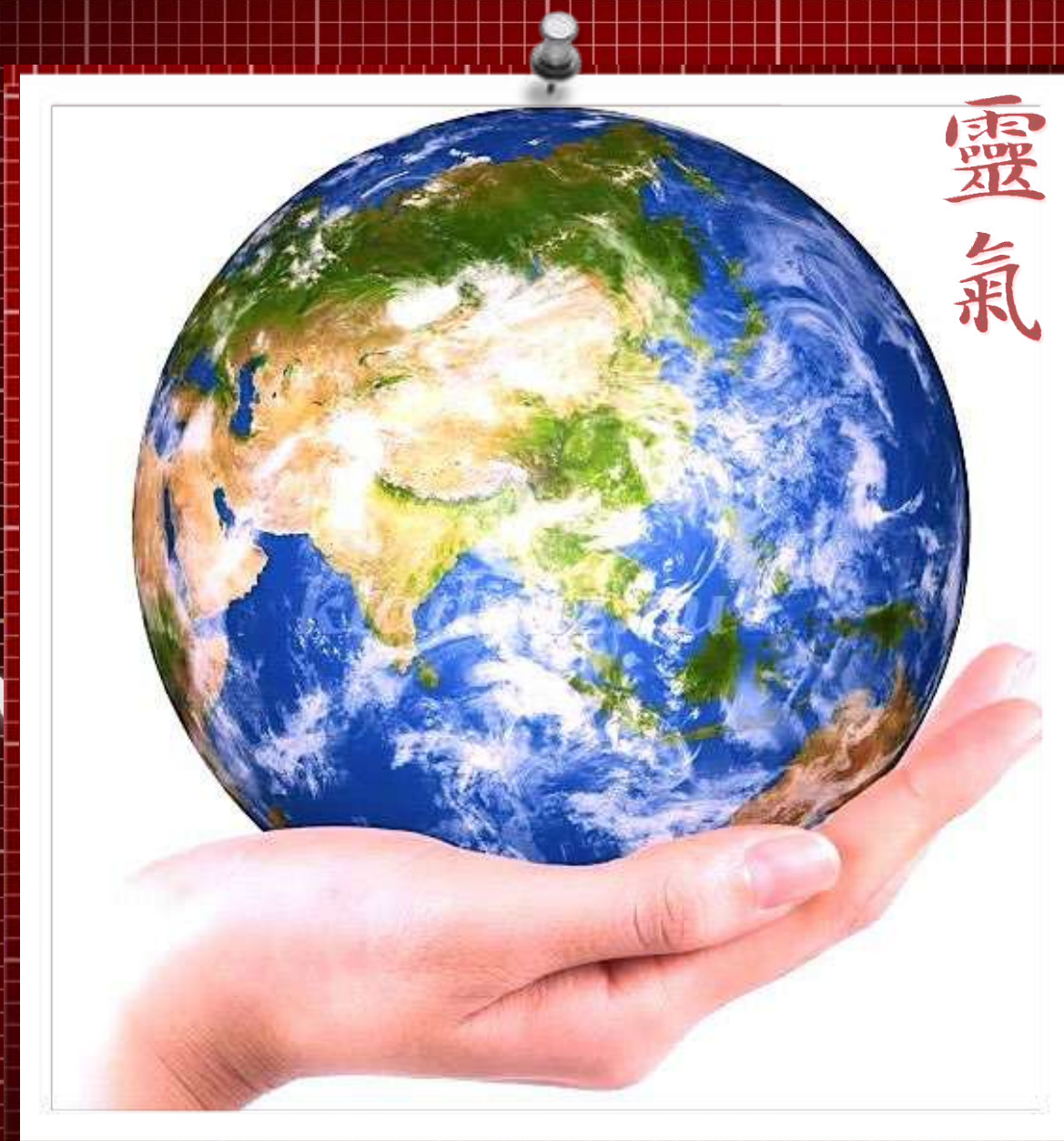


**Юбилейный Конгресс
30-летие Национальной Ассоциации Народной
Медицины
Москва 14 - 16 мая 2021 года**

**Наталия Литвинова
Мастер Рэйки Усуи Шики Риохо.**

Практика Рэйки во время пандемии

**ПОСТКОВИДНЫЙ СИНДРОМ И
ПРАКТИКА РЭЙКИ**





Обстановка в мире

Случилось то, чего никто не мог даже предположить. Случилась пандемия. Эта беда затронула не одну страну, и не две, и даже не несколько стран.

Она затронула весь мир. Почти 160 миллионов человек пострадали от ковида; умерло более 3 миллионов человек.

И все мы, и как человеческие существа, и как специалисты оказались вовлечены в этот процесс.



Практика Рэйки

В 1922 году практика Рэйки была открыта доктором Микао Усуи в Японии.

За прошедшие 99 лет получила широкое распространение. Более 5 млн человек во всех странах мира сегодня практикуют этот авторский метод.

Система Рэйки Усуи – это оздоровительная практика, которая использует связь с жизненной энергией.

Дистанционная работа



Традиционной формой практики считается наложение рук, то есть физический контакт с человеком, или любым другим живым существом. Но мы оказались в условиях изоляции, что сделало этот контакт невозможным.

Существует также другая форма сеансов – дистанционная работа, что и позволило нам включиться в масштабную деятельность для оказания помощи всем в ней нуждающимся.

В нашей практике Рэйки существует такая форма работы, как Круги Рэйки или Группы поддержки.

Благодаря соцсетям у нас есть возможность формировать Круги, которые объединяют Практиков Рэйки из разных регионов, городов и даже стран для совместной деятельности.

