

## Reiki in spitale

Traducerea articolului: **Reiki in Hospitals®** by Pamela Miles

*Pamela Miles (www.reikiinmedicine.org), Maestru Reiki practicant din 1986, este posesorul și deține proprietatea intelectuală a acestui document. Sunteți binevenit să folosiți această traducere ca atare, fără copierea sau schimbarea conținutului sau a modului de prezentare, în niciun fel. Întregul conținut este protejat de drepturile de autor (copyright).*

*Traducerea în limba română a fost realizată sub auspiciile Asociației Reiki Usui ® Brașov de către Oana Gabriela Bucur și verificată de către Simon Eniko.*

Pe parcursul a 17 ani de practica Reiki, am avut ocazia de a oferi atat tratament Reiki cat si formare catre lucratori dintr-o gama larga de domenii medicale. Am fost norocoasa sa colaborez cu profesioniști din domeniul medical, dedicati sa imbunatateasca ingrijirea pacientului prin oferirea de terapii non-medicale, cum ar fi Reiki. Acesti colegi mi-au fost mentori de nepretuit, explicandu-mi mecanismele interne ale administratiei spitalelor si educandu-ma asupra preocuparilor pe care, astfel de terapii le pot declansa la medici si asupra felului potrivit de a le expune. Implementarea programelor Reiki in spitale presupune ca practicantii Reiki sa colaboreze cu persoane care se raporteaza la boala intr-un mod foarte diferit de al nostru si care au preocupari sincere pentru proprii pacienti. In acest articol, eu impartasesc experienta mea, in speranta ca veti fi incurajati si indrumati sa initiati un program in propria comunitate. Poate veti culege cateva sfaturi care va vor accelera calea spre succes.

Asistenta medicala din Statele Unite ale Americii a cunoscut schimbari fara precedent in ultimul deceniu. Una dintre aceste schimbari consta intr-o modificare in atitudinea cadrelor medicale fata de utilizarea de terapii non-medicale de vindecare, cum ar fi Reiki. Unele dintre aceste cadre medicale au vazut beneficiile pacientilor (sau macar lipsa efectelor negative) in urma terapiilor de vindecare neconventionale, dar chiar si aceia care nu au vazut aceste beneficii, devin din ce in ce mai constienti de faptul ca pacientii lor folosesc astfel de terapii. Un studiu publicat in "Journal of the American Medical Association" (Jurnalul Asociatiei Medicale Americane) arata ca publicul american cheltuiește mai multi bani din buzunar pe terapii de vindecare decat pe conventionalele vizite la doctor (Eisenberg DM , Davis RB , Ettner SL , Appel S , Wilkey S , Van Rompay M , Kessler RC . Tendinte in utilizarea medicinei alternative in Statele Unite, 1990-1997: rezultate ale unui sondaj de opinie national. JAMA. 11 Nov. 1998 ; 280(18): 1569 - 75) . Ca rezultat, medicii de astazi sunt mai putin susceptibili de a desconsidera terapiile de vindecare din afara schemei medicale, decat erau acum 10 ani. Medicii de maine cer cursuri medicale avand ca subiect, cel putin notiuni de baza ale medicinei complementare si alternative (CAM) pentru a se simti pregatiti. Aceste evolutii dau speranta ca medicina viitorului va fi intr-adevar integrativa, preluand atat din cunoasterea conventionala, stiintifica cat si din intelepciunea abordarilor traditionale, non-stiintifice.

Aceasta nu se poate intampla prea curand pentru practicantii Reiki care lucreaza sau cauta sa lucreze in spitale. Dorinta de a alina suferinta este prezentain fiecare terapeut. In ciuda tuturor beneficiilor pe care le ofera spitalele, ele sunt depozite de mare suferinta, nu doar pentru pacienti si cei dragi lor cat si pentru personalul medical de la toate nivelurile.

