

### Gli studi sul Reiki tra evidenze scientifiche e risultati concreti

Negli ultimi anni si sono moltiplicati gli studi sul **Reiki**. Sebbene ancora troppo pochi e non sempre perfetti dal punto scientifico (campioni poco numerosi, difficoltà a misurare l'effetto placebo per tale tecnica) ve ne sono ormai molti sufficientemente accurati da meritare la pubblicazione su riviste scientifiche. Anche se, come sosteneva Albert Einstein, "Non tutto ciò che conta può essere contato e non tutto ciò che può essere contato, conta", il rapporto tra **Reiki** e ricerca scientifica non può essere ignorato e rappresenta una sfida significativa. Questo perchè, come riportato dal dott. **Andrew Weil**, "qualsiasi ricerca che dimostri che un approccio non fisico può modificare un sistema fisico è estremamente rilevante poichè mette in discussione il paradigma predominante secondo il quale solo un **intervento fisico** può produrre un **cambiamento fisico** nell'organismo. Vorrei che la medicina fosse meno vincolata a questa concezione materialistica e la ricerca sulla medicina energetica costituisca una delle vie attraverso cui questo avviene".

Nonostante l'elevato interesse nei confronti di questa disciplina la ricerca sul **Reiki** è ai primordi. La letteratura disponibile comprende **casi clinici, studi descrittivi e studi randomizzati controllati** condotti su un esiguo numero di pazienti. I **benefici** dei trattamenti Reiki possono essere misurati sia in modo obiettivo che attraverso un'**autovalutazione** (come per esempio quella che riguarda la percezione del dolore e la qualità della vita). Quando vengono misurati i cambiamenti biologici correlati ai trattamenti Reiki occorre ricordare che questa tecnica non mira alla malattia, ma stimola il ripristino complessivo dell'equilibrio nell'individuo. Quando i ricercatori studiano il **Reiki** devono affrontare la questione relativa alla mancanza di una formazione standardizzata senza la quale è molto difficile mettere a confronto un operatore con un altro. La cosa più prossima all'uniformità tra gli operatori è rappresentata dall'addestrarli all'interno di un progetto di ricerca. Inoltre i risultati del **Reiki** sono fortemente correlati ai **bisogni della singola persona** ricevente (il Reiki va dove serve, quanto ne serve e raggiungendo il massimo equilibrio possibile in quella situazione, non l'equilibrio ideale che desideriamo noi!). Se gli operatori sanitari vengono formati al Reiki, possiedono anche l'esperienza clinica necessaria per lavorare con i pazienti. Se i pazienti o le persone sane, non operanti nel settore sanitario, imparano la tecnica, si possono studiare gli effetti dell'autotrattamento. Anche la dott.ssa **Maria Danilychev** (medico di San Diego in California specializzato in Medicina Interna, Geriatria, Cure Palliative e Direttore Medico di un Hospice) nel suo articolo "Is There Scientific Proof That Reiki Works?" del 2017 si chiede se ci sono evidenze che il Reiki funzioni da un punto di vista scientifico e non dal punto di vista del Reiki. Nonostante sia anche un'insegnante Reiki, le sue riflessioni come medico davvero sono molto interessanti.

La dott.ssa Danilychev, al di là della sua lunga esperienza con il Reiki, sostiene di avere, come medico e ricercatore clinico, **sufficienti prove**, che il Reiki sia effettivamente efficace per una vasta gamma di situazioni, e che questa efficacia vada ben oltre l'effetto placebo. In generale, al fine di dimostrare l'**efficacia** di qualsiasi modalità di trattamento per qualsiasi indicazione, sono necessarie numerose prove cliniche ben progettate e di alta qualità rispetto al problema specifico che stiamo cercando di studiare e affrontare. Condurre ricerche di alta qualità sul Reiki richiede molto tempo e denaro, operatori ben addestrati, progettazione di qualità, analisi statistiche appropriate e così via. Inoltre, per convincere la

comunità scientifica che una particolare tecnica sia effettivamente efficace per qualcosa, è necessario un numero più elevato di studi di alta qualità, in modo che essi possano essere eventualmente analizzati. La maggior parte degli **studi clinici sul Reiki** non è ben progettata. Ci sono sfide oggettive nei metodi di ricerca che possono essere utilizzati per condurre ricerche cliniche nel Reiki (è difficile se non impossibile fare ricerche in doppio cieco perché l'operatore non può non sapere se sta facendo Reiki o no mentre ce ne sono diverse in singolo cieco con il paziente che non sa se è trattato o no).

## **UNA SPIEGAZIONE SCIENTIFICA DEL REIKI**

Le correnti elettriche nel corpo: Alcuni aspetti dell'attività dei guaritori stanno cominciando a essere compresi da un punto di vista scientifico, mentre si cerca di formulare una teoria relativa al modo in cui il reiki interessa i campi elettromagnetici generati da tutte le cose viventi. Di questo affascinante argomento parla il dott. James Oshmann nel suo recente libro, *Energy Medicine – The scientific basis*. Da qualche tempo sappiamo che nel corpo passano correnti elettriche che fluiscono attraverso il sistema nervoso e costituiscono uno dei modi in cui il corpo regola se stesso. Il sistema nervoso è collegato con tutti gli organi e i tessuti del corpo, e coordina il flusso proveniente dal cervello per regolare tutte le attività dell'organismo.

## **SCIENZA E REIKI**

Vi sono anche correnti elettriche che fluiscono dal cuore tramite il sistema circolatorio, reso praticabile dalla soluzione salina del sangue, che fornisce così un'ulteriore via di passaggio dell'elettricità; oltre 80.000 km. Di vasi sanguigni permettono all'elettricità del cuore di raggiungere ogni parte del cuore. Le correnti elettriche toccano tutte le cellule del corpo e passano tra di esse. Molte cellule contengono cristalli liquidi, presenti nelle membrane cellulari, nelle guaine mieliniche dei nervi e in varie altre zone. Tutti i cristalli producono effetti pizelettrici quando ricevono una pressione, e perciò i cristalli liquidi del corpo generano continuamente correnti elettriche, le quali sono spesso coerenti: vale a dire che, come nel caso di un laser, le frequenze in una data area sono tra loro in armonia.