Дистанционная работа



Когда случилась пандемия – таких Групп поддержки становилось всё больше и больше.

Каждый человек мог и может обратиться за помощью и Группа начинает делать дистанционные сеансы этому человеку.

В такой работе нет ограничений ни в количестве сеансов, ни в количестве участвующих в таких сеансах, ни в продолжительности проведения сеансов.

Это помогло выжить очень многим людям.

Дистанционная волонтерская работа в Группках продолжается и сейчас.

Практика Рэйки – Практика сострадания и милости.



INTEGRATIVE MEDICINE & HEALTH
SYMPOSIUM
Hosted by the Academic Consortium

APRIL 11-13, 2021



Evaluation of a Reiki Program for Healthcare Workers Negatively Impacted by the Pandemic



**THE CENTER FOR
REIKI RESEARCH**



Симпозиум Интегративной Медицины и Здоровья

В апреле 2021 года в Великобритании прошёл Симпозиум Интегративной Медицины и Здоровья, на котором были представлены результаты исследований Рэйки.

Это дистанционная программа Рэйки, целью которой является провести практическое испытание эффективности программы Рэйки для медицинских работников, на которых негативно повлияла пандемия COVID-19.

Дистанционная программа Рэйки



Методы

Reiki Medic-Care - это некоммерческая организация, которая предоставляет дистанционное Рэйки медицинским работникам Национальной службы здравоохранения (NHS) в Великобритании.

Медицинские работники (врачи, медсестры и парамедики скорой помощи), на физическое и / или психическое здоровье которых негативно повлиял COVID-19, имели право подписаться на программу Рэйки, а также были приглашены для участия в исследовании.

Каждому участнику было назначено восемь сертифицированных, лицензированных практиков Рэйки, которые проводили им 20-минутные дистанционные сеансы Рэйки в течение четырех дней подряд.

Стресс, беспокойство, боль, качество сна и общее самочувствие участников оценивались с помощью 7-балльной шкалы числовых оценок на основе анкеты «Измерь себя на основе профиля медицинских результатов» (MYMOP).

Замеры были выполнены участниками онлайн при регистрации для получения Рэйки (до) и на следующий день после заключительного сеанса Рэйки (после). Участников также попросили дать письменные отзывы о сеансах по почте.

Дистанционная программа Рэйки



RESULTS

Health Related Measures

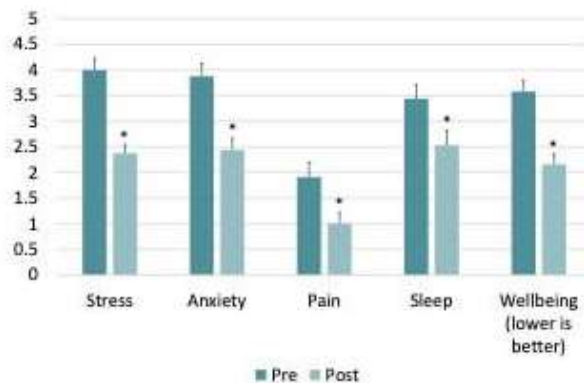


Figure 1. Scores for outcome measures from pre to post. *p<.01.

Table 1. Correlations between changes in health related measures from pre to post.

	Δ Stress	Δ Anxiety	Δ Pain	Δ Sleep	Δ Wellbeing
Δ Stress	1				
Δ Anxiety	.52**	1			
Δ Pain	.27	-.20	1		
Δ Sleep	-.11	.13	.12	1	
Δ Wellbeing	.38*	.53**	.03	.25	1

*p<.05, **p<.01

Qualitative Responses cont.

Experience of Reiki Sessions

"I found this an amazing experience. I wasn't sure if I'd be able to connect with it being distance Reiki but I did. Thank you so much for this service." - Staff nurse, 40, F

"I have had sinus problems for over a year. Almost fully resolved after my sessions. Sleeping better. Less reactive to stress." - Advanced nurse practitioner, 41, F

"Too soon following treatment for any noticeable changes, although I had sensations of tingling in various parts of my body, vision of colours, tremors and fell asleep during treatments, waking relaxed. Grateful and appreciate treatments, thank you." - Rotational midwife, 56, F

"I feel I released emotional pain as I was crying during two of the sessions. I also had visions of a lost loved one, I feel it connected us. Thank you so much! Amazing." - Advanced nurse practitioner, 46, F

"I loved all my reiki sessions. I have felt very relaxed and happy since they finished. The sessions really helped me sleep well and enabled me to face a stressful time at work with calmness, thank you!" - Team leader palliative care, 54, F

SUMMARY OF RESULTS

- Paired samples t-tests revealed statistically significant improvements in stress, anxiety, pain, sleep, and wellbeing from pre to post, with medium to large effect sizes. (range $d = .52 - 1.13$)
- Significant correlations were found between improvements in anxiety, stress, and wellbeing.
- Participants provided positive feedback about the sessions, including feeling more relaxed, calm, resilient, relieved of symptoms, and gratitude for the treatments.

Заключение

Программа Рэйки для медицинских работников демонстрирует эффективность

- в снижении стресса, беспокойства, боли
- в улучшении самочувствия медицинских работников, пострадавших от пандемии COVID-19.

Сбор данных продолжается, и будущие исследования будут включать больший размер выборки и долгосрочное наблюдение.

Символ Рэйки



Если посмотреть на символ Рэйки то, мы увидим в нём Воду. Причём как Первородную, так и внешнюю, а так же и внутреннюю воду.