Reiki ofera beneficii atat pacientilor cat si celor care ii ingrijesc. Reiki aduce o rapida eliberare de durere si anxietate iar un pacient mai calm si mai echilibrat este mai usor de tratat. Pacientii care practica Reiki ca si auto-tratament devin parteneri mai buni in propria ingrijire medicala, mai implicati in procesul de vindecare. Incepand de la primul curs, cei care invata Reiki nu mai sunt niciodata singuri si neajutorati cu durerea lor. Cei care lucreaza in sistemul medical si care practica Reiki ca si autotratament pot elibera propriul stres si se pot revitaliza astfel incat sa functioneze optim, fara a se simti epuizati de catre proprii pacienti si de presiunile cu care se confrunta.

Reiki nu prezinta dezavantaje medicale si nici contraindicatii cunoscute. Atunci cand un tratament complet nu este posibil, chiar si momente de Reiki aplicate in timpul procedurii medicale ajuta pacientii sa se simta mai confortabil si pot facilita recuperarea ulterioara. Tratamentele Reiki pentru pacientii care se confrunta cu boli cronice, in special pe termen lung si cu derulări de tratamente invazive, cum ar fi

chimioterapia sau radiatiile, pot imbunatati semnificativ calitatea vietii si rezultatele. Beneficiile reducerii stresului sunt bine documentate iar cercetari existente ofera unele dovezi ca Reiki, chiar si ca autotratament, poate reduce stresul.

Reiki poate fi integrat in asistenta medicala in 3 moduri:

1. Medicii pot recomanda pacientilor Reiki sau anumiți practicanti Reiki pe care ii cunosc.
2. Practicantii Reiki din mediul medical sau non-medical pot oferi Reiki pacientilor din sistemul medical fie in intervale de scurta durata in timpul procedurilor medicale conventionale, fie ca tratament de sine statator, fie ca parte o unui studiu de cercetare.
3. Programele ce se deruleaza in spitale pot oferi pregatire Reiki: personalului, pacientilor, membrilor de familie sau altor persoane care pot ingriji pacientii.

Procesul de integrare este sustinut prin educarea celor care se pregatesc pentru intrarea in sistemul medical. In timpul celor 17 ani de practica Reiki, am participat in toate aceste cai de integrare in sistemul medical: oferind Reiki (uneori in timpul interventiei chirurgicale); colaborand la proiectarea si implementarea unor cercetari (inclusiv un studiu finantat de NIH); creand programe unde persoane cu HIV, copii cu cancer sau cu anemie falciforma invata primul grad Reiki; instruind medici si educand persoane ce se pregateau sa intre in mediul medical. Desi pretuiesc fiecare aspect de introducere a Reiki-ului in medicina conventionala, am gasit cea mai mare satisfactie in crearea de programe in spitale, care ofereau instruire Reiki pacientilor. Dorinta de a-mi imputernicia clientii sa se vindece singuri a fost ceea ce m-a motivat in a deveni maestru Reiki. Din primii ani ai epidemiei SIDA (Sindromului Deficientei Imunitare Dobandite) m-am simtit atrasa sa instruiesc oameni care au HIV / SIDA. Suferinta, cu o larga paleta de manifestare, provocata de aceasta boala ingrozitoare m-a atins profund. Atunci cand unul dintre elevii mei a devenit director de programe la "Gay Men's Health Crisis" (aprox. "Asociatia pentru Crizele in Sanatatea Barbatilor Homosexuali")( GMHC ) in New York , am fost recunoscatoare pentru oportunitatea de a preda doritorilor dintre clientii acestei asociatii, primul grad Reiki.

Chiar si cu sprijinul organizatoric puternic, pentru realizarea cursurilor au fost necesare discutii pentru adaptarea lor la politicile si procedurile acestei asociatii. De exemplu, nu exista finantare disponibila pentru cursuri iar asociatia are o politica de a nu percepe taxe pentru servicii, clientilor. Constienta de faptul ca un schimb de energie intre cursanti si maestrul Reiki sustine procesul de vindecare, am cautat sa pun in aplicare un schimb care sa onoreze Reiki si care sa angajeze cursantii fara a incalca politica asociatiei. Asteptarea pentru finantare nu a fost o optiune. Strangerile de fonduri erau directionate catre cercetare si catre furnizarea de necesitati precum produsele alimentare sau consilierea clientilor asupra accesarii ajutoarelor din partea statului.

