

**LE TECNICHE DI RILASSAMENTO NELLA CURA DEL DOLORE:
REIKI E PAZIENTE ONCOLOGICO ANZIANO**

Vitale MT, nur, La Grassa ME, nur, Cova D, MD, *Cofrancesco E, MD
UOC di Onco-Geriatria, Istituto Geriatrico "Pio Albergo Trivulzio" e *Dip.
di Scienze Medico chirurgiche, Università di Milano

TESTIMONIANZE

**Impiegata, operata al seno, attualmente in follow-up
con il Tamoxifene che ha sospeso recentemente per le
complicanze all'utero.**

Quando mi è stata proposta la terapia di gruppo ero un po' restia ma poi mi sono ricreduta. Il confronto con gli altri è stato molto positivo anche se non ho potuto fare a meno di immedesimarmi con gli altri soffrendo anche per loro. Il Reiki è stato molto piacevole, anche se la testa andava per conto proprio. Durante il Reiki ho sentito male quando mi hanno toccato la spalla (dalla parte dell'operazione) e la pancia. Mi sono sentita soffocare ed ho avuto una fitta molto forte alla pancia. Però è passato subito ed è stato molto piacevole. Mi sono rilassata molto più delle altre volte, ero perfettamente cosciente di tutto e provavo una sensazione di leggerezza e serenità

Piccolo imprenditore in pensione, sottoposto a trapianto di fegato 7 anni fa, attualmente in follow-up

“La sensazione corporea durante il Reiki è stata molto piacevole. La mia mente andava per conto suo, tanti pensieri si sono affollati nella mia mente, tanti ricordi mi hanno commosso. Ho pensato ai miei fratelli morti, al trapianto che ho fatto, alla mia vita di oggi. La mia mente volava alto ma poi mi sono reso conto che il corpo lentamente si rilassava. Ho la sensazione di essere di nuovo una persona normale e che posso guardare al futuro con maggiore fiducia. Sono una persona timida però qui mi sono sentito circondato da amici. Durante il Reiki sentire le mani sui miei occhi mi ha dato la sensazione di avere a fianco un amico con il quale potevo condividere i miei problemi. Voglio provare a camminare da solo. Durante il trattamento ho sentito i miei fratelli molto vicini ed era come se mi incitassero ad andare avanti, a guardare il futuro con maggiore serenità.”

**Questa lettera è stata scritta da una malata di cancro 20
giorni prima della sua morte e inviata
postuma dal fratello ai curanti**

Oggi è stata una seduta di Reiki particolare.

Ho raggiunto quello che desideravo, pensare alla mia morte senza averne paura. Già all'inizio di questo ciclo, a gennaio, mi ero prefissata questo obiettivo, perché sapevo (o prevedevo) che se la malattia si evolvesse ancora negativamente, per me non ci sarebbero state più cure. E' proprio il mio corpo che è stanco di curarsi, non ce la fa più (e me lo dice)! Ho cercato quindi in questo ultimo ciclo di incontri di pensare alla morte, ma mi sembrava che tra il dire e il fare e il farla, c'è di mezzo il mare. La mia testa aveva ancora voglia di lottare nonostante tutto il corpo letteralmente si lasciava andare alla malattia. Quando ho avuto la certezza sulle mie gravi condizioni, in un primo momento mi sono messa a piangere, come uno sfogo, ma presto mi sono calmata e così è subentrata una certa consapevolezza. Anche la mia mente accettava l'idea che per me non ci sarebbe stato un lungo futuro. Allora nell'ultima seduta di Reiki, mano a mano che la volontaria mi toccava con le sue mani e mi trasmetteva dolcezza, calore, affettuosità, tutto il mio corpo si rilassava e sentivo che si allontanava da me, ma io non lo trattenevo. La mia anima aveva accettato di perderlo questo corpo, non lo comandava più, non sentivo più le mani della volontaria sul mio corpo, ma mi si è visualizzata una visione. Quella di un neonato (che ero io) che veniva accarezzato e coccolato da mani premurose ed è stato un momento bellissimo. Non so quanto è durata questa visione.