



**INSTITUTO SUPERIOR DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM TERAPIA TRANSPESSOAL**

**CÍCERO RIBEIRO DE ARAÚJO**

**REIKI COMO FORMA TERAPÊUTICA:  
A ARTE DA CURA ATRAVÉS DAS MÃOS**

SALVADOR  
2009

**CÍCERO RIBEIRO DE ARAÚJO**

**REIKI COMO FORMA TERAPÊUTICA:  
A ARTE DA CURA ATRAVÉS DAS MÃOS**

Monografia apresentada ao Instituto Superior de Ciências da Saúde (INCISA) como requisito parcial para obtenção do título de pós graduação em Terapia Transpessoal.

Orientador: Prof. Luiz Augusto Pinto

SALVADOR  
2009

**CÍCERO RIBEIRO DE ARAÚJO**

**REIKI COMO FORMA TERAPÊUTICA:  
A ARTE DA CURA ATRAVÉS DAS MÃOS**

Monografia aprovada como requisito parcial para obtenção do título de Pós-Graduado em Terapeuta Transpessoal no Instituto Superior de Ciências e Saúde pela Banca Examinadora formada pelos seguintes professores:

---

Professor	Título	Instituição
-----------	--------	-------------

---

Professor	Título	Instituição
-----------	--------	-------------

SALVADOR  
2009

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço à Força Inteligente e Suprema do Universo por mais esta conquista.

Ao Grupo Omega que doou muito amor, carinho, paciência e compreensão, tempo, e disponibilizou valorosos Mestres e colaboradores.

Aos colegas de curso pela troca de experiências e pelo desafio de conviver com as diversidades.

A todos aqueles que, direta e indiretamente, contribuíram para a elaboração final deste trabalho de conclusão de curso.

## **DEDICATÓRIA**

Dedico este trabalho de conclusão ao meu Espírito-protetor pelo seu amor irrestrito e insistência infinita em me acompanhar e me orientar desde o princípio; aos meus pais pela formação digna com que me criaram; aos meus filhos Cícero e Marcelo por suportar minhas ausências; e à minha companheira Lêda por ser estímulo permanente para o meu crescimento.

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO</b>	08
<b>1 AS PRÁTICAS TERAPÊUTICAS ALTERNATIVAS</b>	13
1.1 OS ESPAÇOS TERAPÊUTICOS	13
1.2 A MEDICINA VIBRACIONAL	14
<b>2 A TRAJETÓRIA DO REIKI</b>	18
2.1 O REIKI COMO SISTEMA DINÂMICO	18
2.2 O REIKI AS PSICOLOGIAS ALTERNATIVAS	20
2.3 ELEMENTOS DO REIKI	22
2.3.1 TRADIÇÃO ORAL E ESPIRITUAL	22
2.3.2 HISTÓRIA E INICIAÇÃO	23
2.3.3 SIMBOLOGIA	27
2.3.4 TRATAMENTO E FORMA DE ENSINAMENTO	31
2.3.5 PRINCÍPIOS	32
2.4 ASPECTOS DE BASE DO REIKI	34
2.4.1 PRÁTICA DA CURA	34
2.4.2 DESENVOLVIMENTO PESSOAL	36
2.4.3 DISCIPLINA ESPIRITUAL	36
2.4.4 ORDEM MÍSTICA	37
<b>3 CURANDO ATRAVÉS DOS PONTOS ENERGÉTICOS: OS CHAKRAS</b>	38
3.1 CONCEITO DE CHAKRAS	38
3.2 PRINCIPAIS PONTOS DOS CHAKRAS	39
3.3 CARACTERÍSTICAS DOS CHAKRAS	44
<b>CONCLUSÃO</b>	47
<b>REFERÊNCIAS</b>	50