Posibilitatea ca finantarea sa vina in intampinarea unei necunoscute, nedovedite interventii era nonexistenta. In ceea ce ma priveste, am fost multumita sa ofer cursuri, initial ca si serviciu comunitar. Schimbul imi era clar - clientii invatau Reiki iar eu reuseam sa demonstrez ca Reiki, ca si autotratament, poate aduce beneficii chiar si celor grav bolnavi. Asociatia a fost de acord sa implementeze un proiect de cercetare pentru a evalua rezultatele noastre. Cu toate acestea, stiam valoarea angajarii persoanelor in propriul proces de vindecare. Recunoscand ca exprimarea personala este la indemana fiecaruia, indiferent de nivelul de pregatire si este benefica prin ea insasi, am invitat cursantii sa creeze un articol de exprimare personala, cum ar fi un poem, opera de arta sau simpla declarare a intentiei si sa o aduca la curs.

Asociatia oferea clientilor o masa calda la pranz. Margo Davis (o cursanta care, ulterior, a devenit maestru Reiki) a vizitat locatia asociatiei la orele pranzului, cu cateva saptamani inaintea cursului pentru a strange cursanti. Ea a pregatit o masa cu materiale despre Reiki, un program al cursului si i-a invitat sa se inscrie pe toti cei ce isi manifestau interesul. Li s-a explicat ca, odata inceput cursul, nu se mai pot face inscrieri si ca participarea era necesara in toate cele 4 sesiuni ale cursului. Un membru al personalului care cunostea beneficiarii asociatiei, a ajutat-o foarte mult pe Margo, indicandu-i pe cei ce puteau fi interesati si in acelasi timp apti pentru participarea la curs. Acest ajutor a fost extrem de pretios in procesul de strangere al cursantilor. Membrii de familie, parteneri si persoane care ii ingrijeau pe beneficiarii acestei asociatii au fost invitati , de asemenea, sa participe.

Pentru a sprijini nevoile beneficiarilor asociatiei am organizat cursul in preajma orelor de servire a pranzului. Cursul a durat 4 ore pe zi, de-a lungul a 4 zile lucratoare consecutive. Continuitatea intrunirilor din cele 4 zile a creat o experienta de genul "reculegere si relaxare" pentru cursanti iar durata mare a sesiunilor a insemnat si suficient timp pentru impartasirea experientelor personale. Chiar si acum, persoanele bolnave de SIDA sunt serios marginalizate social. Aceasta marginalizare era mult mai puternica acum 10 ani. In consecinta,

multe dintre aceste persoane n-au mai fost implicate in activitati de grup din momentul imbolnavirii lor.

Cursantii s-au imprietenit cu usurinta in timpul cursului Reiki si au apreciat atat de mult prezenta la sesiuni incat ulterior s-au alaturat grupurilor suport. Deasemenea, noi am organizat reuniuni Reiki periodice. Am avut mari satisfactii sa vedem cat de multi cursanti au continuat sa foloseasca Reiki si sa le auzim povestile. In acele zile, inainte de aparitia terapiilor combinate cu inhibitori de proteaza, multi cursanti au folosit Reiki pentru a face fata situatiilor de urgenta medicala. In mijlocul unei boli cronice severe, cursantii isi manifestau adesea recunostinta pentru simplul fapt ca se simteau mai bine in propria piele, lucru pe care il atribuiam practicii Reiki. Intr-o perioada in care nu era neobisnuit sa-si piarda cate un prieten in fiecare luna, cursantii au impartasit povesti dureroase despre felul in care au vazut cum Reiki aducea pace si confort celor care mureau. Povesteau, deasemenea ca aceasta posibilitate de a alina durerea prietenilor lor ii ajuta pe ei insisi, mai apoi, sa faca fata pierderii.