Queste vibrazioni Possono viaggiare all'interno del corpo e anche irradiarsi nell'ambiente circostante; ciò fa venire in mente i potenziali effetti terapeutici del tambureggiamento: mentre la pressione generata dai colpi interagisce con i tessuti del corpo, si creano correnti e campi elettrici ritmici che influiscono sull'attività biologica dei tessuti stessi.

Un secondo sistema nervoso: Il perineurio e i campi biomagnetici

Il perineurio è composto da uno strato connettivo che circonda il sistema nervoso centrale; esso è stato descritto da Robert O. Becker in una serie di articoli [Evidence for a Primitive DC Electrical Analog System Controlling Brain Function, In *Subtle Energies*, 2(1) /1991, p.71-88]

Oltre la metà delle cellule del cervello sono perineurali. Il perineurio opera con corrente diretta, è controllato da onde cerebrali ed è direttamente implicato nel processo di guarigione. Quando una qualunque parte dell'organismo subisce una lesione, il sistema perineurale genera nell'area danneggiata un potenziale elettrico che avverte il corpo, mentre invia nel punto interessato cellule risanatrici come globuli bianchi, fibroblasti e cellule

cutanee mobili. Quando la lesione guarisce, il potenziale elettrico cambia. Il sistema perineurale è anche molto sensibile e reattivo a CAMPI MAGNETICI ESTERNI. Tutte le volte che una corrente elettrica scorre in un conduttore, intorno a questo si crea un campo magnetico. Le correnti che fluiscono negli esseri umani generano campi chiamati biomagnetici che penetrano e circondano il corpo, e sono stati misurati per mezzo di magnetometri assai sensibili. Per misurare i campi biomagnetici di molte parti dell'organismo, tra cui il cervello, il cuore e vari organi, il dott. Jhon Zimmerman della facoltà di medicina dell'università del colorado si è servito di uno SQUID (Super Conducting Quantum Interference Device, dispositivo a superconduttore convenzionale ad interferenza quantistica). I valori biomagnetici stanno diventando utili per capire come opera il corpo e nella diagnosi delle malattie. [D. Cohen, E.A. Edelsack, J.E. Zimmerman, "Magnetocardiograms Taken inside a Shielded Room with a Superconducting Point-Contact Magnetometer", in Applied Physics Letter, 16/1970, p 278-280]

Il cuore possiede il campo biomagnetico di maggiore intensità, misurato fino ad una distanza di oltre 4,5 metri. Il cervello e tutti gli altri organi sono anch'essi circondati da campi biomagnetici che pulsano a varie frequenze e interagiscono l'uno con l'altro. Finchè rimane sano un organo possiede una specifica frequenza che cambia in caso di lesioni. L'insieme di tutti i campi biomagnetici da luogo ad un campo complessivo che circonda il corpo ed è, naturalmente, simile a ciò che chiamiamo AURA, di cui può quindi costituire uno dei principali elementi, sebbene presenti anche altri aspetti.

### **L'INTERAZIONE DEI CAMPI BIOMAGNETICI TRA INDIVIDUI**

I campi interagiscono con altri in prossimità del corpo, compresi i campi di altre persone; tale principio è chiamato induzione e significa che un campo magnetico può avere effetto su di un altro, modificandolo e variando l'intensità e la frequenza delle correnti elettriche che scorrono nel suo conduttore. Quindi il campo biomagnetico di un individuo influisce su quello di un altro, con possibili effetti sul suo benessere e sul funzionamento di organi e tessuti. Ciò conferisce un significato reale all'espressione "personalità magnetica" e spiega anche tecnicamente il fatto che una persona riesca a operare terapeuticamente su di un'altra. Perciò da un punto di vista scientifico, l'essere di un individuo non si ferma alla pelle, ma si estende all'ambiente circostante. A livello di esperienza personale, sappiamo che ciò è vero, dal momento che tutti percepiamo la presenza di altri; ora ne abbiamo la prova e la spiegazione tecnica. Anche le mani sono circondate da campi biomagnetici; quelle delle mani dei guaritori, misurati mentre operavano per mezzo di un semplice magnetometro consistente in due bobine di 80.000 spire ciascuna e collegato ad un amplificatore, sono risultati molto più intensi dei campi degli individui normali. Le mani dei guaritori avevano un'intensità di campo di 0,002 gauss, mille volte maggiore di quella di qualsiasi altro campo emesso dal corpo. Il campo pulsava con una frequenza variabile compresa tra 0,3 e 30 Hz, con la concentrazione maggiore di energia nel raggio di 7-8 Hz.

[C.W. Smith, "Biological Effects of Weak Electromagnetic Fields", In M.W. Ho, F-A, Popp, U. Warnke (a cura di) Bioelectrodynamics and Biocommunication, Singapore, World Scientific, 1994, capitolo 3, p.81-107] [A Seto, C Kusaka, S Nakazato et al., "Detection of Extraordinary Large Biomagnetic Field Strength from Human Hand", in Acupuncture and ElectroTherapeutics Research International Journal, 1992, p.17, 75-94]

## **IL CONCETTO METAFISICO: LA MALATTIA INIZIA NELL'AURA O CAMPO BIOMAGNETICO**

L'energia terapeutica nelle mani è almeno parzialmente generata dal sistema perineurale che circonda i nervi e crea un percorso per le correnti elettriche dirette: queste vengono modulate dalle onde cerebrali, che sono a loro volta controllate dal talamo. Oltre al biomagnetismo, dalle mani possono emanare altre forme di energia terapeutica; in base ad alcune prove, delle mani dei guaritori scaturiscono raggi infrarossi, microonde e altri tipi di emissione fotonica a cui i sistemi biologici sono sensibili. Quando una persona è malata, uno o più organi del suo corpo avranno frequenze biomagnetiche comprese in una banda non salubre. Herbert Frohlich, un ricercatore che ha scoperto molti aspetti interessanti dei campi biomagnetici del corpo, così spiega il processo: Un insieme di cellule, in un tessuto o in un organo, possiedono sicuramente determinate frequenze comuni che regolano processi importanti, come la divisione cellulare. Normalmente, tali frequenze di controllo sono molto stabili; se per qualche ragione, la frequenza di una cellula cambia, i segnali trascinanti delle cellule vicine tenderanno a reinstallare la giusta vibrazione. Tuttavia, se un numero sufficiente di cellule esce dal sincronismo, l'intensità delle vibrazioni collettive del sistema può diminuire fino alla perdita della stabilità e della coerenza, provocando spesso malattie o disfunzioni. Ciò concorda con il concetto metafisico secondo cui la malattia inizia nell'aura o nel campo biomagnetico, prima di svilupparsi nel corpo fisico.