Вода - это больше, чем просто физическая субстанция. Это некое понятие, которое определённым образом связывается с идеей жизни. Именно поэтому слово Рэйки часто переводят, как Универсальная Энергия Жизни.

Всё живое на земле является водными структурами. И человек на 70% это Вода. С возрастом её количество в нашем организме уменьшается, жизнь уходит вместе с водой. Вода - это вещество без которого не может существовать ничто живое. Вся жизнь, всё живое основано на воде.

Её структура, словно нервная система реагирует на малейшее раздражение.

靈氣

The image shows the Japanese characters for Reiki (靈氣) written in a bold, calligraphic style. The characters are arranged vertically, with '靈' (Rei) on top and '氣' (Ki) on the bottom. The brushwork is thick and expressive, with a slight shadow effect behind the characters.

Вода



Вода - это единственный в своём роде бесценный компьютер, компьютерная память, хранилище информации.

Современные приборы зафиксировали, что в каждой ячейке памяти воды находится 440000 информационных панелей, каждая из которых отвечает за свой вид взаимодействия с окружающей средой.

Учёные разных стран на протяжении десятков лет проводят исследования, связанные с водой.

Результаты этих исследований позволяют приоткрыть завесу на механизмы взаимодействия, происходящие во время сеансов Рэйки и результаты, которые получаются в процессе этого взаимодействия.

Память Воды



Ученые выяснили, при ядерном взрыве происходят изменения, страшнее, чем радиоактивное излучение. Это изменение структуры воды.

В течение 30 дней после взрыва вода колеблется. Волны создают в воде патологический порядок. Память воды меняется.

Мозг состоит из воды на 80-85%. В нём также происходят изменения. Нарушается биоплазма мозга и человек лишается стимула к жизни.

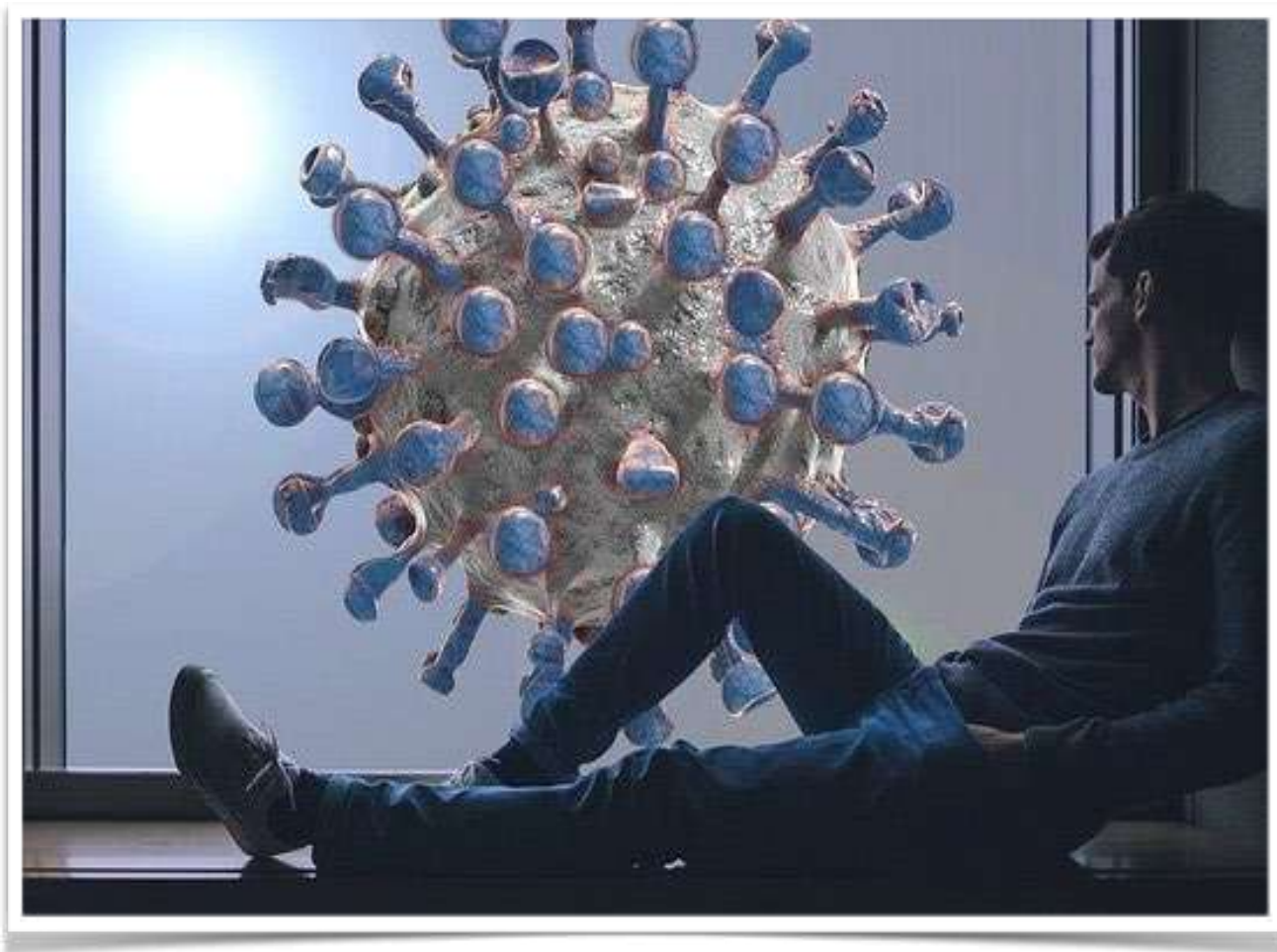
После ядерных испытаний увеличивается количество самоубийств в 2-2,5 раза.

