

**PROYECTO SALAMANREIKI: ESCUELA DE REIKI SOCIAL. Programa de formación profesional en Reiki en el Módulo de mujeres del Centro Penitenciario de Topas (Salamanca) dirigido por la Maestra de Reiki Estefanía Rodero.**

Entrevista realizada por la Maestra de Reiki Rosana Montiel. 25/02/2011

**\_ Estefanía, ¿Qué te llevó a realizar esta iniciativa?**

- El Reiki ha sido para mí un camino de transformación y una oportunidad de crecimiento. La llegada de esta terapia complementaria a la vida de esta socióloga, centrada desde el principio en el trabajo con mujeres y en la gestión de liderazgos, a su obsesión por el desarrollo de vías creativas para el fomento de la inclusión social, supuso un camino de aprendizaje más amplio y profundo, incorporando la emoción, la corporalidad y la vivencia de una sacralidad personal.

Partiendo de mi experiencia y siguiendo los pasos de otras organizaciones que ya estaban trabajando en entornos penitenciarios, nos lanzamos a la aventura con un doble propósito: desarrollar los contenidos propios del aprendizaje de Reiki en el Módulo de Mujeres del CP de Topas, sin olvidar en ningún momento que dicho aprendizaje podía ser un medio válido para la inserción socio-laboral futura, así como una herramienta de transformación de las dinámicas penitenciarias. Por ello, el sistema de prácticas, las lecturas y la vivencia grupal han marcado la pauta. La titulación en cada uno de los niveles de Reiki –tal y como se conseguiría fuera de prisión-, ha sido el fruto lógico de todo su esfuerzo.

**\_ ¿Cuáles fueron los pasos que has dado para gestionar el desarrollo de esta actividad ante el Centro Penitenciario de Topas?**

- El desarrollo de esta actividad nunca hubiera sido posible sin el apoyo cómplice de una de las funcionarias del Módulo de Mujeres, Purificación Delgado, también alumna de Reiki, que facilitó el encuentro con la Subdirección de Tratamiento del Centro. La confianza de dicha Subdirección en la palabra de “alguien de dentro” facilitó enormemente las cosas.

**\_ ¿Has tenido algún contratiempo para poner en marcha esta actividad? Si es así, ¿cómo lo has superado?**

- Desarrollar una actividad en el medio penitenciario no es tarea fácil. Son muchos los criterios legales a tener en cuenta. En nuestro caso, contamos con el “apadrinamiento” de una asociación que ya estuviera trabajando en el Centro, que, al incorporarnos a su nómina de voluntarios, permitió nuestro acceso tras obtener el visto bueno de Instituciones Penitenciarias de Madrid. Sin el “apadrinamiento” de la Asociación Nueva Gente, experta en el trabajo con toxicomanías, esto no hubiese sido posible.

**\_ ¿Cuál fue la propuesta concreta que presentaste?**

- La propuesta fue ambiciosa. Un programa de formación en Reiki hasta la Maestría para las internas interesadas, enfocado a la inserción socio-laboral de las mismas.

**\_ ¿Cómo explicaste a la población de reclusas de qué se trataba?**

- Junto a la labor de difusión y ánimo de nuestra funcionaria dentro del Módulo, desarrollamos una charla informativa abierta a todas las internas interesadas en la que despejamos dudas, temores, recelos...

**– ¿Cuáles fueron sus reacciones? ¿Cuál su grado de aceptación?**

- La aclaración más importante que tuvimos que hacer fue la de separar el Reiki de cualquier connotación religiosa. De igual modo, tuvimos que calmar temores difusos y acallar tendencias “esotéricas”. Una vez realizado este trabajo previo, las reacciones fueron de curiosidad, alivio, una sana incredulidad y ganas de ponerse manos a la obra. Fuimos tajantes en la seriedad demandada a nuestras alumnas: participación, prácticas, lecturas, lo cual contribuyó a crear un grupo serio, al servicio del resto de compañeras del Módulo, con una gran profesionalidad.

**– ¿Cómo continuará a futuro el trabajo con Asprodes?**

- La relación de este grupo de Reiki con la Asociación Asprodes está siendo directamente gestionada por el Centro Penitenciario, el cual ha incorporado el Reiki como una herramienta de trabajo más, facilitando que las nuevas maestras de Reiki desarrollen cursos de formación para los internos, así como promoviendo prácticas formativas fuera del Centro, como es el caso de Asprodes.



“Somos conscientes de que estamos en un momento económico difícil. Pero si una sólo de nuestras alumnas, a través de su práctica del Reiki, ha desarrollado la creencia de que, pase lo que pase, lo que ella puede darle al mundo no puede dárselo nadie más, todo el programa habrá merecido la pena. Creo que esta práctica podría desarrollarse en otros Centros subrayando la unión del programa con su filosofía de reinserción.”

