha creado en mí una nueva forma de afrontar el día a día con una mayor tranquilidad, "pasotismo" (te lo digo así como forma de expresión, pero en realidad quiero decir que ya no me afectan circunstancias que antes, de alguna forma, conseguían provocarme irritabilidad y sensaciones que no me gusta tener) y serenidad.

Cada vez que me dais Reiki noto cómo en la zona de la pierna que tengo afectada por un trombo me fluye con mayor intensidad la circulación, como si se produjeran pequeñas descargas de energía. Desde hace algún un tiempo veo y distingo colores, en ocasiones noto como si mi inconsciente intentara volar y al darme cuenta necesito apoyar los pies en el suelo para no "caerme". Es increíble la evolución que he tenido como persona.

En cuanto a la oficina, es cierto que ha dado un vuelco impresionante y cuando venís se crea y se deja una gran paz. Todo el mundo lo percibe y lo comentamos.

Pepi nos dice que desde que empezamos con el reiki y la acupuntura la asociación se nota más llena de vida, luz y amor que nos ha impulsado a hacer cambios físicos. Transformarla en un lugar más acogedor, en el quenotamos más energía positiva, hace que la gente que llega deprimida y dolorida se marche con más ánimo cuando se va. Y por ello, la asociación os agradece enormemente lo que nos aportáis. Pepi, a nivel personal, ha notado que al recibir reiki, en concreto ayer que tenía un fuerte dolor de cabeza, se le quitó y mejoró su ánimo.

Como Pepi, las demás personas han notado diversas sensaciones (frío, calor, pequeñas descargas, formas, relajación y sobre todo PAZ). Hoy ha sido la jornada de puertas abiertas y la mayoría de las personas que se han acercado a hacerse reiki han comentado la sensación de relajación y paz que les crea.

Poco más puedo yo aportar después de los testimonios recabados. Sólo que, aún sin saberlo, son esas personas las que nos aportan a nosotros algo que llevan dentro y es un enorme amor y empatía hacia todo lo que las rodea. Y cada miércoles cuando regreso a casa me voy cargado de la esencia que somos.

Juan Carlos Ortiz García (Málaga).

¿Por qué ser voluntario?

Para algunas personas la labor que hacen las ONG´S y los voluntarios las deberían de desarrollar los gobiernos, es decir, piensan que a través de esos voluntarios están creando más paro, si los trabajos se hacen gratis se deja de pagar por un servicio que además tendrían que hacer los gobiernos directamente con sus correspondientes departamentos gubernamentales.

Se dice que la labor de algunas asociaciones es la forma que tienen los gobiernos de privatizar servicios que tenían que ser públicos ahora en empresas privadas a las que se dan subvenciones para que se hagan esas tareas.

Ahora bien: ¿Se harían esas tareas si no fuese por las Asociaciones sin ánimo de lucro? Es una difícil pregunta. Muchas se harían, no sabemos de qué forma. Otras, seguro que no. Según surgen necesidades se van creando las ayudas y muchas veces esas ayudas llegan más rápido si no se ven envueltas entre las inmensas redes de la burocracia.

Lo cierto es que esas personas que así piensan tienen razón. Hay muchas cosas que deberían hacer los gobiernos, pero no las hacen. Es verdad que muchas de ellas deberían ser remuneradas; el dinero que se mueve genera abundancia. Yo cobro, yo lo gasto. Pero también es verdad que hay cosas que no se pagan con la energía dinero.

Yo actúo porque me sale del corazón, soy activista y me encanta ser voluntario. Llevo más de treinta años haciéndolo. He pasado todo tipo de experiencias y me he topado con toda clase de personas. Y todavía me quedan muchas más experiencias por vivir y personas por conocer.

Yo no ayudo para ayudar; soy voluntario para que me ayuden, para aprender, para entregar al universo parte de lo que de Él recibo. Soy voluntario para tener experiencias, para amar, para encontrarme en situaciones en las que no estaría en la vida cotidiana.