Изменить такую патологическую программу может только Вода.

Страхивая информационную грязь, Вода восстанавливает базовую структуру, то есть Программу Жизни



Постковидный синдром



Коронавирус — коварное заболевание, способное поражать практически все органы и системы:

- верхние дыхательные пути;
- бронхи и легкие;
- нервную систему;
- желудочно-кишечный тракт;
- сердечно-сосудистую систему.

С начала пандемии прошло несколько месяцев и обнаружилась **еще одна проблема**, которую вначале даже не определяли, как проблему.

Это **затянувшееся недомогание**, которое наблюдается у людей, переболевших ковидом.

Постковидный синдром — патологическое состояние после коронавируса, которое может сопровождаться различной симптоматикой. С подобным синдромом сталкивается практически каждый человек, переболевший инфекцией

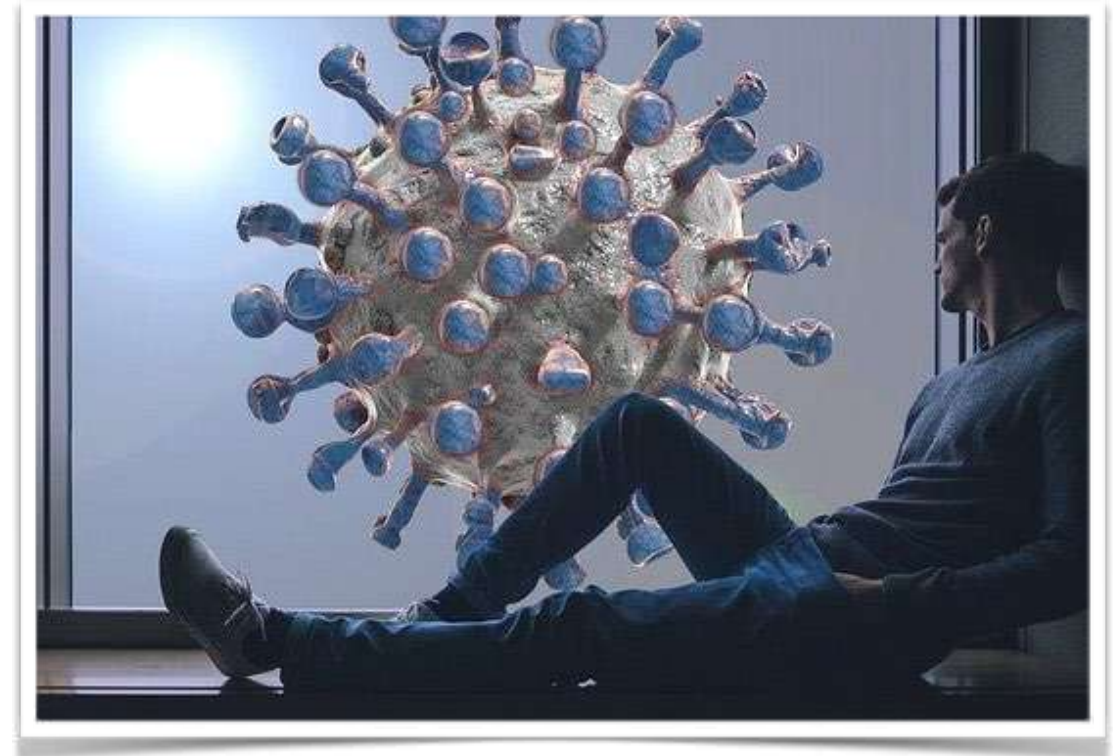
Постковидный синдром



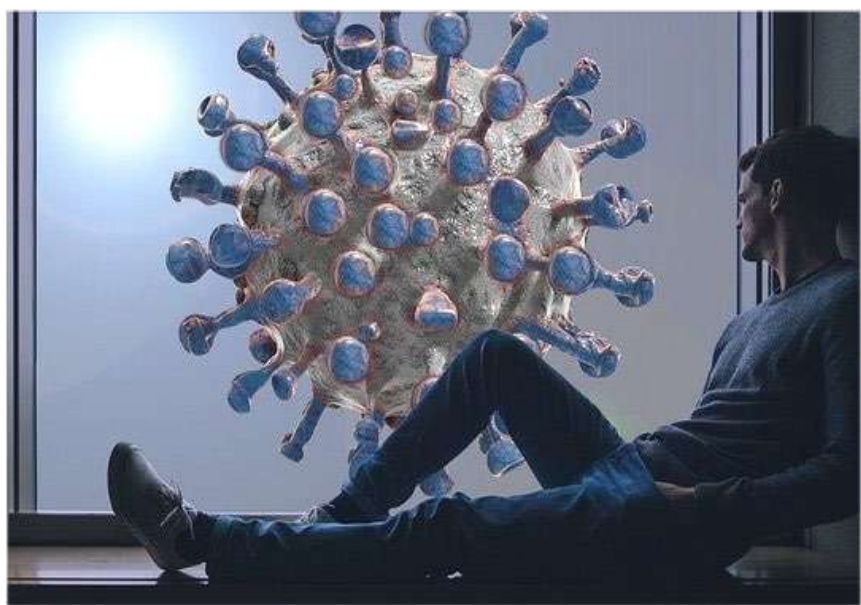
Симптомы нарушения общего самочувствия

К основным признакам нарушения общего самочувствия после коронавируса относятся:

- приступы слабости. Слабость может быть настолько выраженной, что человек в течение нескольких недель вынужден соблюдать постельный режим;
- резкое снижение толерантности к физической нагрузке. Даже небольшая активность приводит к полному истощению физических сил;
- нарушение ритмов жизнедеятельности. Могут развиваться бессонница, избыточная сонливость, инверсия сна (бодрствование ночью, сон днем);
- боли в мышцах. При коронавирусной инфекции любой формы всегда идет значительное снижение белковой массы, что отрицательно влияет на состояние мышц.