## RESUMO

Este trabalho de conclusão de curso tem por objetivo analisar o reiki como forma terapêutica holística na cura dos pontos energéticos (chakras). Para tanto, necessário se fez mostrar as práticas terapêuticas alternativas enfatizando o reiki como ponto principal para normalizar os problemas de saúde mental e psíquica; bem como mostrar, histórica e conceitualmente, o reiki enquanto cura através da medicina vibracional para daí, analisar os princípios do reiki como forma terapêutica e atuação nos centros energéticos a partir do conceito de chakras, caracterizando os seus principais pontos e características na busca da cura psíquica e mental. O reiki é considerado um “ritual de purificação” a partir das sessões terapêuticas purificadoras nas quais são utilizados os chakras para através da energia vibracional – cura das mãos – possibilitar a cura psíquica e mental dos indivíduos. Assim, para responder ao questionamento de que forma o reiki atua como forma terapêutica na cura através das mãos, atuando nos pontos energéticos (chakras) para normalizá-los, utilizou-se como caminho metodológico a pesquisa bibliográfica, cujo método empregado foi o analítico sintético, quando se contemplou estudos feitos pelos teóricos que discutem essa temática, com a finalidade de chegar a uma conclusão ampliada sobre essa discussão.

**Palavras-chaves:** Terapia alternativa. Medicina vibracional. Reiki. Elemento do reiki. Chackas.

## ABSTRACT

This work of course conclusion has for objective to analyze the reiki as form therapeutic holistic in the cure of the energy points (chakras). For so much, necessary she made to show the practices alternative therapeutics emphasizing the reiki about main point to normalize the problems of mental and psychic health; as well as to show, historical and concept, the reiki while it cures through the medicine vibration for then, to analyze the beginnings of the reiki as therapeutic form and performance in the energy centers starting from the chakras concept, characterizing their main points and characteristics in the search of the psychic cure and metal. The reiki is considered a “purification ritual” starting from the sessions therapeutic purification in which are used the chakras for through the energy vibration – it cures of the hands – to make possible the psychic cure and the individuals' metal. Like this, to answer to the question that it forms the reiki acts as therapeutic form in the cure through the hands, acting in the energy points (chakras) to normalize them, it was used as methodological road the bibliographical research, whose used method was the analytical synthetic, when it was contemplated studies done by the theoretical ones that they discuss that theme, with the purpose of the to arrive a conclusion enlarged on that discussion.

**Keys-word:** Alternative therapy. Medicine vibration. Reiki. Element of the reiki. Chackas.



## INTRODUÇÃO

Somos luz. Nosso poder é ilimitado. Vamos projetar esta luz vibrando a favor do todo. Isto é ser consciente.

(Anônimo)

No atual cenário competitivo em que os indivíduos estão inseridos percebe-se que a cada instante as relações entre os indivíduos no seu meio tornam-se conflituosas e propensas a uma série de problemas que dentre os mais graves tem-se os relacionados à saúde, principalmente os relacionados à saúde mental e psíquica.

Nesse contexto, para minimizar as pressões advindas da vida profissional que interferem, sobremaneira, na vida pessoal, esses indivíduos têm buscado ajuda na terapia holística que dentre os mais variados meios encontra-se a terapia do reiki.

Reiki é a energia vital (Ki), direcionada e mantida pela sabedoria universal (Rei). Caracteriza-se, portanto, como a energia natural, harmônica e essencial a todo ser vivente, que, segundo os estudiosos no assunto, por ser vital ao corpo humano ocupa e abrange todo o ser, possibilitando, através desta energia, principalmente quando o indivíduo dorme, atuando de forma eficaz sobre a respiração, irrigação e batimentos cardíacos sem que necessariamente tenha, de forma consciente, a intervenção.

Contudo, esta discussão tem como temática as questões relacionada ao reiki como forma terapêutica de tratar a saúde mental e psíquica do indivíduo através da imposição das mãos sobre os chakras, no qual se traçou como questão-problema: “De que forma o reiki atua como forma terapêutica na cura através das mãos, atuando nos pontos energéticos (chakras) para normalizá-los?”.

A justificativa para tal abordagem parte do entendimento de que nos últimos anos, a disseminação das práticas alternativas tem chamado a atenção dos

diversos meios da ciência, principalmente os relacionados à saúde, por compreenderem muitos estudiosos no assunto que a passagem da doença à saúde corresponde a uma reorientação ampla advinda do próprio comportamento dos indivíduos, quando estes passam a transformar o seu viver mediante a iniciação às práticas terapêuticas holísticas, que neste caso em específico, busca-se estudar o reiki.