Me encanta, cuando doy Reiki, poder ver los ojitos de los niños, o sentir las energías de los enfermos de cáncer, o de Alzheimer, o los que tiene parálisis cerebral…Cómo cambian sus facciones antes y después de una sesión. Me gusta escucharles y que me abracen. Cuando escucho su agradecimiento me hacen sentir especial, muy pequeño en comparación al amor que hay en mí corazón. El agradecido soy yo por poder ser una herramienta de amor tan maravillosa.

Yo soy el primer beneficiado a la hora de hacer un voluntariado o de organizar cualquier evento solidario…El inmenso poder de las constelaciones hace que seamos los que tenemos que ser, desde la ONG a la que va dirigida la ayuda, hasta los compañeros, los voluntarios, los que vienen a recibir y a donar, todos son tan hermosos que lo único que puede salir de ahí es crecimiento, despertar y evolución.

No es sólo ayudar a una ONG, es hacer que las cosas pasen y lo que se mueve esos días es tan hermoso que nos sitúa en nuestro lugar, en el aquí y el ahora en el momento en el que ocurre.

Amor, somos amor, nos entregamos con amor y aceptamos con amor. Cualquier evento que te haga sentir eso siendo solidario es extraordinario. Yo agradezco cada experiencia que he tenido en el mundo del voluntariado.

¿Por qué ser voluntario? Por ayudar/nos a sacar lo mejor de nosotros mismos en beneficio de algo mucho más grande que tú y que yo juntos…la humanidad.

José María Escudero Ramos (Madrid)

Maratón Reiki solidario pro Asociación Q-22

El pasado mes de diciembre tuvo lugar en Castellón el maratón Reiki solidario pro Asociación Q-22, organizado por dos de nuestros maestros **José María Escudero y Desam Fernández**.

La Asociación Q-22 es una asociación sin ánimo de lucro que nace para dar apoyo a familiares y afectados por el síndrome de deleción. El síndrome de deleción **22q11** se entiende como un patrón de anomalías que se producen cuando se pierde un fragmento o región específica del cromosoma 22, denominada precisamente 22q11.2. Este patrón de anomalías es el siguiente: anomalías cardiacas congénitas (50-75%), hendiduras o insuficiencia de la función del paladar (60%), problemas de la regulación del calcio con tendencia a la hipocalcemia (caída del nivel de calcio en sangre) (50%), predisposición a infecciones en los primeros años de vida, y ~~a~~ la aparición de procesos autoinmunes.

Os dejamos con el relato de Desam sobre su experiencia vivida en dicho evento:

Otro maratón de Reiki. ¡Qué bien!

Este, además, es solidario, pro Asociación Q22. ¡¡Mejor!!

Podría decir que todos son iguales, pero mentiría.

En todos los encuentros la entrega es similar, todos los que ofrecen Reiki ponen su tiempo y sus ganas. El amor, la comprensión y las ganas de servir es lo que impera, no se cansan. Y lo que nunca cambia es la esencia de esta técnica. Me encanta hacer esto, me siento bien y además se difunde el Reiki.

Creo incluso que este amor puede llegar a la otra parte del mundo, como empujado por las olitas del mar que poco a poco se van adentrando en la marea y llegan a otros puertos. Pues lo mismo. Poco a poco se va difundiendo que somos amor y cada vez hay más gente que lo cree y lo siente.

Gracias a los compañeros que siempre están ahí, dando su apoyo, compartiendo y colaborando, haciendo que esto sea posible.

Gracias al universo que, en cuanto pido un maratón de Reiki, lo pone fácil para que todos los astros confluyan en la organización del mismo, desde el espacio hasta los participantes. Es casi un juego; saco la primera carta y el resto se crea solo. ¿Será que lo creo con mi intención? No voy a contestar; cada uno que llegue a su propia conclusión.