Постковидный синдром



В настоящее время известны случаи, когда тяжелое нарушение психоэмоционального состояния после коронавируса заканчивалось суицидальным исходом

Психоэмоциональные проблемы

Уже сегодня можно сделать выводы о том, что коронавирус отрицательно влияет на психоэмоциональное здоровье людей. При постковидном синдроме могут наблюдаться:

- **депрессивное настроение.** Практически все пациенты, перенесшие коронавирус, находятся в минорном настроении. У них развиваются уныние, подавленность, меланхолия. В отдельных случаях депрессивное настроение может приводить к суицидальным мыслям;
- **неустойчивое эмоциональное состояние.** Проявляется резкими перепадами настроения, низким самоконтролем поведения;
- **панические атаки.** У людей возникают приступы тяжелой тревоги в сочетании с другими признаками: повышенным артериальным давлением, удушьем, тошнотой, головокружением.

Постковидный синдром



Симптомы, связанные с осложнениями дыхательной системы

Подобные признаки могут возникнуть даже в том случае, если во время острой фазы коронавируса не было поражения органов дыхания. К ним относятся:

- чувство нехватки воздуха;
- скованность в груди, невозможность глубоко вдохнуть;
- бронхоспазмы.

Бронхоспазмы характеризуются уменьшением просвета бронхов. При таком осложнении развивается гипоксия — нехватка кислорода в организме.

Симптоматика, связанная осложнениями дыхательной системы, может длиться от нескольких дней до нескольких месяцев.

Постковидный синдром



Неврологические проявления

Коронавирус способен проникать в центральную нервную систему, поражая нейроны и глиальные (вспомогательные) клетки.

К основным неврологическим проявлениям постковидного синдрома относятся:

- интенсивные головные боли. Болевой синдром может быть постоянным или в виде мигрени — приступообразной, периодически возникающей головной боли;
- нарушение терморегуляции. У одних людей после COVID-19 длительное время сохраняется субфебрильная температура (37–37,5 градусов), у других — пониженная (до 36 градусов);
- озноб, особенно по вечерам. Сопровождается ощущением холода, мышечной дрожью. При этом температура тела может оставаться нормальной;
- нарушение зрения. У человека могут появляться черные пятна перед глазами, затуманенность зрения, светобоязнь;
- парестезия — расстройство чувствительности. Проявляется ощущением жжения, покалывания, ползания мурашек на поверхности кожи;
- нарушение обоняния, вкуса. Такие симптомы могут наблюдаться до нескольких месяцев.



Также распространенное осложнение — сбой в работе вестибулярного аппарата, который отвечает за способность ориентироваться в пространстве и держать равновесие.

При нарушении системы координации походка становится шатающейся, человек может врезаться в любое препятствие или падать на ровном месте.

Постковидный синдром



Симптомы, связанные с поражением сердечно-сосудистой системы

Отличительной чертой COVID-19 является выраженное воздействие на сердечно-сосудистую систему. У каждого пятого пациента инфекция становится причиной аритмии, острой или хронической сердечной недостаточности.

При постковидном синдроме могут наблюдаться:

- **нарушение артериального давления.** Может формироваться как высокое артериальное давление, так и затяжная гипотония. Кроме этого, нередко развивается ортостатический коллапс. Состояние характеризуется недостаточным притоком крови к головному мозгу при резком изменении положения тела. При ортостатическом коллапсе у человека быстро падает давление, темнеет в глазах, возникают головокружение, обморок;
- **полиморфный дермальный ангиит.** Обусловлен воспалительным процессом, который развивается в стенках сосудов. Проявляется образованием на коже узелков, волдырей, бляшек, кровоизлияний, пузырьков, синяков, темных пятен. Полиморфный дермальный ангиит — одно из осложнений тромбоваскулита;
- **нарушение сердечного ритма.** После коронавируса у человека может длительное время наблюдаться аритмия, тахикардия, замедленный сердечный ритм.



Многие пациенты с постковидным синдромом отмечают, что при длительном нахождении в вертикальном положении у них возникают слабость, головокружение, выступает холодный пот.

Такие признаки являются следствием падения артериального давления.

Постковидный синдром



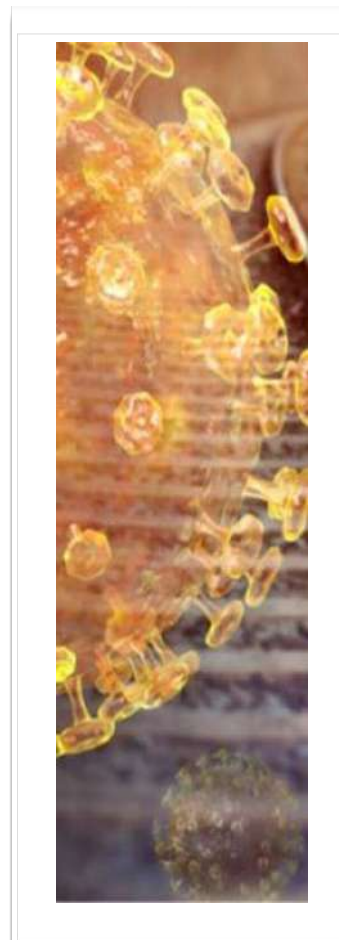
Нарушения работы желудочно-кишечного тракта

Последствиями COVID-19 часто становятся нарушения работы пищеварительной системы:

- снижение перистальтики кишечника, при котором замедляется продвижение пищи по желудочно-кишечному тракту;
- нарушение стула. Могут развиваться как запоры, так и диарея;
- ухудшение аппетита.

