



Reiki, per scorgere una luce nel buio

mariagrazia, sabato 12 gennaio 2013 - 21:04:17

C'è una novità che riguarda l'impiego del Reiki nelle persone sottoposte a terapia per un tumore. Qualcosa si muove anche in ambito medico, nonostante i pregiudizi.

Sgombriamo subito il campo dagli equivoci: non stiamo parlando di cura ma della possibilità di usare il Reiki per un sostegno concreto alle persone che devono sottoporsi alle pesanti terapie convenzionali (chemio, radioterapia).

La principale autrice dello studio, Dawn Marcus, è un'esperta di terapia del dolore dell'università di Pittsburgh. È una persona molto attiva nel diffondere l'idea che un approccio olistico al dolore, che prenda in considerazione la persona e non solo una parte del suo corpo, possa aiutare molte persone azzerate, non solo dall'idea di essere malate, ma anche dalla pura sofferenza fisica. Dawn Marcus non si occupa solo di Reiki, ma guarda al Reiki come a un'opportunità.

Che cosa ha visto?

La ricercatrice ha seguito, insieme alle sue due colleghe che firmano il lavoro, più di un centinaio di persone ricoverate in ospedale. Tra queste anche persone sottoposte a chemioterapia. Dopo il trattamento Reiki, tutti sono stati invitati a rispondere ad alcune domande. Il 94% ha riferito che il Reiki è stata un'esperienza positiva. Il 92% ha richiesto sessioni aggiuntive perché si sentiva meglio.

Ma in che cosa consisteva in pratica questo beneficio? Il fatto è che i pazienti hanno colto un miglioramento dei sintomi conseguenti alla malattia o alla terapia. Soprattutto, si sentivano più rilassati, meno ansiosi e preoccupati della loro sorte. In circa la metà dei casi è stata denunciata una riduzione del dolore, un miglioramento del sonno e dell'appetito, e la sensazione di essere meno soli, isolati. Cambia anche l'atteggiamento verso la malattia: c'è più forza per combatterla. E questo può fare la differenza.

Non è facile fare questi studi, anche piccoli, su persone in estrema sofferenza psicofisica. Molti si perdono per strada, come è accaduto in questo studio, e non sempre i medici, gli amministrativi o i familiari sono disponibili a collaborare. Ma chi ritiene di rispondere alle domande, nella stragrande maggioranza dei casi dice di sentirsi meglio.

È importante continuare su questa strada, e andare a fondo alla questione. Noi possiamo vedere l'effetto se pratichiamo Reiki su un nostro caro, ma per diffondere la pratica e convincere chi eroga le cure o assiste i malati bisogna mostrare le prove (e questo è giusto). Delle prove ne parliamo sul numero della rivista in uscita il 20 febbraio, che ospita un dossier sulle Altre medicine contro il dolore.

Dawn Marcus è anche autrice di diversi libri, editi negli Stati Uniti, sugli approcci non convenzionali al dolore e ai sintomi più disturbanti di malattie gravi. Non solo Reiki. Ha scritto sulla pet-therapy: titoli come 'Therapy dogs in cancer care'. Ma è anche un'esperta di cefalee e fibromialgia. Il concetto di fondo è che per combattere il dolore non ci sono solo i farmaci, come siamo abituati a pensare.

Fonte

[American Journal of Hospice and Palliative medicine](#)

Tratto da

[L'Altra Medicina Magazine](#)