Lo que sí diré es que cualquier esfuerzo merece la pena. Para mí tiene la gran recompensa de ver a la gente cuando se va sonriente dando las gracias y dando fuertes abrazos; algunos hasta se les nota la emoción en los ojos. Qué bonito, qué hermoso que alguien dedique su tiempo, ese bien del que todos vamos tan escasos, a personitas que no conocen y que a lo mejor ni se volverán a ver. Qué bonito que te miren a los ojos y sin palabras te agradezcan ese instante con el que ellos mismos se han regalado.

Este día hubo dos casos muy destacables.

Uno fue un muchacho que venía con prisa y el ceño fruncido. Recibió y, al acabar, le pregunte cómo se había sentido y me dijo que genial. Su cara se había relajado y le invité a quedarse un ratito para seguir en la calidez de la energía que flotaba en la sala. Para mi sorpresa, se sentó para disfrutar del momento; a ratos estuvo con los ojos abiertos y otros, sus ojitos se cerraron, como paladeando el instante precioso. Al despedirse dio las gracias desde un estado diferente; su rostro reflejaba calma.

El otro caso fue una mujer que necesitó ayuda de dos personas para subir a la camilla, ya que estaba muy rígida. Parecía que tuviera el tronco pegado a las piernas. Cuando terminó de recibir se quedó un poquito en la camilla y luego, de un salto, se bajó. ¡Sin ayuda! Jajaja.

No hacen falta más palabras para expresar el júbilo de mi corazón.

Al final del día la energía se podía palpar y terminamos con un gran abrazo a cada uno de los compañeros que había venido a ofrecer su amor y su pasión.

Voy a desvelar un secreto: soy muy egoísta. Sí, has leído bien. Me encanta estar en todos estos saraos energéticos donde de primera mano soy protagonista de estas muestras de amor. Ofrezco Reiki “amor universal” y recibo montones de sonrisas, miradas llenas de gotitas a punto de caer por rostros agradecidos y relajados, y abrazos estremecedores llenos de gratitud. Por esto soy la más participativa e interesada en que estos maratones sigan floreciendo, ya que soy las más beneficiada. Os aseguro que doy bastante menos de lo que recibo.

Mil gracias, querida energía.

Desam Ferrández (Castellón)

Resumen de 5 meses de Maratón en C.M. Ramiro de Maeztu (Leganés)

No sé si es el momento de hacer un breve resumen de uno de los voluntariados de Reiki que estamos llevando a cabo en la zona sur de Madrid. Hace unos días me propusieron escribir unas líneas sobre la experiencia. Bien, pues, podría escribirla cualquiera de nosotros, tanto Goyi, Severiano, Manuel, Alicia, Alina, Julia, Mercedes, Pilar, Visi, Eva, Mª José… ya que, gracias a este gran equipo que de la noche a la mañana empezó a unirse a este Maratón, se ha podido transmitir el calor de las enseñanzas de nuestro Maestro Usui en este rinconcito.

Aunque realmente no sé si la palabra “maratón” es la correcta, pero si es verdad que en las dos horas que estamos no paramos de “poner manos”; apenas sin tiempo para saludarnos, empezamos y cada media hora pasa la siguiente persona. Tuvimos que optar por dar hora ya que no hay más sitio, ni tiempo, ni voluntarios para atender a todas las personas que quieren recibir, por lo que les ofrecemos los demás sitios que sabemos que se está impartiendo: “La Fortuna”, en la “C/ Mayor” en el Centro “Cuidarte de Vallecas”… En el Centro contamos con dos camillas y utilizamos la mesa del salón de plenos como camillas también, más la camilla que lleva Goyi, otra de Manuel y la mía. En fin, todos colaboramos de varias maneras, para poder dar a esas 7 personas cada media hora.

El inicio fue fácil ya que todo fluyó, sin proponerlo, a través del programador de Cultura del distrito de Zarzaquemada, donde imparto voluntariamente talleres sobre “técnicas para encontrarse mejor”, hablando y como siempre “estoy en Reiki”, le ofrecí personalmente y surgió al final para todo el mundo que quisiera recibir.

Como ya recordaréis, se convocó a todos los compañeros de la Comunidad de Madrid a una presentación donde solicitábamos voluntarios, el pasado mes de diciembre 2016.