Эта триада симптомов нередко становится причиной дисбиоза — изменения состава нормальной микрофлоры кишечника.

В запущенном состоянии дисбиоз может приводить к снижению иммунитета, выраженной анемии, аллергическим реакциям.

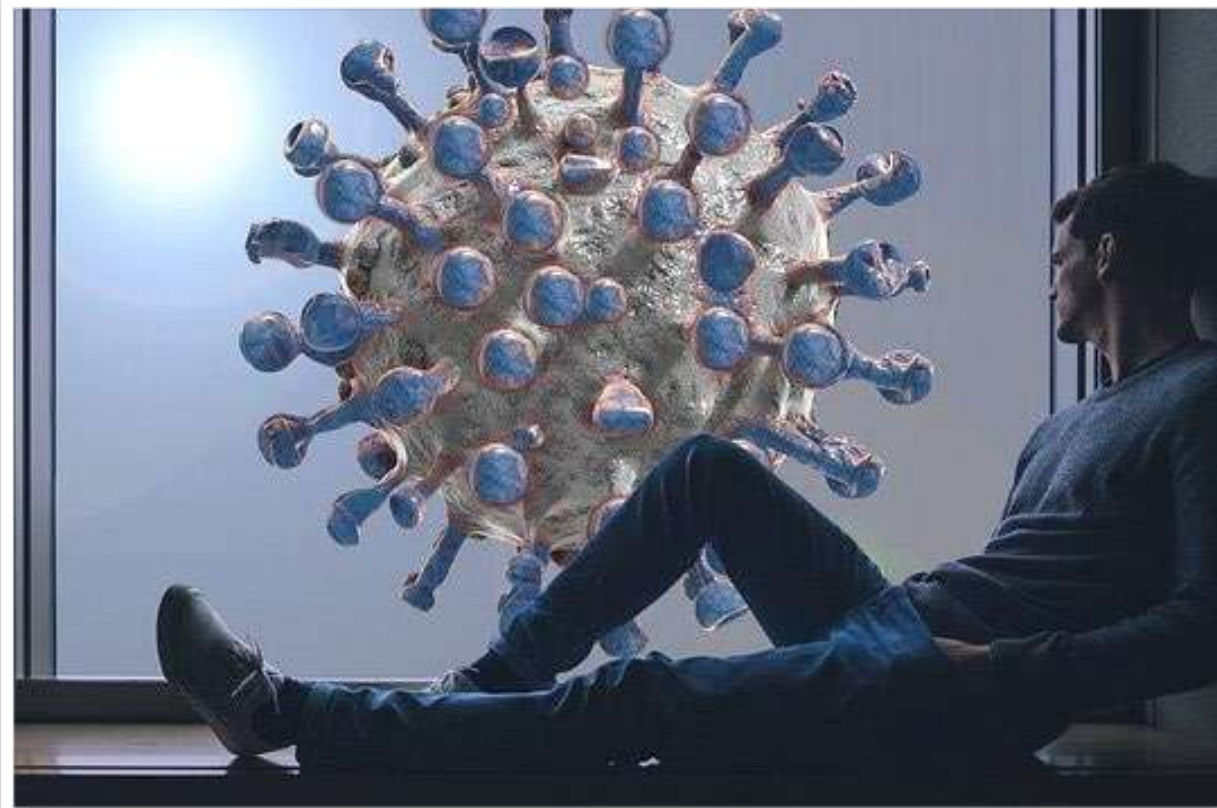


Симптомы, связанные с нарушением работы других органов и систем

Кроме перечисленных патологических признаков, последствиями COVID-19 могут быть:

- снижение иммунитета;
- воспалительные процессы мочевыделительной системы;
- сбой в работе половой сферы. У женщин нередко возникает нарушение менструального цикла;
- эндокринные заболевания;
- аллергические реакции.

Постковидный синдром



Доказано, что в первую очередь коронавирус поражает органы с хроническими заболеваниями.

При этом во время постковидного синдрома нередко обостряются скрытые болезни, о которых человек даже не подозревал.

Как утверждает официальная медицина, «волшебного» средства от последствий коронавируса не существует.

Реабилитация после коронавируса может длиться от нескольких месяцев до года.

Пять сеансов



Когда были сняты строгие ограничения первых месяцев пандемии, я стала принимать людей для контактных сеансов.

Удивительна была первая реакция, которая возникала у меня, когда ко мне за сеансами обращались люди, переболевшие ковидом.

Когда-то очень давно, ещё в конце 80-х, я работала с людьми, которые были ликвидаторами последствий аварии на Чернобыльской АЭС.

У меня выработалась некая чуйка/маркер на наличие радиации у таких людей.