Predand cursuri la aceasta asociatie, l-am cunoscut pe Robert Schmehr, asistent social autorizat, practicant Reiki si practicant al meditatiei, de multa vreme, care lucra in clinica HIV / SIDA a Centrului Medical Beth Israel din New York. Aceasta clinica avea o abordare cuprinzatoare a ingrijirii pacientului oferind asistenta in domeniul sanatatii mentale, a managementului de situatii, in domeniul stomatologic ca si in cel medical. Pe langa acest program bine inchegat, Robert a creat un program de terapii complementare care oferea beneficiarilor Reiki, terapie cu muzica, shiatsu, meditatie si yoga. Dupa o intalnire initiala cu psihiatrul si cu alti terapeuti, Robert m-a invitat sa prezint Reiki ca un curs intern, personalului clinicii in noiembrie 1996.

Acesta a fost primul meu curs de prezentare Reiki in fata unor profesionisti din mediul medical. L-am simtit ca un examen de admitere si am vrut sa fiu bine pregatita. Robert mi-a impartasit cu generozitate experientele lui, extinzandu-mi nivelul de constientizare asupra bolii si asupra modelului de asistenta in reducerea efectelor negative generate de aceasta. El mi-a indreptat atentia catre nevoile medicale si psihosociale specifice ale pacientilor clinicii. Pacientii acestei clinici HIV din interiorul orasului, proveneau, in cea mai mare parte, din randurile populatiei defavorizate. Cei mai multi se infectasera prin utilizarea de seringi infectate in consumul de droguri sau ca parteneri ai unor astfel de consumatori de droguri. In general, pacientii aveau un diagnostic multiplu, incluzand adesea tulburari psihice. Istoricul lor cuprindea frecvent abuzul sexual, violenta domestica si detentia. 80% din pacienti erau de sex masculin. Informatiile primite de la Robert impreuna cu experienta mea in cadrul asociatiei GMHC mi-au oferit schema a ceea ce trebuia sa explic personalului clinicii astfel incat ei sa poata intelege felul in care Reiki le poate ajuta pacientii.

Am ales intentionat o abordare conservatoare in prezentare. Constienta fiind de aversiunea pe care oamenii de stiinta o au la adresa gandirii nestructurate logic, am avut o mare atentie asupra modului de prezentare a informatiei. De la bun inceput am recunoscut ca nu am dovezi medicale si ca vedeam Reiki ca un sprijin adus foarte bune ingrijiri pe care o oferea clinica. Urma apoi o descriere a ceea ce inseamna Reiki, intr-un limbaj simplu si clar, legandu-ma de conceptul de reducere a stresului din perspectiva medicala. Desi recunosteam Reiki, ca fiind o practica spirituala de vindecare, am fost atenta in a evita referintele metafizice ce nu erau necesare si care puteau crea controverse. Am oferit o privire de ansamblu a cercetarii pana in prezent, admitand limitarile sale. Stiind ca vorbesc, in primul rand, pentru medici, am impartasit intamplari amuzante din timpul cursurilor de la GMHC si am explicat ca Reiki nu prezinta dovezi sau motive de risc pentru siguranta pacientului. Apoi am oferit personalului o experienta directa Reiki. Plimbandu-ma prin camera si plasand cate o mana pe capul cate unui participant la curs, ofeream Reiki la cate doua persoane deodata. (Cele mai multe persoane simt ceva chiar dupa treizeci de secunde de expunere la o singura mana care ofera Reiki.) Participantii au fost, apoi, invitati sa impartaseasca ceea ce au experimentat in scurta lor intalnire cu Reiki. In multe din aceste prezentari, cativa participanti mentionau senzatii de caldura, schimbare in ritmul respiratiei, senzatii de calmare sau de echilibrare. Cursul s-a terminat cu intrebari. Aceasta prezentare facuta la Clinica Beth Israel a fost bine primita iar personalul a fost de acord sa ofer cursuri Reiki in interiorul ei. Prezentarea a fost atat de buna incat am continuat sa folosesc acelasi format al cursului.