Autores como Turner (1974) e Douglas (1976) considerarem o reiki como um “ritual” tendo em vista a utilização de símbolos por ele utilizados, manipulados conscientemente, que quando normalizados através dos chakras, consistem no principal meio pelo quais os sentimentos, as emoções e os pensamentos em torno de um objetivo comum passam a ser orientados com a finalidade principal de homogeneização do universo cognitivo, influenciando, sobremaneira, nos pontos energéticos e, conseqüentemente, atuando sobre os problemas na saúde mental e psíquica de diversos indivíduos.

Chakras significa roda ou círculo. Caracterizam-se como os centros de captação, armazenamento e distribuição do prána, que nada mais é que a energia vital existente no corpo humano (DeROSE, 2003), que tanto podem ser principais como secundários, ambos atuando, terapeuticamente, com a finalidade de atuar sobre os pontos energéticos.

A importância dessa atuação energética advém do atual contexto em que as pessoas estão inseridas, de competitividade, de busca pela sobrevivência, que terminam por gerar sérios problemas na saúde do indivíduo.

A utilização do reiki como forma alternativa de cura se dá pela medicina vibracional, ou seja, através do toque das mãos de incomparável simplicidade que se traduz em eficácia sem igual e de fundamental importância para a atuação profissional dos terapeutas, o que, portanto, justifica essa discussão.

Face ao exposto, o objetivo geral consiste em analisar o reiki como forma terapêutica holística na cura dos pontos energéticos (chakras).

Especificamente pretende-se:

- mostrar as práticas terapêuticas alternativas enfatizando o reiki como ponto principal para normalizar os problemas de saúde mental e psíquica;
- mostrar, histórica e conceitualmente, o reiki enquanto cura através da medicina vibracional;

- analisar os princípios do reiki como forma terapêutica e atuação nos centros energéticos;
- conceituar chakras, caracterizando os seus principais pontos e características na busca da cura psíquica e mental.

Para atender ao problema e aos objetivos traçados, a hipótese a qual se pretende confirmar, ou refutar, a discussão é: “O reiki como alternativa terapêutica tem possibilitado ao indivíduo minimizar os problemas encontrados nos pontos energéticos (chakras) que influenciam a saúde mental e psíquica”.

O tipo de pesquisa foi a bibliográfica, a partir de estudos feitos por diversos estudiosos que tratam de assuntos relacionados à atividade da medicina vibracional, o reiki como cura das mãos, os chakras como fundamento importante de equilíbrio do indivíduo.

O método de abordagem consistiu no analítico sintético por adequar-se melhor aos objetivos da pesquisa, sendo utilizando, também, o método hipotético-dedutivo que consistiu na construção de conjecturas, que foram submetidas a testes, os mais diversos possíveis, à crítica intersubjetiva, ao controle mútuo pela discussão crítica, à publicidade crítica e ao confronto com os fatos, para ver se a hipótese traçada sobrevive resistindo, portanto, às tentativas de refutação e falseamento.

Os dados foram coletados em estudos já elaborados, sendo, portanto, caracterizados como dados secundários, pois não se tem a pretensão de fazer um estudo *in loco* e muito menos estudar nenhum caso, apenas discorrer sobre a temática do reiki e da importância da normalização dos pontos energéticos (chakras) para a saúde mental e psíquica dos indivíduos.

Para tanto, a base conceitual compreendeu os estudos feitos por Richard Gerber (2006), quando a sua proposta leva o pesquisador à compreensão e aceitação de uma nova modalidade de medicina: a vibracional, quando a partir dos estudos feitos pelo mesmo constrói um lúdico modelo do organismo humano, partindo do físico e chegando ao etérico, apropriando-se das propriedades e características das energias sutis evidenciadas nos planos espirituais com a finalidade de compreender melhor o corpo humano e seus campos de energia multidimensionais que influenciam-se reciprocamente.

Outro teórico que balizou a discussão foi Diane Stein (1995), quando descreveu um manual completo sobre a arte da cura através das mãos. A ênfase

dada ao reiki é a essencialidade das informações tratadas tendo no reiki o agente de cura, pois que este possibilita que o praticante dirija a energia do universo para o corpo físico estimulando a capacidade inata de cura do receptor, socorrendo e normalizando os pontos energéticos (chakras) que estão necessitadas de cuidados.