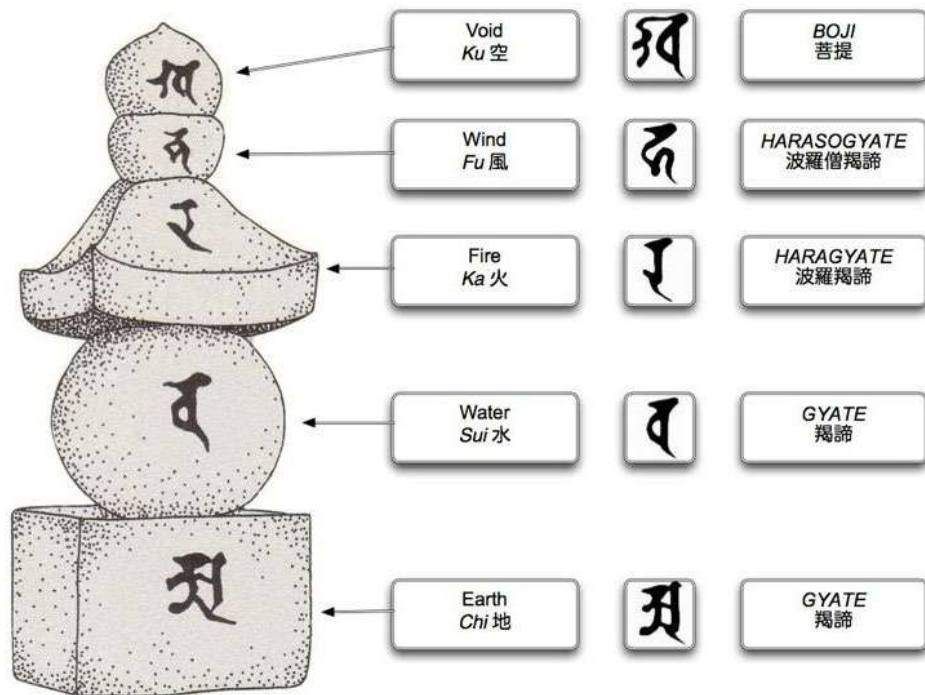
Удивительно было то, что при работе с постковидным синдромом были такие же ощущения.

По мере работы я всё больше и больше проникалась этой мыслью и постепенно пришло понимание некоего алгоритма работы.

5 последовательных контактных сеансов Рэйки ежедневно.

Почему Пять? Почему всего пять?

Учение о Пяти Первоэлементах



Практика Рэйки имеет древние корни и сутью Практики Рэйки является учение о Пяти Первоэлементах, являющихся основой Мироздания.

Мир образован из Пяти Первоэлементов Земли, Воды, Огня Воздуха и Пространства. Мироздание создано Началом, которое произвело всё Сущее и все его материальные проявления.

Учение о Пяти Первоэлементах присуще также европейской натурофилософии, в индуизме, лежит в основе системы У-син, применяемой в традиционной китайской медицине.

Пять сеансов - гипотеза



Известно, что клетки больного органа окружены не структурированной водой. Учёные предположили, что её можно восстановить с помощью воды особой устойчивой структуры.

Тело человека получает определённого вида информацию, которая меняет структуру внутренней воды, делая её живой.

Это похоже на ввод корректирующей информации в компьютер, если провести аналогию между пациентом и компьютером. В результате получение этой информации помогает пациенту с медицинской точки зрения.

Мы просто накладываем руки, чтобы исправить плохую воду у человека внутри. Механизм этого скрытого воздействия неизвестен.

Всё дело лишь в том, чтобы выждать момент, когда система будет находиться в нестабильном состоянии.

В фазе нестабильности достаточно только движения мысли, чтобы система начала изменяться.

Пять сеансов - наблюдения



5 человек, переболевшие ковидом с различным поражением организма и с разными проявлениями постковидного синдрома.

Возраст у всех тоже разный.
Мужчины – 77 лет; 45 лет; 31 год
Женщины – 75 лет; 37 лет

Проявления постковидного синдрома:

- ✓ Затруднённое дыхание,
- ✓ слабость,
- ✓ апатия,
- ✓ панические атаки,
- ✓ боли в ногах,
- ✓ расстройство стула и другие.

Каждый человек получал **5 сеансов в течение 5 последовательных дней**.
Каждый сеанс длился 2-3 часа.

Результаты работы:

У всех наблюдалось улучшение самочувствия, симптомы недомогания исчезли.

"Я вернулся к себе настоящему" - это то, что я услышала после проведения 5-го сеанса.

Каков механизм воздействия Рэйки в каждой конкретной ситуации?
Направлен ли он конкретный орган, на иммунную систему, на мозг или что-нибудь ещё?

Ответ таков: "Воздействие направится туда, где оно необходимо!"

Сложная простота



В каждом из нас есть частица воды первозданного Океана. Совсем недавно учёные выдвинули сенсационную гипотезу. Законы мироздания записаны в воде.

Всё это мы видим в символе Рэйки, который описывает ту энергию, с которой мы взаимодействуем в Практике Рэйки.

Результаты экспериментов, проведённых во многих странах мира, показали: вода отвечает на любое воздействие. Воспринимает всё, что происходит в окружающем пространстве. Это характерно как для внешней, так и для внутренней воды, той воды из которой состоим мы.

Если изменить структуру воду в теле человека, человеческое тело усвоит эту информацию и это может изменить состояние человека.

Теория функциональных систем



Функциональная система - это динамическая саморегулирующая организация, временно объединяющая различные органы, системы и процессы, которые взаимодействуют для получения полезного приспособительного результата в соответствии с потребностями организма.

«Принцип функциональной системы» — объединение частных механизмов организма в целостную **систему** приспособительного поведенческого акта, создание «интегративной единицы».