Am invatat din aceasta experienta ca profesionistii din domeniul medical sunt, adesea, reticenti in a se expune pe ei insisi in fata colegilor lor. De exemplu, unul din doctorii care a fost tacut pe parcursul acestui curs intern pentru personal a participat ulterior la unul din cursurile mele private de Reiki. Odata convins de faptul ca se afla in camera cu oameni care gandesc asemanator, a vorbit liber despre prima lui experienta Reiki. Venise atunci la prezentarea Reiki din spital, dupa doua zile in care suferise de o migrena care a disparut in timpul

momentului Reiki pe care l-a primit. Totusi, nu s-a simtit confortabil sa impartaseasca aceasta experienta puternica cu colegii lui.

Din nou, ne-am confruntat cu o lipsa de fonduri atunci cand am inceput programul din cadrul spitalului. Robert si cu mine credeam cu tarie in faptul ca practicantii trebuie platiti pentru ca Reiki sa fie luat in serios in medicina spitaliceasca dar stiam deasemenea ca ar fi mai usor sa atragem finantare cu o inregistrare documentata a activitatii. Am ales sa am incredere in viziunea lui Robert, a unui program in totalitate finantat si am inceput sa predau. Desi cursurile mi-au consumat destul timp (predam gradul I Reiki in sesiuni de cate patru ore si jumătate in patru zile consecutive, acordand si timp suplimentar procesului de evaluare) am invatat foarte multe din aceasta munca si a insemnat o extindere Reiki atat de puternica pentru mine incat n-am simtit un dezechilibru in predarea acestor prime cursuri pro bono. Impreuna cu Robert am elaborat un program de evaluare pentru a documenta experientele Reiki ale cursantilor. Robert a avut succes in a obtine finantarea programului astfel incat practicantii sa fie recompensati.

Robert se intalnea cu pacientii recomandati de catre doctorii lor pentru o evaluare in privinta terapiilor complementare. Acei pacienti care puteau participa la cursuri intr-un mod care sa conteze pentru ei insisi au fost invitati sa se alature programului. Ca si la GMHC, accesul la cineva din personal care cunostea pacientii clinicii si care putea aprecia disponibilitatea lor pentru participarea la cursuri a fost de importanta majora in strangerea cursantilor.

In programele Reiki atat de la GMHC cat si din clinica HIV, aproximativ o treime din cei inscrisi nu s-au prezentat la prima sesiune a cursului. Abandonul este frecvent in serviciile pentru persoanele cu HIV, unde pacientii se simt adesea rau si trebuie sa strabata distante lungi pentru a primi ingrijiri. Membrii personalului au fost surprinsi insa, de rata mare de finalizare a cursului in randul celor care ajungeau din prima sesiune. Odata ce programul a fost pus pe picioare, am ramas in contact cu medicii clinicii, facandu-le cunoscuta aprecierea mea pentru feedback-ul si sugestiile primite de la ei. Medicii nu au raportat nici un dezavantaj al programului Reiki din cadrul spitalului. Ei au observat ca pacientii care practicau autotratementul Reiki prezentau o reducere a nivelurilor de stres si de durere, o imbunatatire a somnului si a digestiei si pareau sa se descurce in viata mai bine. Pacientii se simteau mai echilibrati si interactionau mai bine cu personalul medical. Cativa dintre pacientii foarte motivati au reusit, sub supravegherea medicului, sa reduca medicatia psihotropă. Alti pacienti au fost mai deschisi in a folosi ceea ce oferea medicina conventionala, poate pentru ca s-au simtit mai putin coplesiti sau poate pentru ca Reiki ii ajuta sa treaca mai usor peste efectele secundare. Multi pacienti au folosit Reiki in recuperarea dupa consumul de droguri, renuntarea la acestea fiind vitala pentru mentinerea sanatatii. Aceste imbunatatiri pot fi atribuite nu numai atingerii Reiki dar si imputernicirii asupra propriului tratament, a abilitatii de a accesa vindecarea in mod direct.

Aceste observatii ale personalului au fost foarte similare cu cele raportate de catre Eileen Chapman si Geraldine Milton de la "Reiki Journey Clinic" (aprox. "Clinica Calatoria Reiki") din Centrul Comunitar Windana din Melbourne, Australia, un centru de reabilitare pentru persoanele cu dependente de droguri si alcool. Este incurajator faptul ca, in ambele situatii, observatiile au fost facute de catre profesionisti in asistenta medicala, care nu erau practicanti Reiki.