Bárbara Ann Brennan (2006) que tem por premissa descrever um guia para a cura através do campo de energia humana, possibilitando ao indivíduo a autocompreensão dos seus processos físicos e emocionais que extrapolam a estrutura da medicina clássica, concentrando-se a discussão através da arte de curar por meios físicos e metafísicos, ligando a psicodinâmica ao campo da energia humana, cuja finalidade é descrever as variações do campo de energia na medida em que ele se relaciona com as funções da personalidade.

DeRose (2003) que discute a relações sobre os centros de força do corpo sobre o despertar do poder interno do indivíduo, quando descreve e conceitua o que são chakras, suas características e principais pontos e como estes atuam na cura dos pontos energéticos do ser humano.

Upanishad K. Kessler (1998) que enfatiza, também, o reiki como a arte da cura através do toque das mãos, cuja abordagem possibilita ao leitor uma reflexão do ensinamento do reiki no Brasil até os dias atuais, mostrando a importância e o significado dos valores e das qualidades orientais para a cura da saúde mental e psíquica.

Roberto King e Oriel Abarca (2001) discute o reiki como energia vital em ação para cura dos males da alma e do corpo.

Aurino Lima Ferreira, Eliége Cavalcanti Brandão e Salete Menezes (2005) que enfatiza a psicologia e psicoterapia transpessoal a partir do compartilhamento entre si da visão de que o ser humano apresenta uma amplitude para além da personalidade, de forma que sua atuação envolve dimensões transcendem o nível psicodinâmico ou biográfico, buscando estender as possibilidades de intervenção terapêutica, favorecendo uma nova perspectiva para a dinâmica psíquica e para a compreensão de uma ampla grama de fenômenos até então rotulados de psicopatológicos ou marginalizados pelos estudos psicológicos, entre outros.

Até o presente momento norteou-se o leitor com a introdução à temática, o problema, a justificativa, os objetivos, a hipótese e a metodologia adotada para o desenvolvimento da pesquisa.

O Capítulo 1 consta da abordagem sobre as práticas terapêuticas alternativas cuja ênfase dada foi a medicina vibracional e os espaços terapêuticos evidentes para a cura através das mãos.

O Capítulo 2 consiste na caracterização da trajetória do reiki, quando traçou, em breves linhas, a redescoberta do reiki, enfatizando o cenário brasileiro, o reiki como sistema dinâmico, quando foi possível descrever os seus elementos e os seus principais aspectos de base de cura.

O Capítulo 3 traz à tona a cura através dos pontos energéticos: os chakras, quando se conceituou chakras, discorrendo sobre os seus principais pontos e características.

E, finalmente, a conclusão a que se chegou.

# 1 AS PRÁTICAS TERAPÊUTICAS ALTERNATIVAS

Dentre todos os humanos, o mais feliz é aquele que consegue extrair a sabedoria contida numa flor.

(Anônimo)

## 1.1 OS ESPAÇOS TERAPÊUTICOS

Observa-se que a Medicina convencional que é baseada na alopatia, no combate aos sintomas e em intervenções de modo geral agressivas ao organismo do paciente, está aos poucos perdendo a sua posição hegemônica nos países ocidentais para as chamadas terapias (medicinas) alternativas, complementares, integrativas ou holísticas. A discussão recai justamente pelas mudanças numa área vital para as pessoas: a manutenção da saúde.

Neste novo cenário, a tendência de mudanças não reflete apenas o interesse de indivíduos por tratamentos mais suaves e com menos riscos de efeitos adversos. Há aí também indícios de uma abertura em direção a um paradigma científico, cujo impacto na maneira de o homem lidar com a medicina, com as doenças e com sua própria vida promete ser avassalador.

As principais terapias holísticas compõem o repertório de recursos da medicina tradicional chinesa e da medicina ayurvédica, da Índia, com seus sistemas inspirados no taoísmo e no hinduísmo. A grande exceção é a homeopatia, criada pelo médico alemão Samuel Hahnemann no século XVIII. A rápida expansão de todas elas, no entanto, só foi possível depois que algumas descobertas da ciência, no século XX, proporcionaram outro tipo de sustentação às idéias holísticas.