Quando una guaritrice pone una mano vicino ad un organo malato e comincia il trattamento, il campo biomagnetico emesso dalle sue mani diventa molto più intenso di quello dell'organo e inizia a pulsare alle frequenze necessarie per la cura di quest'ultimo. Grazie alla maggiore intensità, il campo biomagnetico della guaritrice induce le frequenze salubri nell'organo nel campo dell'organo malato, che viene in tal modo stimolato a riportare le proprie vibrazioni nella banda positiva. Tale correzione influisce a sua volta sulle correnti elettriche che fluiscono nelle cellule e nel sistema nervoso all'interno dell'organo e intorno ad esse, nonchè su suoi processi biologici, e così può aver luogo la guarigione. Sono state studiate alcune delle frequenze terapeutiche per vari tessuti del corpo: i nervi guariscono a una frequenza di 2 Hz, le ossa a 7 Hz, i legamenti a 10 Hz e i capillari a 15 Hz.

Il processo può anche essere reversibile, quando un guaritore esamina o cerca di trovare zone disturbate nel campo biomagnetico di un paziente; in questo caso egli sposta lentamente una o entrambe le mani pochi centimetri sopra il corpo, stando attento alle sensazioni che avverte nei palmi. Il campo del paziente induce cambiamenti in quello delle mani del guaritore che quest'ultimo è in grado di percepire, riuscendo così a localizzare le aree disturbate. Una delle caratteristiche peculiari del reiki consiste nel fatto che la capacità di praticarlo deriva da un'attivazione; inoltre esso non deve essere diretto dalla mente conscia del guaritore, ma agisce autonomamente, senza ricorrere all'energia personale di questi.

[B.F. Siskin, J. Walker, "Therapeutic Aspects of Electromagnetic Field for Soft Tissues healing", in M. Blank (a cura di) *Electromagnetic Fields: Biological Interactions and Mechanisms*. Advances In Chemistry Series 250, WASHINGTON DC, American Chemical Society, 1995, p. 277-285 – [H. Frohlich "Coherent Electric Vibrations in Biological System and the Cancer Problem", in *IEEE Transactions on Microwave Theory and Techniques* MTT, 26/1978, p. 613-617 [P. Andersen, S.A. Andersson, ["Physiological Basis of the Alpha Rhythm", New York, Appleton-Century Crofts, 1968]

## COME OPERANO L'ATTIVAZIONE E I TRATTAMENTI DEL REIKI

L'attivazione potrebbe risvegliare in ciascuno di noi un elemento congenito che possiede un livello superiore di intelligenza riguardante l'integrità, il benessere e la guarigione; poiché l'intelligenza risiede all'esterno della mente conscia, sarebbe corretto che affermare che essa proviene da una fonte superconscia dentro di noi. Inoltre, il fatto che il reiki non attinge all'energia di chi lo pratica denota che l'attivazione rende operante una fonte energetica diversa da quella che provvede alle nostre necessità quotidiane. Perciò il reiki conferma che possediamo un potenziale nascosto, latente nella maggior parte delle persone, ma in grado di essere destato. Il superconscio può allora guidare il funzionamento del talamo e del sistema nervoso perineurale per generare energia reiki e convogliarla sull'area danneggiata. Attraverso le mani del guaritore. L'energia reiki può configurarsi semplicemente come una miscela speciale composta da energia biomagnetica di altri tipi, e creata dalla mente superconscia esattamente secondo quanto richiesto dalla parte del corpo su cui vengono poste le mani, così da riavviare e completare il processo di guarigione.

Sulla base di questi concetti, possiamo immaginare che siano possibili tipi di terapia più potenti o efficaci, qualora vengano impiegati aspetti ancora più elevati della mente superconscia per formulare specifiche combinazioni di frequenze e intensità energetiche allo scopo di raggiungere la guarigione con maggiore rapidità e in casi di particolare gravità. La guarigione potrebbe comportare speciali mescolanze d'amore, compassione e grazia, che contribuiscono a stimolare la parte malata a liberarsi da vecchi schemi e recuperare la salute. La terapia più efficace può essere paragonata ad un meccanico d'auto straordinariamente abile, che, grazie alla sua grande esperienza ed intelligenza, riesce a risolvere problemi che i colleghi non sono in grado di affrontare. Aumentando la capacità di percezione e curando noi stessi più in profondità, il nostro potenziale di guaritori continuerà ad essere stimolato, consentendoci di fare riferimento ad aspetti superiori della mente superconscia per sviluppare facoltà ancora più raffinate.

## ARTICOLI:

*Molti degli studi sul Reiki e delle ricerche qui elencate sono tratte da **PubMed**, la banca dati biomedica on line sviluppata dal National Center for Biotechnology Information (NCBI) presso la National Library of Medicine (NLM). Sebbene non sia l'unica banca dati di questo tipo, con i suoi circa 16 milioni di citazioni di articoli scientifici dagli anni '50 del '900 ad oggi PubMed è considerata il punto di riferimento nel suo campo. Il valore scientifico delle informazioni è garantito dalla selezione manuale dei contenuti condotta da qualificati comitati scientifici.*

- 2019 – Alternative and Integrative Medicine (vol.8, n.3): *Why Do Touch-Based Therapies (Reiki, Healing Touch and Therapeutic Touch) Work?* ([link](#))
- 2019 – Journal of Alternative and Complementary Medicine (Vol.25, n.10): **Recente studio dimostra l'efficacia del Reiki sulla salute fisica e psicologica**
- 2017 – Enfermeria Global: **Gli effetti del Reiki sul benessere soggettivo**
- 2015 – Clinical Case Reports and Reviews: *Use of Reiki as a biofield therapy: An adjunct to conventional medical care* ([link](#))