El objetivo era claro:

El mensaje que se transmitió en esa presentación a los compañeros que asistieron fue:

La presentación con sesión Reiki incluida, de puertas abiertas a todas las personas que asistieron, se llevó a cabo el 17 de Enero; desde ese momento no hemos parado y nos demandan más.

El calendario que se confeccionó, en base a la disponibilidad del espacio que nos han concedido, es de dos martes al mes en horario de tarde de 18:30 a 20:30h.

Esta siendo una muy bonita experiencia de colaboración con el Centro M. Ramiro de Maeztu, de Amor Incondicional hacía este barrio y algo que creo importante resaltar entrañablemente es el compañerismo, el compromiso y el cariño que ha surgido de los voluntarios que están en el Maratón, allí, con esa sonrisa y ese cariño que desprenden todos, sin los cuales no podría hacerse realidad.

Muchas gracias a todas estas personas “que trabajan desde ese lugar de Amor que hay dentro de su corazón”.

Namasté,

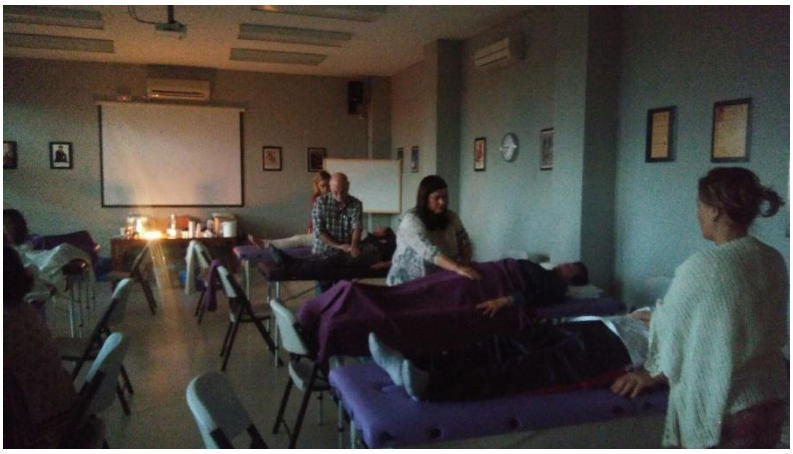
Marisol Hedrosa, Leganés (Madrid.)

Acciones voluntarias dirigidas a distintas asociaciones en Sevilla y provincia

Martes. Alcalá de Guadaira. De 10 a 12
Asociación de Alzheimer AFEAES.
Avda. Salud Gutiérrez s/n.
Coordinación: Carmen Márquez
669-692-185

Martes. Sevilla. De 10'30 a 11'15 meditación.
De 11'15 a 14, intercambio de Reiki.
Voluntariado de Fibromialgia
c/ Pepehillo n3, 7º I.
Coordinación: Carmen Rueda
696-018-581

Jueves. Carmona. De 17 a 20 h.
Asociación de Fibromialgia AFICAR.
Centro de Servicios Sociales.
c/ Anfiteatro n 44. Pl. baja.
Coordinación: Cristi Corrales 636-491-173
Víctor Nicolás 644-043-211.



Jueves. Dos Hermanas. De 17 a 19 h.
Asociación Timón
c/ Pastora n 8.
Coordinación: Lourdes Gómez 645-658-969.
Jesús Maesa 665-940-110.

Miércoles. Alcalá de Guadaira. De 18 a 20 horas
Asociación de Fibromialgia AFA
Centro de Servicios Sociales.c/ Callejón del huerto s/n.
Coordinación: Águila Márquez 626-423-811.
Carmen Márquez Peralta669-692-185.

*Viernes. Mairena del Alcor. De 18 a 21h.
Asociación de Alzheimer AFAMA.
Casa de la Cultura (entrada por la Biblioteca). c/ Esquimo.
Coordinación: Pilar Cintado
615-491-416

Fotos de Mairena.

Infomación: Pilar Cintado (Sevilla)