Ca director al departamentului de terapii complementare, Robert a observat ca atat pacientii cat si personalul medical au raspuns la program. In plus, fata de beneficiile concrete in managementul durerii si al stresului, Robert a sesizat ca programul Reiki ii invata pe pacienti sa se simta pe ei insisi ceva mai mult decat doar un corp in durere. El a observat impactul profund al angajarii pacientilor intr-un astfel de dialog orientat metafizic intr-un cadru credibil spitalicesc. Un alt lucru sesizat de Robert a fost faptul ca furnizorii de servicii medicale au inceput, in frecvente dati, sa gandeasca in afara modelului medical standardizat, din momentul in care au vazut imbunatatiri in starea si functionarea propriilor pacienti. Robert a avertizat ca Reiki nu este un panaceu. Rezultatele, in urma cursurilor Reiki, nu sunt aceleasi pentru toata lumea si nu toti au capacitatea de a observa imbunatatirile puternice si uneori subtile pe care le aduce Reiki.

Robert a creat, deasemenea, un program de tratamente prin terapii complementare care ofera Reiki, shiatsu si terapie craniosacrăla, program in prezent sustinut prin finantare public-privata. Impreuna, noi am elaborat politicile descriind nivelul de formare si experienta Reiki necesare practicantilor care ofera tratament in clinica. Am elaborat deasemenea un ghid etic al practicantului. Pentru a evita orice confuzii inutile pentru acei cursanti care au invatat Reiki in clinica, am creat un protocol de tratament standardizat ca rezultat a ceea ce s-a

invatat la curs. Desi exista clienti regulati ai tratamentelor Reiki, shiatsu este un tratament mult mai popular in clinicile HIV.

Programul Reiki a fost, ulterior, preluat si de Spitalul Central St. Lukes-Roosevelt. Am creat, deasemenea, cursuri pentru copiii cu cancer sau cu anemie falciforma, pentru parintii lor si cei care ii ingrijesc, la Centrul Medical Prezbiterian Columbia. Realizarea unor astfel de programe se face intr-un timp destul de lung. Din pacate, cursurile Reiki nu sunt oferite in clinici, in prezent. Reducerile bugetare au obligat personalul sa-si asume mai multe indatoriri. Procesul de strangere al cursantilor din randul populatiei defavorizate implica un efort laborios in a identifica acei pacienti care pot aprecia cursul si care pot participa deasemenea, confortabil la el. Acest proces necesita o angajare considerabila a timpului personalului, timp care, in prezent, nu este disponibil.

Documentatia sprijina integrarea Reiki in cadrul medicinei conventionale. Un sondaj de opinie realizat pe o durata de sapte luni a fost elaborat la GMHC, utilizandu-se un chestionar creat de mine impreuna cu un lucrator in domeniul resurselor umane. Datele s-au pierdut, din pacate, in momentul in care GMHC si-a schimbat locatia, insa, inainte de aceasta am apucat sa facem o prelucrare preliminara a datelor. Sondajul indica o relatie directa intre practica Reiki si o buna functionare si o relatie indirecta intre practica Reiki si durere. Cursantii raportau practicarea autotratamentului Reiki zilnic, indata dupa terminarea cursului. Deasemenea raportau o foarte buna functionare in viata de zi cu zi si niveluri scazute ale durerii. Sondajul arata ca, pe masura trecerii timpului, practica lor Reiki a devenit mai putin consistenta. Autotratamentul neregulat a fost in curand acompaniat de o functionare mai reduasa in viata de zi cu zi si de un nivel crescut de durere. Poate pentru ca incepusera sa se simta foarte rau, ei au reinceput sa practice Reiki intr-un mod mai regulat; si din nou am vazut in datele sondajului o crestere a functionalitatii si o scadere a durerii.