- 2014 – Journal of Alternative and Complementary Medicine: *Enhanced coherence within the theta band between pairs of brains engaging in experienced versus naïve Reiki procedures* ([link](#))
- 2013 – Evidence-based complementary and alternative medicine: **Il Reiki migliora la mobilità della spalla come la fisioterapia: uno studio**
- 2012 – Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade: *Utilização de escalas psicométricas na avaliação dos possíveis efeitos terapêuticos do Reiki* ([link](#))
- 2012 – Tesi di Laurea di Heather M. White presso University of Maine: *Hybrid Healing: Reiki and the Integration of Complementary and Alternative Medicine (CAM) Into Biomedicine* ([link](#))
- 2012 – Tesi di dottorato di Helen Elizabeth Gibson (University of Leeds UK): *Exploring the Effects of Reiki Self-Use on Health Literacy* ([link](#))
- 2010 – Holistic nursing practice: **The Touchstone Process: una revisione degli studi USA sul Reiki**
- 2010 – International Journal of Behavioral Medicine: *Biofield therapies: helpful or full of hype? A best evidence synthesis* ([link](#))
- 2009 – Journal of Alternative and Complementary Medicine: *A systematic review of the therapeutic effects of Reiki* ([link](#))
- 2009 – Nursing Science Quarterly: *Reiki and changes in pattern manifestations* ([link](#))
- 2009 – INFAD Revista de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology: *A influencia da terapia de Reiki em indicadores de saude* ([link](#))
- 2008 – Alternative and Complementary Therapies: *A systematic review of the use of reiki in health care* ([link](#))
- 2008 – Tesi di Laurea di Tannis Mardece Hargrove all'Università del Montana: *A Phenomenological Study of Reiki Practitioners and Their Perceptions of Reiki as it Relates to Their Personal Health* ([link](#))
- 2007 – Holistic nursing practice: *An integrative review of Reiki touch therapy research* ([link](#))
- 2004 – Home Health Care Management & Practice: *Reiki: The Re-Emergence of an Ancient Healing Art in Modern Times* ([link](#))
- 2003 – Alternative Therapies in Health and Medicine: *Reiki: a starting point of the integrative medicine* ([link](#))
- 2003 – Alternative Therapies in Health and Medicine: *Reiki: review of a biofield therapy history, theory, practice, and research* ([link](#))
- 2001 – Alternative and Complementary Therapies: *Harnessing Life Energy or Wishful Thinking? Reiki, Placebo Reiki, Meditation, and Music* ([link](#))
- 2000 – Holistic nursing practice: *The Empowering Nature of Reiki as a Complementary Therapy* ([link](#))

## ASPETTI EMOTIVI E MALATTIE MENTALI

- 2020 – Explore: “The effect of preoperative Reiki application on patient anxiety levels” ([link](#))

- 2019 – Research, Society and Development, *Práticas integrativas e complementares: estratégia de cuidado por meio do Reiki em pessoas com depressão* ([link](#))
- 2018 – Master in infermieristica di Silvana Possani Medeiros all'Università Federale di Rio Grande in Brasile: *Reiki como tecnologia de cuidado em enfermagem as pessoas com depressao* ([link](#))
- 2018 – Revista Presencia. Salud mental, investigation y humanidades, *Study of the NIC 1520 nurse intervention: Reiki in patients diagnosed with anxiety disorder* ([link](#))
- 2017 – Departamento de Enfermería. Facultad de Medicina UAM (Madrid): *Estudio de la intervención NIC 1520: Reiki en pacientes diagnosticados de trastorno de ansiedad* ([link](#))
- 2016 – Revista latino-americana de enfermagem: **I benefici di massaggi e Reiki nelle persone affette da stress e ansia.**
- 2015 – Journal of integrative medicine: *The use of self-Reiki for stress reduction and relaxation* ([link](#))
- 2012 – The International Journal of Healing and Caring: *Effects of Reiki Treatment on Anxiety and Depression: A Randomized Control Trial* ([link](#))
- 2011 – Journal of Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine: **I benefici del Reiki per ansia e depressione**
- 2010 – Brain Research Bulletin: **Gli effetti del Reiki su benessere e stress in uno studio su degli studenti**
- 2005 – Focus on Alternative and Complementary Therapies: *Why Prozac when we have Reiki?*
- 2005 – XX Congresso Nazionale S.I.M.P. Società Italiana di Medicina Psicosomatica: *Reiki, una cura spirituale dell'ansia, della depressione e del dolore in clinica* (Autori: Elisabetta Cofrancesco, Luisa Merati, Teresa Vitale)
- 2004 – Alternative therapies in health and medicine: **Gli effetti a lungo termine del Reiki su depressione e stress.**
- 2003 – Tesi di Laurea di Zuleikha Ahmed (Rand Afrikaans University – Johannesburg, Sudafrica): *A literature review investigating the effects of Reiki and complementary and alternative therapies on depression* ([link](#))
- 2002 – Riza Scienze – Reiki il tocco che cura: *Reiki e psicoterapia* di Luisa Merati (n°164)
- 2001 – Journal of Advanced Nursing: **Gli effetti del Reiki sui parametri biologici dello stress: uno studio.**

## STRESS LAVORATIVO E BURNOUT DEGLI OPERATORI SANITARI

- 2019 – Tesi per il Master universitario di Professionista della Salute dell'Università Federale di Uberlandia (Brasile): *Praticas integrativas e complementares na promocao da saude de servidores publicos federais: contribuicoes da terapia Reiki* ([link](#))
- 2018 – Journal of oncology and medicine: *Acupuncture and Reiki as a Prevention Strategy of Burnout and Occupational Stress in Oncology* ([link](#))

- 2017 – International Journal for Human Caring: **Insegnare agli infermieri il Reiki per la cura di sé.**
- 2016 – International E-Journal of Advances in Social Sciences: **Il Reiki per lo stress del personale di un'azienda informatica: uno studio.**
- 2015 – Journal of Alternative and Complementary Medicine: **Il Reiki riduce il burnout dei professionisti della salute mentale**
- 2011 – Journal of Holistic Nursing: *The Effect of Reiki on Work-Related Stress of the Registered Nurse* ([link](#))
- 2011 – Revista Latino-Americana de Enfermagem: **L'applicazione del Reiki sugli infermieri con sindrome di burnout.**
- 2011 – Biological Research For Nursing: **Gli effetti immediati del Reiki su operatori sanitari con sindrome di burnout.**
- 2010 – Creative nursing: *Reconnecting to nursing through Reiki* ([link](#))
- 2009 – Holistic Nursing Practice: *Nurses' lived experience of Reiki for self-care* ([link](#))

