

# cerchiodiluce

**Cerchiodiluce è un'associazione culturale senza scopo di lucro.**

È nata nel 2002 per prestare la propria opera con **reiki in ambito sanitario nell'accompagnamento dei malati**, dopo un'esperienza di anni con trattamenti reiki a sostegno di persone che affrontavano operazioni, malattie gravi e cure prolungate nel tempo.

Fin dall'inizio l'associazione - avendo riscontrato la molteplicità di benefici indotti da reiki sui malati – si è data come obiettivo quello di proporre in ambito sanitario una ricerca che valutasse *in modo più sistematico* l'efficacia di questo metodo.

Dal 2003 al 2009 ha svolto un progetto di ricerca **presso il C.O.E.S.** (Centro Oncologico Ematologico Subalpino) dell'ospedale San Giovanni Battista di Torino per **valutare i benefici del trattamento reiki sull'ansia e sul dolore nei malati oncologici** in cura presso il Day Hospital.

I risultati di questo progetto sono stati pubblicati nell'ottobre del 2011 sull'autorevole *American Journal of Hospice and Palliative Medicine* ed evidenziano che **i trattamenti sono stati d'aiuto per aumentare uno stato di benessere (70%) e rilassamento (88%), per dare sollievo dal dolore (45%), migliorare la qualità del sonno (34%) e ridurre l'ansia (70%)**; in particolare l'articolo sottolinea che i livelli di dolore e di ansia dei pazienti che hanno ricevuto l'intero ciclo di quattro trattamenti sono diminuiti in modo *statisticamente significativo*.

Proseguendo il percorso avviato, da febbraio 2010 l'associazione ha iniziato la sua **collaborazione con l'Hospice F.A.R.O. "Sergio Sugliano"** e da ottobre 2011 è presente con i suoi operatori nel **reparto di cardiocirurgia dell'ospedale infantile Regina Margherita**.

L'associazione affianca alla pratica la formazione, e propone un percorso completo per chi vuole imparare questo metodo; **chiunque può imparare l'arte del reiki**: non richiede alcun atto di fede o conoscenze particolari, non ha controindicazioni, può essere praticato a qualsiasi età, in qualsiasi momento della giornata e in ogni luogo. L'associazione offre un percorso dedicato a chi non ha mai praticato reiki che consiste in seminari di I° e II° livello e un percorso specifico con pratica e corsi di approfondimento, dedicato a chi invece è già un praticante e vuole seguire la sua esperienza e praticare reiki in ospedale.

Lavorando a così stretto contatto con gli operatori sanitari, l'associazione ha avuto modo di verificare quanto reiki possa essere utile come **pratica di self help**, per la **prevenzione dello stress lavorativo** e del **burn out**. Per questa ragione organizza corsi rivolti a operatori sanitari, operatori di associazioni di volontariato, cooperative, associazioni nel campo del benessere, personale di aziende private e pubbliche.

L'associazione organizza inoltre incontri settimanali di scambio e sperimentazione con reiki, corsi di yoga e di meditazione.