**– ¿Qué cambios produjo el aprendizaje de Reiki en las reclusas?**

- Podría pasarme horas respondiendo a esta pregunta. No sólo ha producido cambios en las internas, esta experiencia nos ha transformado a todas. Al margen de los beneficios físicos evidentes (mejora del sueño, dejar de fumar, reducción del dolor crónico, mejora de la salud de la piel...), el cambio fundamental ha sido la pequeña ruptura del concepto ellas/nosotras, al incorporarse una funcionaria a algunas de las dinámicas de trabajo. También el grado de apertura emocional ha sido decisivo, así como la vivencia de pertenencia a un grupo transformador, capaz de generar cambios pequeños en su entorno (por ejemplo, a través del Proyecto Pasar Página, para la creación de una biblioteca en el Módulo de Mujeres). Llorar juntas, reír juntas, sanar juntas y crecer, tomando por mantra la alegría de vivir, han sido nuestros pasos.

**– ¿De qué se trata esa reconversión en tu forma de enseñar Reiki? ¿Se debe a lo que has aprendido en esta experiencia?**

- La práctica del Reiki nos va liberando, va retirando capas de cebolla que nos impiden, desde el miedo, el apego, la búsqueda de reconocimiento, ser quienes somos realmente. Creo que el hecho de centrarme en la enseñanza de Reiki tanto para colectivos en riesgo de exclusión social, así como para los trabajadores y trabajadoras que desarrollan su actividad en estos entornos, es un acto de simple coherencia. Realmente este cambio no se ha dado de la noche a la mañana, sino que ha formado parte de una búsqueda interior, del afán por sentirme cómoda en lo que digo, hago, muestro, tratando de integrar todas las piezas que me componen. Mi formación profesional en el área de lo social, en el emprendizaje social, han sido decisivas para este “matrimonio” con el Reiki. Es tal el cambio que el Reiki puede

producir en el bienestar de las personas que me parece una consecuencia natural querer llegar justamente a quienes más puede favorecer este cambio. Al fin y al cabo, el Reiki desde su nacimiento en Japón tuvo una enorme vocación de servicio social, por lo que me siento, simplemente, siguiendo los pasos de quienes lo hicieron mucho antes.

### **\_ ¿Cómo reaccionaron los receptores de Asprodes?**

- El trabajo terapéutico con Reiki en personas con discapacidad es increíble. Ante las dudas iniciales de las trabajadoras del centro respecto a la capacidad de “nuestros pacientes” de soportar una hora de tratamiento, la respuesta fue una entrega total, una enorme paz, relajación, ¡sueño!, apertura y alegría, como no podía ser de otro modo. El recibimiento que dieron a las terapeutas formadas en el Centro Penitenciario fue un auténtico premio para todas, realizado desde el corazón. Mis alumnas comentaron que nunca habían sentido tanta alegría trabajando y estando al servicio.

[Ver salida del grupo de Reiki desde el Centro Penitenciario Topas hacia el Centro El Telar (Asprodes): <http://www.youtube.com/watch?v=HdrPm8clvUM>]

### **\_ ¿De qué forma serán insertadas estas mujeres reikistas en el ámbito laboral?**

- Este es el gran reto al que nos enfrentamos en la actualidad. Muchas de nuestras alumnas se encuentran ahora en tránsito hacia el medio abierto y en la mente de todas ellas está la búsqueda de empleo. Inspiradas por algunas experiencias de emprendizaje social en España, a través de las cuales se está empleando a colectivos en riesgo de exclusión social en ámbitos de terapias alternativas, estamos estudiando y barajando la posibilidad de convertirnos en empresa de inserción social, así como en desarrollar un taller productivo dentro del Módulo de mujeres que pueda desarrollar una serie de productos artesanales relacionados con la terapia (cuadernos de reiki, cajitas, pequeños productos de inspiración japonesa...), incidiendo así en una doble vía: la empleabilidad externa e interna. Este es nuestro reto.

### **\_ El estado, el gobierno, las leyes... ¿ya tienen normas establecidas para la práctica de Reiki en forma regulada?**

- En el caso español aún no hay una norma establecida ni para la práctica ni para la docencia del Reiki. Si bien hay esfuerzos organizativos para unificar criterios (por ejemplo, el de la Federación Española de Reiki), aún existen grandes lagunas al respecto, generando confusión entre la población. Desde mi punto de vista, el impulso de una cierta profesionalización del sector abriría el camino del Reiki en otro tipo de instituciones y áreas del trabajo social, pudiendo llegar de un modo más enérgico a los colectivos en riesgo de exclusión social. Creo que debemos ser cuidadosos con la imagen del Reiki y con nuestro compromiso docente. En la actualidad hay un movimiento importante en este sentido y somos cada vez más los que comprobamos los efectos transformadores del Reiki en diferentes ámbitos de intervención.

