

Reiki e strutture sanitarie: connubio utopico o possibile sodalizio?



Scoprire il Reiki

Numerose esperienze portano a concludere che il Reiki influisce positivamente sia come aiuto psicologico nell'affrontare l'iter di terapie sia come supporto integrativo alla terapia del dolore.

La parola giapponese Reiki significa: energia vitale universale. E' formata da due sillabe: *Rei*, energia vitale universale e *Ki*, energia vitale di ogni essere vivente. Il metodo Reiki, è stato ideato alla fine dell'Ottocento da Mikao Usui esperto di arti marziali e studioso buddista e si è diffuso in Occidente dopo la Seconda guerra mondiale. Mikao Usui mise a punto il Reiki allo scopo di aumentare le energie globali dell'essere umano.

Il trattamento Reiki prevede che l'operatore veicoli l'energia universale attraverso le mani, sfiorando con il suo tocco il corpo del ricevente o il suo stesso corpo nel caso dell'auto-trattamento, in determinate e precise zone del corpo. E' un metodo non invasivo, che agisce attraverso la vicinanza empatica e amorevole, è accessibile a tutti per la sua semplicità e riporta l'equilibrio energetico

all'interno del corpo, agendo a livello fisico, emotivo e mentale.

Mikao Usui ebbe un riconoscimento dall'imperatore giapponese per essersi distinto nella cura di malati con il Reiki, durante il terremoto di Tokio del 1923. Il secondo grande maestro fu uno dei suoi collaboratori, il dott. Chujiro Hayashi, che diresse una clinica privata a Tokio. Il terzo grande maestro fu Hawayo Takata, giapponese residente nelle Hawaii, che dopo essersi fatta curare in Giappone per un tumore alla clinica di Hayashi ed essere guarita, apprese la tecnica del Reiki, divenne maestro e cominciò ad insegnarla negli USA durante la Seconda guerra mondiale.

Fondò la *American Reiki Association* con lo scopo di organizzare e coordinare la trasmissione del Reiki, che si diramò in due organizzazioni ancora operanti negli Stati Uniti:

La *Reiki Alliance* e *l'American International Reiki Association*.

Aiuta a recuperare dalla fatica fisica, migliora la qualità del sonno e rinforza il sistema immunitario

Reiki nelle strutture sanitarie italiane ed estere

Reiki affianca la terapia convenzionale in numerosi centri ospedalieri di tutto il mondo. In Italia il Cespi di Torino, ente di formazione per infermieri, include seminari di Reiki tra i suoi programmi. Presso il centro di Medicina psicosomatica dell'ospedale San Borromeo di Milano, fa parte delle prestazioni del Servizio sanitario nazionale. Il risultato dello studio qui di seguito, trattando pazienti affetti da emicrania con un ciclo di otto trattamenti a cadenza settimanale, evidenzia che ha indotto, nella quasi totalità delle sedute, uno stato di rilassamento medio-profondo. Risulta interessante, trattandosi di pazienti che normalmente incontrano difficoltà ad abbandonare il controllo e lasciarsi andare.

L'idea di inserire il Reiki in ospedale, in alcune città come Torino, promuove l'utilizzo in particolare a supporto

dell'iter terapeutico del malato oncologico, nel corso delle diverse fasi della malattia e come supplemento alle terapie tradizionali e ha ricevuto grande consenso tra i pazienti che spesso richiedono un trattamento grazie all'esperienza positiva di un altro paziente.

Uno studio effettuato su 27 pazienti ha dimostrato che i 94 trattamenti hanno prodotto beneficio nella maggior parte dei casi (98%), dando un profondo senso di rilassamento con una piacevole sensazione di calore e notevoli benefici sull'umore, inducendo uno stato di emotiva tranquillità, che in alcuni casi si prolunga anche nei giorni successivi al trattamento. Nel 10% dei casi c'è stata una diminuzione della sintomatologia dolorosa e un miglioramento del sonno. Si può concludere che il trattamento Reiki influisce positivamente sia come aiuto psicologico nell'affrontare l'iter di terapie, negli stati d'ansia e depressione, sia come supporto integrativo alla terapia del dolore.

Nel reparto oncologico dell'ospedale Cardinal Massaja di Asti è stata avviata nel 2008 una ricerca scientifica sulla valenza dei trattamenti Reiki per i pazienti sottoposti a radio e chemioterapia. Vediamo anche la situazione nel resto del mondo. In Brasile l'ospedale di Altinópolis, nel

2004, ha dimostrato che il numero di bambini morti alla nascita era sceso a 3 ogni 1.000 abitanti (contro il 30 per mille in Brasile) grazie al progetto “salute nella famiglia” fondato sull’insegnamento delle terapie non convenzionali come agopuntura, Reiki, massoterapia a tutto il personale medico della città. In Svizzera alcune assicurazioni rimborsano i trattamenti. Negli USA i trattamenti Reiki sono abitualmente eseguiti da medici ed infermieri, anche ai malati di cancro, trapiantati e nel post-operatorio. In alcuni ospedali il trattamento viene eseguito durante l’operazione con ottimi risultati sul decorso post-operatorio.

Possibili utilizzi del Reiki

Il Reiki aiuta a recuperare più velocemente dalla fatica fisica, dallo stress per cambi d’orario lavorativo dovuto a turni, migliora la qualità del sonno e rinforza il sistema immunitario, riducendo le assenze dal lavoro per malattia. Risulta quindi utile proprio per le professioni mediche e paramediche sottoposte a stress particolarmente intensi. L’efficacia del Reiki per tranquillizzare i pazienti è riconosciuta e proprio per questo spesso il primo reparto ad utilizzare è l’oncologia. Il Reiki inoltre si affianca alle terapie tradizionali senza interferire, ma potenziandone l’effetto e riducendo gli effetti collaterali.

Vantaggi del metodo

Il Reiki non ha effetti collaterali, né controindicazioni. E’ estremamente riproducibile indipendentemente dalla persona fisica del curante. E’ praticabile da medici, infermieri, fisioterapisti, psicologi o volontari su pazienti ricoverati in ospedale o *hospice*, in regime ambulatoriale o *Day hospital* e a domicilio. A domicilio può essere eseguito anche dai familiari del paziente o dal paziente stesso con l’auto-trattamento, senza costi aggiuntivi del sistema sanitario. Non prevede l’uso di aghi, strumenti o apparecchiature o strutture particolari. E’ da facile apprendimento e alla portata di tutti. Le attivazioni di primo livello prevedono un corso di circa due mezza giornate da parte di un master Reiki. Comprovata efficacia, innegabile innocuità, perfetta associazione con le terapie convenzionali e non ultimi notevoli vantaggi economici, rendono auspicabile che il metodo venga sempre più divulgato e riconosciuto dalle strutture sanitarie italiane.

Nicol Stefani

Tratto da un articolo pubblicato nella rivista

BIOLCALENDA (settembre 2013)

Rivista mensile di cultura, alimentazione, cucina, terapie naturali, agricoltura biologica e biodinamica, bioedilizia e bioarchitettura, economia solidale e sostenibile.