Nesse contexto é que se insere o reiki que se caracteriza como uma forma de terapia baseada na manipulação da energia vital (ki) através da imposição

de mãos com o objetivo de restabelecer o equilíbrio vital e, assim eliminar doenças e promover saúde (BENOR, 2000).

Para os seguidores do reiki o homem deve ser estudado de forma global: mente, corpo e espírito. Esse ponto de vista indica que a pessoa interage com a natureza e que sua disposição mental está intrinsecamente relacionada à saúde do corpo. A idéia é de que somos “um” com o universo, ou seja, que o universo, a mente, o corpo e o espírito interagem ou podem estar desequilibrados, causando doenças e outros distúrbios.

Dessa forma, a visão holística não proverá milagres, mas, sim, alcançará as causas e trará equilíbrio ao corpo, fazendo cessar os sintomas.

De acordo com os mestres holísticos, em tratamentos terapêuticos, o tratamento ideal é permitir que o corpo “fale” e transmita o método apropriado para o tratamento. Um dos conselhos desses mestres é: “Uma viagem; uma perspectiva de si mesmo mais suave; ou mesmo procurar um padre ou um médium ou mesmo um médico – mas deixe seu corpo opinar”.

Vale mencionar, também, que a energia reiki, segundo os estudiosos no assunto, alinha e restaura o equilíbrio dos chakras, harmonizando-os. Somente assim o paciente receberá a energia da natureza sem nenhum tipo de obstrução. Tal energia é adquirida por meio da luz, do ar, da água, da terra, dos antepassados e das pessoas que cercam o paciente.

## 1.2 A MEDICINA VIBRACIONAL

A medicina vibracional é um campo em lenta evolução voltado para a compreensão da energia, das vibrações e do modo como elas interagem com a estrutura molecular e o equilíbrio, orgânico. Segundo Gerber (1988, p. 54):

Na verdade, a medicina vibracional é a medicina einsteiniana, uma vez que é a equação de Einstein que nos proporciona a informação fundamental para compreensão de que energia e matéria são uma coisa só. O modelo atual de medicina ainda é de caráter newtoniano, pois a terapia farmacocinética baseia-se numa abordagem biomolecular/mecanicista. A cirurgia é uma forma de abordagem ainda mais rude da medicina newtoniana mecanicista.

Entende-se, que as artes da cura têm de ser atualizadas com novas informações e pontos de vista provenientes do mundo da física e de outras ciências afins. Ou seja, a medicina está no limiar da descoberta de um mundo misterioso de energia invisível que não só ajudará a diagnosticar e a curar doenças como também permitirá que os pesquisadores adquiram uma nova compreensão a respeito dos potenciais ocultos da consciência, pois complementando, Gerber (1988, p. 54), afirma que:

O nível da energia etérica será o primeiro desses mundos misteriosos a ser explorado pelos cientistas esclarecidos. Os pesquisadores irão descobrir que o corpo etérico é um modelo de crescimento energético que dirige não apenas o crescimento e o desenvolvimento como também a disfunção e a morte de todos os seres humanos.

Graças às cuidadosas observações desses pesquisadores esclarecidos, a medicina começará a compreender que é no nível etérico que muitas doenças se originam, mesmo porque a medicina vibracional, compreende a natureza multidimensional e a aplicação das modalidades médicas baseadas nas energias sutis permitirá que a medicina se livre da sua atual necessidade de recorrer ao uso de drogas e à realização de cirurgias, e passe a adotar métodos de cura mais naturais e menos traumáticos (GERBER, 1988).

A tendência para o “holismo” dentro da medicina acabará levando os médicos a reconhecer que para as pessoas gozarem de boa saúde elas precisam ter um relacionamento integrado entre o corpo, a mente e o espírito, pois complementando Gerber (1988, p. 55), afirma que:

Os modelos através dos quais a energia se cristaliza em matéria dependem das formas sutis de expressão que já existem nos níveis etérico e superior do universo multidimensional. A energia e a matéria dos níveis etéricos de vibração desempenham um importante papel no controle da expressão da força vital através das diversas formas da natureza.