### **\_ ¿De qué manera la práctica de Reiki transformará las dinámicas penitenciarias... qué se vislumbra a futuro?**

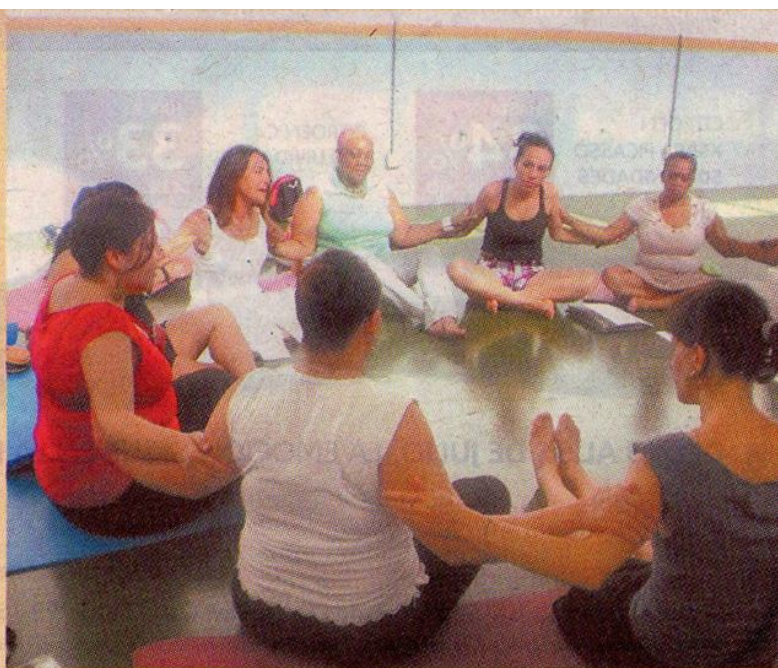
- El hecho de que funcionarias e internas hayan compartido una actividad al margen de sus roles habituales de control/sumisión ya es un gran logro. Y, como sabemos, cuando una parte del todo cambia, el todo cambia también. La creación de la clínica de Reiki en el módulo de mujeres ha facilitado un recurso de salud que antes no existía, generándose una alternativa real al uso de la enfermería del Centro, evitando visitas innecesarias a favor de los casos más graves. De igual modo, el hecho de que las internas formadas como profesoras vayan a dirigir la formación de los módulos masculinos, supone un gran avance en cuanto a la imagen de las mujeres en el Centro Penitenciario, empoderadas a través de esta medida, ejerciendo un papel de autoridad y respeto.

**\_ ¿De qué modo se formó el grupo de mujeres? ¿Por sola voluntad de ellas o porque tu como socióloga has realizado algún test para saber quienes tenían condiciones para ingresar en la experiencia? ¿Han recibido algún incentivo por participar?**

- La verdad es que el grupo se ha formado de forma natural. Una vez realizadas las sesiones informativas las interesadas se inscribieron en el mismo, movidas por el simple deseo de aprender. Han sido las propias dinámicas grupales y pedagógicas las que, de alguna manera, han favorecido la creación de un grupo compacto que se estabilizó en 12 alumnas. La participación inicial fue superior, pero los requisitos de las prácticas, asistencia (enfocados al fomento de los elementos clásicos de la reinserción social y laboral) hicieron que el grupo final fuese menor, pero con un grado de compromiso más profundo. En relación con los incentivos, quizá el hecho de recibir la misma titulación que alguien de la calle haya sido el acicate más importante. Pero en relación con los beneficios penitenciarios, no hemos conseguido que puntuase. Si bien, la dinámica de salidas asociadas al Reiki también han supuesto un incentivo importante.

### **Graduación del primer grupo de terapeutas de Reiki en prisión**

Las internas del Módulo 8 del Centro Penitenciario de Topas recibieron los diplomas de Primer Grado en la formación de Reiki. El acto de entrega contó con la presencia de Estefanía Rodero, la maestra de Salamanreiki, que está coordinando el proceso de aprendizaje de las internas. Esta terapia de origen japonés está reconocida por la Organización Mundial de la Salud y ha sido impartida durante dos horas cada miércoles. “El Reiki me está ayudando a perdonarme a mí misma”, “cada día duermo mejor”, fueron algunas de las opiniones de las internas tras recibir esta disciplina.



Artículo publicado en La Gaceta Regional.