Петр Кузьмич Анохин,
советский ученый-физиолог, академик АН СССР и АМН СССР

Функциональные системы



Выделяются два типа функциональных систем:

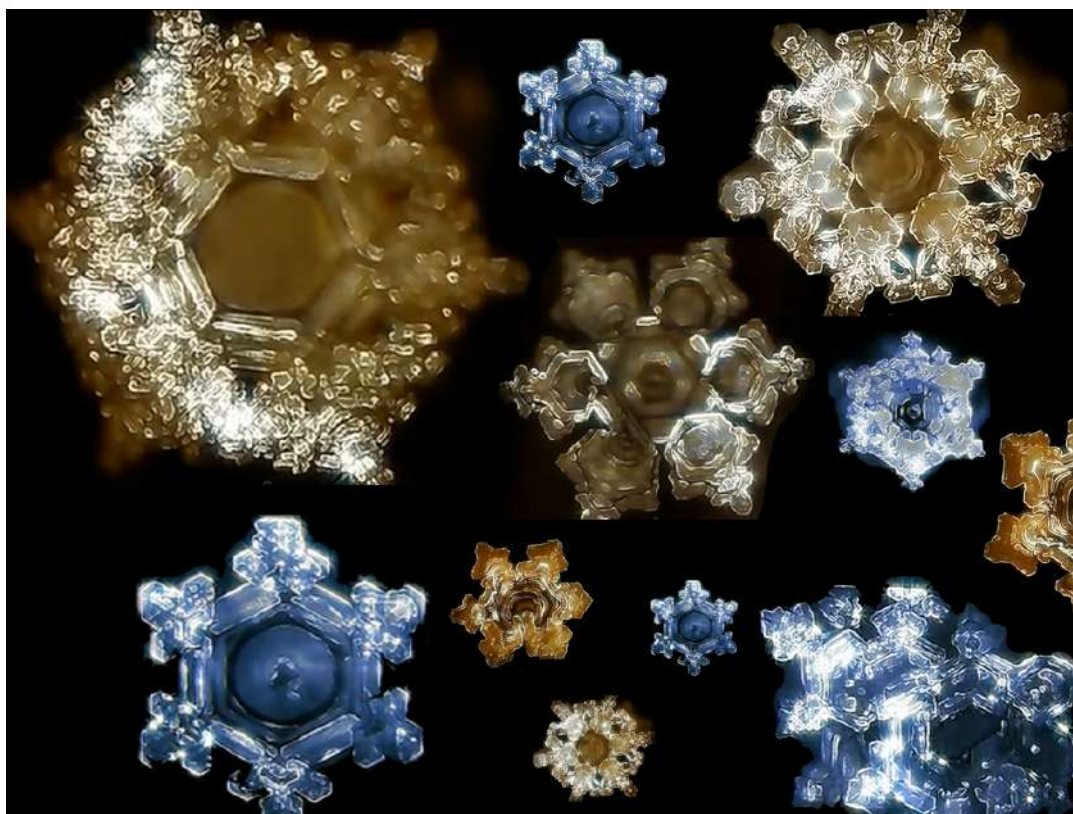
- Системы первого типа обеспечивают гомеостаз за счёт внутренних (уже имеющихся) ресурсов организма.
- Системы второго типа поддерживают гомеостаз за счёт изменения поведения и взаимодействия с внешним миром.

Натуральные функциональные системы организма - это системы, обладающие способностью экстренной самоорганизации, динамически и адекватно приспособливающие организм к изменению внешних условий.

Опережающее значение результата и модель будущего, создаваемая мозгом, позволяет говорить не о реакции на стимулы из внешней среды, а о полноценном целеполагании.

Цель эволюции – это выработка функциональных систем, которые будут давать наилучший приспособительный эффект.

Любовь и признательность



Что представляет собой коронавирус? Его истинные свойства остаются загадкой даже для тех, кто изучил многие виды и штаммы.

Масару Эмото написал:

"Я считаю, что вирусы и радиация являются полубиотическими существами, имеющими схожие свойства. Если это так, то вполне возможно, что хадо любви и признательности, нейтрализующая негативное воздействие радиации, также может быть сегодня эффективной при лечении пандемий, таких как, например, свиной грипп."

Еще 20 лет назад учёный, проводя свои исследования, пришёл к выводу, который актуален для нашего времени.

Тонкие неуловимые вибрации Рэйки это хадо Силы Любви и Света.



Резонанс

Все в этом мире происходит благодаря закону резонанса. В каждом из нас есть частица воды первозданного Океана.

Каждое наше слово, как капля воды, носитель мысли и источник информации.

Человек как источник энергии, распространяет свою энергию на окружающих. Наши дела, наши слова, даже наши мысли не нейтральны.

Они воздействуют на окружающий нас мир. А это значит, что в каждое мгновение жизни мы можем что-то изменить к лучшему. Давайте любить и жить с любовью в душе.

Работа продолжается



Наука может рассказать «Как» это происходит.
На вопрос «Почему?» у науки нет ответа ...

«Интуиция - священный дар, а рациональный ум - покорный слуга»
Альберт Эйнштейн

Наша работа, наблюдения продолжают, и через год мы будем иметь более полную картину исследований постковидного синдрома.

Практика Рэйки во время пандемии

Постковидный синдром и практика Рэйки

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

Национальная Профессиональная Ассоциация Специалистов
Народной Медицины и Оздоровительных Практик

Литвинова Наталия Ивановна

Член Президиума НАНМ

Мастер Рэйки Усуи Шики Риохо

Представитель Международного Рэйки Альянса

Психолог

e-mail: litvinova-natali@mail.ru

Мобильный, WhatsApp: +79104676946