## DISTURBO POST TRAUMATICO DA STRESS

- 2017 – SIT Graduate Institute (Vermont USA): *Reiki and Healing Touch: Implications for Trauma Healing* ([link](#))
- 2015 – Air War College (Alabama – USA): *Reiki: Application As A Modality of Integrative Therapy For Treating Post-Traumatic Stress Disorder And Other Wounded Warrior Issues* ([link](#))
- 2001 – Complementary Therapies in Nursing and Midwifery: **Gli effetti del Reiki sui sopravvissuti alle torture di Sarajevo.**

## REIKI NEGLI OSPEDALI

- 2020 – Journal of holistic nursing: **Reiki negli ospedali: i benefici di un progetto biennale negli Stati Uniti**
- 2018 – The Journal of Alternative and Complementary Medicine: *Immediate Symptom Relief After a First Session of Massage Therapy or Reiki in Hospitalized Patients: A 5-year Clinical Experience from a Rural Academic Medical Center* ([link](#))
- 2017 – Relazione scientifica dell'Instituto Politécnico de Viseu (Portogallo): *Reiki complementary therapy in nursing practice* ([link](#))
- 2017 – Advanced integrative Medicine: *Building a Reiki and Healing Touch volunteer program at an Academic Medical Center* ([link](#))
- 2014 – Dimensions of Critical Care Nursing: *Development of a hospital reiki training program: training volunteers to provide reiki to patients, families, and staff in the acute care setting* ([link](#))
- 2014 – Holistic nursing practice: *Initiating a Reiki or CAM program in a healthcare organization—developing a business plan* ([link](#))
- 2014 – Journal of nursing education: *Integrating Reiki and Community-Engaged Scholarship: An Interdisciplinary Educational Innovation* ([link](#))



- 2013 – Holistic Nursing Practice: *An Integral Nursing Education Experience: Outcomes From a BSN Reiki Course* ([link](#))
- 2013 – Journal of PeriAnesthesia Nursing: *Usui Reiki in an Ambulatory Surgery Center* ([link](#))
- 2013 – Journal of PeriAnesthesia Nursing: *The Effect of Reiki on Women's Preoperative Anxiety in an Ambulatory Surgery Center* ([link](#))
- 2012 – European Journal of Integrative Medicine: *The introduction of Reiki technique in the Brazilian Public Health System* ([link](#))
- 2012 – Journal of PeriAnesthesia Nursing: *Integration of Holistic Therapies: The Path Followed to Incorporating Reiki and Music Therapy in a Clinical Setting* ([link](#))
- 2011 – Holistic nursing practice: *Reiki and its journey into a hospital setting* ([link](#))
- 2011 – Holistic nursing practice: *Reiki at University Medical Center, Tucson, Arizona, a magnet hospital: Mega R. Mease is interviewed by William Lee Rand* ([link](#)– [link](#))
- 2009 – Journal of Holistic Nursing: *Reflection of a 7-Year Patient Care Program: Implementing and Sustaining an Integrative Hospital Program* ([link](#))
- 2007 – Explore. The journal of science and healing: *If there is any significant experience with using Reiki in the hospital or ER setting and if there is any literature to support this use?* ([link](#))
- 2003 – Journal of the New York State Nurses' Association: *Reiki: a supportive therapy in nursing practice and self-care for nurses* ([link](#))
- 2003 – Holistic Nursing Practice: *Reiki therapy: the benefits to a nurse/Reiki practitioner* ([link](#))
- 1999 – Journal of nursing care quality: *L'uso del Reiki in chirurgia: il caso del Portsmouth Regional Hospital.*

## TERAPIA INTENSIVA

- 2016 – Enfermeria intensiva: *Studio spagnolo sui benefici del Reiki in terapia intensiva*
- 2011 – Critical Care Nursing Quarterly: *Reiki therapy: A nursing intervention for critical care* ([link](#))

## CANCRO

- 2020 – Explore: *L'effetto del Reiki sulla fatigue dei pazienti oncologici: uno studio in Turchia*
- 2019 – Cogitare Enfermagem, Universidade Federal do Paraná (Brazil), *Reiki in the Relief of chemotherapy-related bio-psycho-emotional signs and symptoms* ([link](#))
- 2017 – International Journal of Community Medicine and Public Health: *Reiki: a modality towards holistic approach to cancer cure* ([link](#))

- 2017 – Journal of Integrative Oncology: *Reiki Therapy is Credible in Oncology. A Possible Analysis...*([link](#))
- 2017 – Professioni Infermieristiche: **L'impatto del Reiki sugli effetti collaterali nei pazienti con neoplasia testa-collo in trattamento radioterapico.**
- 2016 – European Journal of Integrative Medicine: *The effect of Reiki therapy on quality of life of patients with blood cancer: Results from a randomized controlled trial* ([link](#))
- 2016 – Holistic nursing practice: *Reiki for Cancer Patients Undergoing Chemotherapy in a Brazilian Hospital: A Pilot Study* ([link](#))
- 2016 – Clinical journal of oncology nursing: *The Effects of Yoga, Massage, and Reiki on Patient Well-Being at a Cancer Resource Center* ([link](#))
- 2015 – Asian Pacific Journal of Cancer Prevention: **Gli effetti del Reiki a distanza nei pazienti oncologici**
- 2014 – Tesi di dottorato di Rita Évora Ferreira presso l'Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA) di Lisbona: *The Meanings of Psychological Empowerment in Oncological Disease Experience: Reiki as a resource technique* ([link](#))
- 2013 – Asian Pacific Journal of Cancer Prevention: **Effetti del Reiki nella gestione dei sintomi in pazienti oncologici**
- 2013 – Integrative Cancer Therapies: *Integrative Reiki for Cancer Patients: A Program Evaluation* ([link](#))
- 2012 – Journal of Evidence-Based Complementary & Alternative Medicine: *Effects of Reiki, Yoga, or Meditation on the Physical and Psychological Symptoms of Chemotherapy-Induced Peripheral Neuropathy: A Randomized Pilot Study* ([link](#))
- 2012 – Clinical journal of oncology nursing: *Biofield therapies and cancer pain* ([link](#))
- 2012 – Seminars in oncology nursing: *Energy therapies in oncology nursing* ([link](#))
- 2012 – American Journal of Hospice and palliative medicine: **Gli effetti del Reiki sui sintomi della chemioterapia.**
- 2011 – American Journal of Hospice and palliative medicine: **Gli effetti del Reiki su ansia e dolore in un day hospital oncologico italiano.**
- 2010 – Rivista Cancer dell'American Cancer Society: **L'effetto dei Reiki negli uomini con il cancro alla prostata**
- 2009 – XII Congreso Nacional de la Sociedad Española de Enfermería Oncológica del 3 al 6 de junio de 2009 en Santiago de Compostela: *Estudio sobre Reiki realizado en el Hospital Ramón y Cajal de Madrid* ([link](#))
- 2008 – Clinical Journal of Oncology Nursing: *Reiki as a clinical intervention in oncology nursing practice* ([link](#))
- 2007 – Clinical Journal of Oncology Nursing: *The use of biofield therapies in cancer care* ([link](#))
- 2007 – Oncology (Williston Park, N.Y.): *Management of cancer pain with complementary therapies* ([link](#))