Dupa consultarea cu un cercetator senior in terapiile manuale, am creat un program de evaluare pentru cursurile din spitalele HIV. Ca si in cazul sondajului de la GMHC, participarea cursantilor era voluntara. Nu este nici etic, nici in interesul stiintei a pretinde cursantilor sa participe la orice fel de cercetare. Studentii care au participat, au completat in scris doua chestionare, scale standardizate care si-au dovedit validitatea in cercetare, inainte si dupa douazeci de minute de practica Reiki in a treia zi si a patra zi din cele patru zile consecutive ale cursului. O sesiune de practica consta in autotratament Reiki iar in urmatoarea zi cursantii primeau tratament Reiki din partea unor alti cursanti, alesi aleatoriu. Un chestionar evalua durerea iar celalalt nivelul de anxietate. Rezultatele programului de evaluare au fost facute publice in editia revizuita din martie 2003 a revistei medicale "Alternative Therapies in Health and Medicine" (Terapii Alternative in Sanatate si Medicina) (rezultatele pot fi gasite pe MEDLINE sau pe [www.reikiinmedicine.org](http://www.reikiinmedicine.org) la categoria References and Resources / Articles). Am vazut o reducere semnificativa atat in nivelul durerii cat si in cel al anxietatii dupa douazeci de minute de tratament Reiki. Atat autotratamentul cat si tratamentul primit din partea altui cursant au adus aceeasi imbunatatire.

Practicantii care doresc sa introduca Reiki intr-un mediu conventional medical, cum ar fi spitalele, centrele de ingrijire sau centrele hospice ar face bine sa se familiarizeze cu cercetarile Reiki existente. Putine studii au fost facute publice si cele mai multe sunt viciate dar numarul studiilor Reiki este in crestere si calitatea lor se imbunatateste, in parte datorita cresterii disponibilitatii de finantare pentru cercetarea tratamentelor neconventionale. Cele mai utile studii Reiki raportate pe parcursul anului 2002 sunt rezumate in articolul "Reiki: Review of a biofield: therapy-history, theory, practice, and research" (Reiki: Privire de ansamblu asupra unui biocamp: terapie-istorie, teorie, practica si cercetare"), publicat in editia revizuita a revistei medicale Alternative Therapies in Health and Medicine din martie 2003. (Aceasta editie este disponibila pentru downloadare de pe website-ul meu [www.reikiinmedicine.org](http://www.reikiinmedicine.org), la categoria References and Resources/ Articles.) Informatii despre cercetarile actuale finantate de National Center for Complementary and Alternative Medicine (Centrul National pentru Medicina Complementara si Alternativa)(NCCAM) din cadrul National Institutes of Health (Institutiile Nationale pentru Sanatate)(NIH) sunt disponibile pe <http://nccam.nih.gov/>. Cei interesati pot accesa gratuit sectiunea Complementary and Alternative Medicine( Medicina Complementara si Alternativa)(CAM) a PubMed pe [www.ncbi.nlm.nih.gov/PubMed/](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/PubMed/).

Practicantii Reiki interesati in realizarea unei cercetari ma contacteaza adesea pentru a-mi cere sfaturi. Sfatul meu este foarte simplu: sa colaboreze cu un cercetator profesionist si cu un doctor care sa lucreze in randul populatiei alese pentru a fi studiata. Cercetarea cu continut logic, semnificativ va ajuta medicina conventionala sa aprecieze ceea ce Reiki poate oferi pacientilor insa persoanele care nu sunt instruite in

metodele de cercetare au putine sanse sa creeze si sa execute studii care sa aiba credibilitate in comunitatea medicala. Chiar si medicii conventionali si asistentele sunt slab echipati in angajarea intr-un astfel de demers daca nu au o pregatire specifica in metodele de cercetare. Toate cercetarile care implica subiecti umani (nu doar pacienti ci si cursanti, angajati si altii) trebuie aprobat de catre un Institutional Review Board for Research with Human Subjects (Consiliu Institutional de Analiza pentru Cercetarea cu Subiecti Umani)(IRB). Cercetatorii trebuie sa prezinte in scris o descriere detaliata a cercetarii lor, a felului in care o vor executa si a motivatiei cercetarii catre IRB-ul institutiei sau institutiilor din domeniul carora vor face cercetarea. Ei trebuie, deasemenea, sa obtina consimtamantul de la fiecare subiect informat oficial, iar documentul consimtamantului trebuie sa fie conform cu cerintele IRB. In plus, o aprobare speciala trebuie obtinuta pentru colectarea datelor personale medicale.