**\_ ¿Crees que podría practicarse esta experiencia en otras penitenciarias en las que no hubiera un referente Reikista que les diera el empujón para ingresar el proyecto?**

- Creo que lo que diferencia nuestra práctica de la de otros Centros Penitenciarios en los que se está gestionando el voluntariado de Reiki reside en el diálogo entre nuestra terapia y el conocimiento del trabajo social. Creemos que ha sido este diálogo el que le ha dado al proyecto una mayor durabilidad, un mayor empoderamiento de las internas, así como el desarrollo de iniciativas autogestionadas por ellas, rebajando el perfil de la coordinación en beneficio de su propia iniciativa. Hemos trabajado siempre con la reinserción como horizonte, trabajando a través del Reiki, fundamentalmente, en los factores emocionales que se nos escapan de la misma: el convencimiento de que tenemos algo valioso que ofrecer al mundo, la autoconfianza, la constancia, la autoaceptación y el trabajo sobre el miedo a ser rechazadas...Somos conscientes de que estamos en un momento económico difícil. Pero si una sola de nuestras alumnas, a través de su práctica del Reiki, ha desarrollado la creencia de que, pase lo que pase, lo que ella puede darle al mundo no puede dárselo nadie más, todo el programa habrá merecido la pena. Creo que esta práctica podría desarrollarse en otros Centros subrayando la unión del programa con su filosofía de reinserción. El Reiki es el camino hacia. Mi forma de entender el Reiki-Do.

# Dispuestas a dar lo mejor de sí mismas

**Dos internas de Topas dieron una clase de Reiki en Asprodes donde demostraron una gran cercanía con las personas con discapacidad**

MARTA GONZALO

**C**UANDO vais a volver?". Este es el sentimiento con el que se quedaron las personas de Asprodes de Santa Marta tras la visita que hicieron dos internas del Centro Penitenciario de Topas acompañadas por dos monitoras para ofrecer una clase de *Reiki*.

Las "profesoras" practicaron con los enfermos todo lo que habían aprendido ellas con anterioridad en la prisión, y que les sirvió para darse cuenta de que están casi preparadas para ser ya monitoras "oficiales". De hecho, fue tanto el éxito cosechado en Asprodes que los "alumnos" les pidieron que no tardaran mucho en volver para recibir otra clase.

Esta técnica combina ejercicios físicos, respiración, la ciencia del sonido y la relajación para ejercer en el "paciente" un estado de relax absoluto. Y todos estos conceptos son los que han aprendido estas dos internas entre otras muchas gracias a Estefanía, la monitora, que en breve comenzará a impartir en el Centro Penitenciario salmantino el último módulo de esta técnica de relajación con el que las reclusas obtendrán el diploma oficial para poder enseñar ellas mismas *Reiki* a otras reclusas o incluso fuera de la cárcel.

Y no hay nada más agradecido que una sonrisas y eso es lo que las personas con discapacidad de Asprodes regalaron a sus maestras después de recibir esta terapia. La actividad está integrada dentro del proyecto de cooperación entre este centro que tiene como finalidad la mejora de la calidad de vida de las personas



Una interna muestra las técnicas aprendidas en el centro penitenciario.

**El éxito del *Reiki* entre las mujeres de la prisión de Topas ha sido tal que se prevé incluir también esta técnica entre los internos**

con discapacidad intelectual y sus familias y la prisión de Topas.

El éxito del aprendizaje del *Reiki* en el Centro Penitenciario ha sido tal que se prevé incluir más adelante esta técnica entre los reclusos, ya que de momento sólo la han aprendido las mujeres. El objetivo es el mismo que el perseguido hasta ahora, que salgan monitores oficiales capaces de dar clases al resto de internos.

Con esta actividad se demostró que estas dos monitoras tienen mucho que ofrecer, pero también mucha gente dispuesta a recibirlo con los brazos bien abiertos.

Agradecemos a Estefanía por su valioso trabajo y además, por permitirnos exponerlo a la comunidad Reiki en el deseo de que sirva de aliciente a todos aquellos que tienen en cuenta realizar una labor similar.

### **Estefanía Rodero.**

Formada en Reiki con los maestros John Curtin (Fundación Sauce) y Carmen Plano (energiasyreiki.com) en el Sistema Usui Shiki Ryoho, así como ampliado conocimientos con los maestros Ricardo Rowland y Alicia Carrasco (Asociación Española de Terapias Complementarias), ha trabajado como terapeuta y maestra de Reiki con colectivos en riesgo de exclusión social (víctimas de violencia de género, centros penitenciarios), así como en entornos asociativos como complemento a procesos psicoterapéuticos.



Con una sólida y reconocida experiencia en el trabajo como formadora y dinamizadora de grupos, el diseño de los cursos cuenta con un notable diseño pedagógico y una flexibilidad celebrada por los alumnos.

Nacida en Salamanca, es licenciada en Sociología (USAL) y en Teoría de la Literatura y Literaturas Comparadas (Universidad Complutense de Madrid), desarrollando su actividad profesional en el campo de la Creatividad y el Desarrollo Personal (<http://www.mundocatarata.com>)

Editado en Febrero de 2011

Por Gustavo Durringer

Maestro de Reiki y Documentalista de la Fundación Sauce