- 2007 – Advances in mind-body medicine: *Reiki for Mind, Body, and Spirit Support of Cancer Patients* ([link](#))
- 2004-2005 – Studio pilota presso il COES (Ospedale Le Molinette di Torino)- **Reiki: integrazione alla chemioterapia nei pazienti con neoplasie avanzate**
- 2004 – Focus on Alternative and Complementary Therapies: *Reiki effects on pain and quality of life in advanced cancer patients.*
- 2003 – Journal of pain and symptom management: *A phase II trial of Reiki for the management of pain in advanced cancer patients* ([link](#))
- 2003 – Tesi di Laurea di Ricardo Monezi c/o La Facoltà di Medicina all'Università di San Paolo: *Evaluation of the hands impositions techniques over the hematological and immunological systems of male mice* ([link](#))

## CANCRO AL SENO

- 2019 – REASSURE- *Effects of Reiki as supportive treatment during chemotherapy of breast cancer: A prospective, randomized, controlled clinical trial*, San Antonio Breast Cancer Symposium (Texas), American Association for Cancer Research ([link](#))
- 2017 – Anticancer Research: *Self-Efficacy for Coping with Cancer Enhances the Effect of Reiki Treatments During the Pre-Surgery Phase of Breast Cancer Patients* ([link](#))
- 2016 – International Journal of Palliative Nursing: ***L'esperienza del Reiki in donne con il cancro: uno studio***
- 2015 – Journal of Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine: *The effects of Reiki therapy and companionship on quality of life, mood, and symptom distress during chemotherapy* ([link](#))
- 2007 – Integrative Cancer Therapies: **Il Reiki nel trattamento della fatica correlata al cancro.**

## CURE PALLIATIVE E FINE VITA

- 2019 – BMJ supportive & palliative care: *“Reiki therapy for pain, anxiety and quality of life”* ([link](#))
- 2017 – American Journal of Hospice and Palliative Medicine: **I benefici del Reiki in bambini che ricevono cure palliative .**
- 2017 – Journal of Pain and Symptom Management: *Reiki for Hospice Patients and Their Caregivers: An In-Depth Qualitative Study of Experiences and Effects on Symptoms* ([link](#))
- 2013 – Journal of palliative medicine: *A Canadian Experience of Integrating Complementary Therapy in a Hospital Palliative Care Unit* ([link](#))
- 2013 – Omega (Journal of Death and Dying): *Use of complementary therapies in hospice and palliative care* ([link](#))
- 2005 – International Journal in Palliative Nursing: *The increasing use of reiki as a complementary therapy in specialist palliative care* ([link](#))

- 2005 – Rivista Italiana di Cure Palliative: *Il Reiki per pazienti oncologici anziani in fase terminale: uno studio italiano*
- 2004 – Advances in mind-body medicine: *Palliative care service at the NIH includes Reiki and other mind-body modalities* ([link](#))
- 1997 – American Journal of Hospice and palliative medicine: *Il Reiki come terapia complementare in un paziente ricoverato in hospice.*

## MALATTIE CRONICHE E DEGENERATIVE

- 2019 – Parkinsonism and related disorders: Use and perceived effectiveness of complementary therapies in Parkinson's disease ([link](#))
- 2019 – 1st International Respati Health Conference (IRHC), Nursing School STIKES Tujuh Belas Central Java (Indonesia), *Effectiveness of using the smart energy method (Reiki) as an alternative preventive Patient Hyperglycemia Diabetes Mellitus Type 2* ([link](#))
- 2018 – Journal of Viral Hepatitis: *I benefici del Reiki nei casi di epatite: uno studio brasiliano*
- 2013 – BMC Nephrology: *Reiki and related therapies in the dialysis ward: an evidence-based and ethical discussion to debate if these complementary and alternative medicines are welcomed or banned* ([link](#))
- 2010 – Revista de Enfermería IMSS Instituto Mexicano del Seguro Social: *Efecto del Reiki como cuidado de enfermería en el control metabólico de diabéticos tipo 2* ([link](#))
- 2007 – Diabete Care: *Painful Diabetic Neuropathy. Impact of an alternative approach* ([link](#))
- 2004 – The Journal of Alternative and Complementary Medicine: *gli effetti del Reiki sul sistema nervoso autonomo* (spunti per il Parkinson)
- 1999 – International Society for the Study of Subtle Energy and Energy Medicine: *I benefici psicofisici prodotti dal Reiki nei pazienti cronici*
- 1997 – Alternative Therapies: *L'effetto del Reiki su alcune malattie croniche.*

## DOLORE

- 2020 – Brazilian Journal of health review: *Il Reiki aiuta i pazienti con dolore cronico: uno studio*
- 2019 – Cadernos de Naturologia e Terapias Complementares, *Effect of Reiki on women with chronic pain associated with anxiety and depression disorders* ([link](#))
- 2019 – Centro di Gerontologia dell'Università di Zurigo (Svizzera): *I benefici del Touch Healing sul dolore*
- 2019 – Facoltà di Scienze Infermieristiche delle Isole Baleari (Spagna), Tesi di Laurea: *L'efficacia del Reiki per la gestione del dolore*
- 2019 – Bryan College of Health Sciences (Lincoln, Nebraska, USA), *Reiki as a pain management adjunct in the postoperative total knee arthroplasty and surgical obstetric population: An integrative review*, Tesi di dottorato di Allison Knopes ([link](#))