Cei care sunt serios interesati in realizarea unei cercetari pot lua in considerare participarea la workshop-ul de doua zile, oferit de Touch Research Institute ( Institutul de Cercetare a Terapiilor Manuale )(TRI) din cadrul University of Miami medical school (Universitatii Miami de studii medicale). Mai multe informatii despre seminarii si despre cercetarea extinsa realizata de catre TRI sunt disponibile pe [www.miami.edu/touch-research](http://www.miami.edu/touch-research). Desi studiile realizate de catre TRI nu vizeaza Reiki in mod special, ele pot ajuta potentialii cercetatori Reiki sa inteleaga problemele in dezvoltarea unei teme de cercetare, in crearea metodei de cercetare si in masurarea efectelor unei interventii.

Desi importanta cercetarii pentru integrarea Reiki in spitale este clara, valoarea documentarii beneficiilor atat din programele de tratamente cat si din cele ale cursurilor de pregatire este, adesea, trecuta cu vederea. Ceva atat de simplu ca demonstrarea faptului ca pacientii tratati cu Reiki au o mai mare satisfactie si comfort in decursul unui tratament medical decat pacientii netratati cu Reiki, poate fi semnificativ in castigarea sprijinului administratiei spitalelor. Schimbari pozitive in comportamentul pacientilor clinicilor pot fi urmarite prin colectarea de date ce vizeaza aderarea la procedurile de ingrijire, cum ar fi prezenta la vizitele programate, auto-administrarea medicamentelor si, acolo unde este cazul, mentinerea starii de sobrietate. Prezentarea datelor care compara calitatea internarilor in spital pentru pacientii care folosesc Reiki cu cea a internarilor pacientilor care nu folosesc Reiki demonstreaza nu numai beneficiile Reiki dar si o apreciere a ceea ce este mai important atat pentru administratia spitalului cat si pentru companiile de asigurari medicale.

Incurajez practicantii Reiki sa scrie rapoarte de caz care sa documenteze credibil utilizarea Reiki ca parte a unui program de tratament complet. Acest lucru poate fi cel mai lesne de realizat in colaborare cu un furnizor de servicii medicale. Linii orientative pot fi gasite pe website-ul meu [www.reikiinmedicine.org](http://www.reikiinmedicine.org) la sectiunea References and Resources /Articles - " The Bridge to Conventional Medicine. " ("Podul catre Medicina Conventionala").

Practicantii Reiki care lucreaza cu oameni cu boli cronice stiu ca Reiki este un sprijin natural pentru medicina conventionala. Dar Reiki va fi binevenit in mediile medicinei conventionale doar atunci cand profesionistii medicali si administratia vor recunoaste beneficiile pe care aceasta metoda blanda si inselator de simpla le ofera. Provocarea noastra ca si practicanti Reiki este aceea de a comunica aceste beneficii intr-un mod respectuos celor care lucreaza in asistenta medicala si in administratie. Trebuie sa ne cultivam rabdarea si claritatea astfel incat sa putem prezenta Reiki - practica, teoria sau observatiile noastre de ordin medical - simplu, fara a face cereri nedocumentate sau fara a genera situatii controversate, lasand loc pentru ca altii sa traga concluziile. Daca noi putem face asta, vom putea atunci stabili relatii cu deschizatorii de usi ce ne vor permite sa aducem Reiki in mediile medicale si sa largim domeniul de atingere si alinare a suferintei cu mult peste cat o putem face doar in practica privata.

2003, Pamela Miles

Daca oferiti Reiki intr-o organizatie medicala, va rog sa-mi trimiteti un email cu descrierea programului vostru, localizarea lui (includeti date de contact) si de cat timp functioneaza. Poate il putem include intr-un viitor "Reiki in Hospitals" ("Reiki in Spitale").