- 2019 – Military Medicine: **Il Reiki come terapia complementare per il dolore cronico**
- 2019 – Journal of Pediatric Oncology Nursing: **Il Reiki riduce il dolore nei bambini con il cancro**
- 2018 – Journal of holistic nursing: *Reiki for Pain During Hemodialysis: A Feasibility and Instrument Evaluation Study* ([link](#))
- 2018 – Journal of evidence-based integrative medicine: **Il dolore causato dall'ernia al disco: uno studio sugli effetti del Reiki**
- 2017 – Der Pharmacia Lettre: *Effects of Reiki energy therapy on saphenous vein incision pain: A randomized clinical trial study* ([link](#))
- 2017 – Indian Journal of Public Health Research and Development: *The Effect of Reiki Energy Healing on CABG Postoperative Chest Pain Caused by Coughing and Deep Breathing* ([link](#))
- 2014 – Journal of Psychiatric Nursing: *Efficacy of Therapeutic Touch and Reiki Therapy for Pain Relief in Disease Conditions: A Systematic Review* ([link](#))
- 2014 – Pain Management Nursing: *Effect of Reiki Therapy on Pain and Anxiety in Adults: An In-Depth Literature Review of Randomized Trials with Effect Size Calculations* ([link](#))
- 2012 – Gastroenterology nursing: **Il Reiki riduce il dolore nella colonscopia**
- 2010 – Gastroenterology nursing: *Endoscopic procedure with a modified Reiki intervention: a pilot study* ([link](#))
- 2008 – Rehabilitation nursing: *Reiki as a Rehabilitative Nursing Intervention for Pain Management: A Case Study* ([link](#))
- 1997 – Cancer prevention & control: **L'uso del Reiki per la gestione del dolore: uno studio preliminare.**

## PROBLEMI CIRCOLATORI E CARDIACI

- 2018 – International Journal of nursing care: *Effects of reiki therapy on Blood Pressure for Subjects with Hypertension in Selected Hospital, Bangalore* ([link](#))
- 2017 – Revista Enfermagem Atual: *Efeitos da aplicação de reiki no cuidado ao usuário com hipertensão arterial sistêmica* ([link](#))
- 2014 – Acta Paulista de Enfermagem: **L'effetto del reiki sull'ipertensione arteriosa: uno studio brasiliano.**
- 2014 – Journal of Nursing and Health Science: *Effectiveness of Reiki Therapy on Management of Prehypertension among the Young Adults* ([link](#))
- 2010 – Journal of the American College of Cardiology: **Gli effetti dei trattamenti Reiki su pazienti che hanno subito un attacco di cuore.**

## HIV/AIDS

- 2011 – The Permanent Journal: **L'impatto dei Corsi di Reiki su persone affette da HIV/AIDS.**

- 2010 – Malaysia Journal Nursing: “Using Reiki for self-healing: The experiences of persons living with HIV/AIDS” ([link](#))
- 2008 – Tesi di Laurea di Sathiabama Sewduth presso l’Università del Sudafrica: *The role of Reiki Therapy in improving the quality of life in people living with Hiv* ([link](#))
- 2003 – Alternative Therapies: *Preliminary Report on the use of Reiki for HIV-related pain and anxiety* ([link](#))
- 2003 – Alternative therapies in health and medicine: **Migliorare la cura dell’HIV/AIDS con l’insegnamento e i trattamenti Reiki.**

## ANZIANI E TERZA ETA'

- 2016 – Journal of Traditional Knowledge: *The effect of Reiki on depression in elderly people living in nursing home* ([link](#))
- 2014 – Texto & contexto enfermagem (pubblicazione dell’Università di Santa Caterina in Brasile): *Benefits of Reiki in older individuals with chronic pain* ([link](#))
- 2013 – Tesi di dottorato di Ricardo Monezi c/o l’Università Federale di São Paulo: **Gli effetti del Reiki sullo stress degli anziani**
- 2010 – Research in Gerontological Nursing: **Gli effetti del Reiki negli anziani residenti in comunità**
- 2009 – Alternative Therapies: **I benefici del Reiki negli anziani affetti da demenza: uno studio**
- 2006 – The Journal of Alternative and Complementary Medicine: **L’uso del Reiki per diminuire la perdita della memoria ed i problemi comportamentali nel danno cognitivo e nell’Alzheimer lieve.**
- 2006 – Tesi di M. Deborah Salach all’Università di San Francisco: *The Effects of Reiki, a Complementary Alternative Medicine, on Depression and Anxiety in the Alzheimer’s and Dementia Population* ([link](#))
- 2005 – American Journal of Recreation Therapy: **Il Reiki migliora la qualità di vita degli anziani in una casa di cura**

## CAREGIVERS

- 2020 – Tesi di Dottorato in Nursing Practice di Jenna K. Haberman presso Augsburg University Minneapolis (USA): **Corsi Reiki per i caregiver dei pazienti in hospice**
- 2016 – Tesi di Laurea in Psicologia di Roberta Di Teodoro: **Stress psico-fisico nel caregiver del malato terminale. Utilizzo del Reiki in Hospice.** Studio pilota sperimentale presentato un anno dopo al Congresso SICP 2017 a Riccione con il titolo “ La scelta di alleviare lo stress del caregiver nelle cure palliative, senza parole”
- 2013 – Complementary Therapies in Clinical Practice: **I benefici dei corsi Reiki per i caregiver di pazienti pediatrici: uno studio**

## GINECOLOGIA (MALATTIE, FERTILITA', GESTAZIONE, TRAVAGLIO e PARTO, MENOPAUSA)

- 2020 – Journal of holistic nursing: **Effetti del Reiki su ansia e dolore in donne ospedalizzate: uno studio**
- 2017 – Revista paulista de medicina: *Is reiki or prayer effective in relieving pain during hospitalization for cesarean? A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials* ([link](#))
- 2016 – Holistic nursing practice: **effetti sul dolore e sui segni vitali del trattamento Reiki applicato dopo un parto cesareo** .
- 2015 – Pain Management Nursing: **l'effetto del Reiki su dolore, ansia e parametri emodinamici nei 2 giorni successivi al parto cesareo** .
- Le ricerche dell'Ospedale Universitario di Hartford in Connecticut rilevano che durante la **gravidanza** il Reiki riduce il dolore (78%), lo stress durante la gravidanza (94%), la nausea ed i disagi al mattino (80%) e migliora la qualità del sonno (86%). **Fonte**.
- 2008 – Tlahui-Medic: **I benefici del Reiki nella menopausa: uno studio dal messico**
- 2006 – Holistic nursing practice: **L'effetto del Reiki su dolore e ansia in donne con isterectomia**
- 2003 – Reiki News Magazine: **I benefici del Reiki in ostetricia e ginecologia** della dott.ssa Jeri Mills ([link](#))

## NEONATI, BAMBINI E ADOLESCENTI

- 2019 – 2° Congresso Internacional de Enfermagem – CIE/13° Jornada de Enfermagem da Unit (JEU): **L'efficacia dei trattamenti Reiki sui neonati: uno studio brasiliano**
- 2018 – Holistic nursing practice: **Il Reiki ai bambini nati da madri tossicodipendenti affetti da sindrome di astinenza neonatale**.
- 2014 – Explore The Journal of Science and Healing: *Reiki brief report: using Reiki to reduce stress levels in a nine-year-old child* ([link](#))
- 2008-2009 – L'University del Minnesota indaga gli **effetti del Reiki in neonati prematuri**

## DIPENDENZE

**Studi sull'uso del Reiki nel trattamento delle dipendenze da alcol e droga:**

- 2002 – Relazione presentata alla conferenza internazionale della World Federation of Therapeutic Communities: *Reiki as an intervention in drug and alcohol withdrawal and rehabilitation*
- 1995 – Relazione presentata alla conferenza "Pathways to Healing: Enhancing life Through Complementary Therapies" del Royal College of Nursing: *The benefits of Reiki treatment in drug and alcohol rehabilitation programs*

## PSICOTERAPIA E SCIENZE SOCIALI

- 2019 – Journal of Creativity in Mental Health, *The Impact of Psychotherapeutic Reiki on Anxiety* ([link](#))
- 2017 – Neumann University Division of Education and Human Services (USA), Tesi di Antoinette S. Hemmerich: *The Integration of Reiki and Psychotherapy on Depression: The Lived Experience* ([link](#))
- 2012 – The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families: *Couple Therapy and Reiki: A Holistic Therapeutic Integration* ([link](#))
- 2011 – Tesi di Kimberly Ann Winnegge alla Smith College School for Social Work (Northampton UK): *When East meets West: an exploratory study of how Reiki is integrated into psychodynamic practice* ([link](#))
- 2010 – Conversations in the Field della Jungian Society for Scholarly Studies: *Reiki and Jung: An Introduction* ([link](#))
- 2009 – Tesi di Laurea Jackie Fox presso la McMaster University: *Social work and Reiki: towards integration* ([link](#))
- 2005 – Perspectives in Psychiatric Care: *The use of Reiki in psychotherapy* ([link](#))

## ANIMALI

- 2008 – Journal of Alternative and Complementary Medicine: *Reiki improves heart rate homeostasis in laboratory rats* ([link](#))
- 2006 – The Journal of Alternative and Complementary Medicine: *Personal Interaction with a Reiki Practitioner Decreases Noise-Induced Microvascular Damage in an Animal Model* ([link](#))
- 2000 – Journal of scientific exploration: *The Effect of the “Laying On of Hands” on Transplanted Breast Cancer in Mice* ([link](#))

## REIKI E PLACEBO

- 2017 – Journal of evidence-based complementary & alternative medicine: **Reiki vs placebo: uno studio dimostra l'efficacia dei trattamenti Reiki**
- 2017 – Journal of Alternative, Complementary & Integrative Medicine: **Uno studio misura il reale riequilibrio energetico prodotto dal Reiki**
- 1999 – Journal of alternative and complementary medicine: *A study to test the effectiveness of placebo Reiki standardization procedures developed for a planned Reiki efficacy study* ([link](#))

## PIANTE E ALTRI ORGANISMI



- 2006 – Journal of Alternative and Complementary Medicine: *In vitro effect of Reiki treatment on bacterial cultures: Role of experimental context and practitioner well-being* ([link](#))
- 2003 – Alternative therapies in health and medicine: **La pratica del tocco energetico influenza gli organismi presenti nell'ambiente.**

## ALTRO

- 2019 – Uniciencias, *O Emprego da Terapia Reiki no Tratamento Odontológico* ([link](#))
- 2018 – Journal of Natural & Ayurvedic Medicine: *Measuring the Effect of Crystals on the Body's Electromagnetic Field (EMF)* [link](#)
- 2017 – *Homeopathy and Integrated Medicine* (rivista ufficiale di SIOMI Società Italiana di Omeopatia e Medicina Integrata): **I benefici del Reiki nei disturbi del comportamento alimentare: l'esperienza nell'Asl di Chiavari**
- 2017 – Holistic Nursing Practice: **Gli effetti del Reiki nella ricostruzione del ginocchio: uno studio**
- 2013 – Evidence-based Complementary and Alternative Medicine: *Comparison of Physical Therapy with Energy Healing for Improving Range of Motion in Subjects with Restricted Shoulder Mobility* ([link](#))
- 2012 – Explore: *Energy therapies: focus on spirituality* ([link](#))
- 2011 – The Journal of Alternative and Complementary Medicine: **I benefici del Reiki in un paziente con grave neutropenia.**
- 2005/2006 – Subtle Energies & Energy Medicine Journal: *The effect of Reiki on the level of free radicals* ([link](#))
- 2004 – Helfgott Research Institute at the National College of Naturopathic Medicine, Portland, Oregon, USA: **Gli effetti del Reiki sul sistema immunitario**
- 2004 – Tesi di Kimberly R. Pugh al Clayton College of Natural Health (Birmingham, Alabama): **Gli effetti del Reiki nel diminuire gli episodi di insonnia**
- 2000-2004 – Ospedale San Borromeo a Milano: **Gli effetti del Reiki nella terapia dell'emicrania.**
- 2003 – Neurology India: *Changes in the isoprenoid pathway with transcendental meditation and Reiki healing practices in seizure disorder* ([link](#))