Vale mencionar que esta percepção será a inspiração criativa que estará por trás do próximo grande nível de descoberta na medicina: a revelação de como o nosso corpo etérico afeta a saúde e a doença. E essa importante compreensão do



relacionamento entre a energia etérica e a matéria também poderia levar os cientistas a reconhecer a relação existente entre a humanidade e o seu criador.

Para Gerber (1988, p. 55):

O modelo holográfico e a base energética da matéria apresentam novas questões a serem consideradas por aqueles que vivem de acordo com um estilo de vida newtoniano. Para muitas pessoas não será fácil aceitar essa nova concepção, o que, aliás, é uma reação bastante comum a uma ciência em evolução.

O estudo das maneiras pelas quais as informações podem ser decifrada a partir do holograma cósmico acabarão dando origem a novos métodos científicos que dependerão do estado de consciência do cientista. É possível que se presencie o surgimento de metodologias especiais e de áreas de pesquisa que serão chamadas de “ciências de estados específicos”, que na visão de Gerber (1988, p. 55):

Isto significa que os cientistas do futuro terão de ser treinados a entrar em estados de consciência especialmente receptivos e, ao mesmo tempo, continuar aprendendo os fundamentos acadêmicos das respectivas ciências. Imagine como a nossa compreensão do universo poderia ser aumentada se os astrofísicos pudessem aprender a decodificar o holograma cósmico e a explorar interiormente os planetas, como Ingo Swann demonstrou ser possível.

No futuro, os estados de consciência serão reconhecidos como importantes ferramentas da investigação científico. Novas áreas na medicina vibracional exigirão um treinamento mental especializado a fim de se poder investigar a estrutura energética do corpo humano.

Os avanços da medicina nesta direção aumentarão enormemente a nossa a nossa capacidade de efetuar diagnóstico físicos e certamente nos permitirão detectar as doenças mais precocemente do que os métodos convencionais atualmente em uso.

A capacidade de detecção dos campos energéticos sutis existentes nas pessoas será extraordinariamente aumentada graças aos avanços tecnológicos na área da formação de imagens por eletrografia. Todavia, é provável que ainda

durante muitos anos as nossas capacidades de percepção inerentes continuem a ser mais eficazes dos que essas tecnologias.

A chave para se transformar esta compreensão numa realidade prática é a descoberta de métodos que nos ensinem a utilizar as capacidades de percepção extra-sensoriais. Quando aprendermos a utilizar de forma mais plena os potenciais naturais ocultos da mente humana, estaremos mais perto de ter acesso aos elementos energéticos sutis do universo multidimensional.

## 2 A TRAJETÓRIA DO REIKI

Você me ensinou a falar no tom [...]  
A olhar nos olhos [...]  
Que o silêncio dá poder [...]  
A somar, dividir, agradecer [...]  
Que a fé é a resposta [...]  
Que ser é mais que ter [...]  
Que crescer é reinventar a cada momento [...]  
Que um abraço aquece a alma [...]  
Que a vida contém toda a beleza [...]  
E a raiz está na sagrada lei do amor.

(Anônimo)

O reiki é considerado complementar a qualquer tratamento convencional. Apenas influenciaria a forma como o corpo gera as suas próprias reservas de energia, ajudando-o a compensar-se e equilibrar-se. Ao equilibrar-se, o corpo garantiria o processo da auto-cura mais efetivamente, prolongando assim a longevidade (STEIN, 1995). Muitos atribuem a grande longevidade dos anciões da China e do Japão à manipulação do Chi, apesar desse fenômeno poder ser explicado por outros fatores genéticos e ambientais. Acredita-se que o reiki teria efeito mais profundo se o praticante emanar amor naquilo que faz.

No Brasil, o reiki tem se difundido entre os diversos profissionais da área da saúde. Defensores da prática defendem a disseminação do seu uso em instituições de saúde.

### 2.1 O REIKI COMO SISTEMA DINÂMICO

O reiki é uma técnica para ativar a Energia Vital Universal de uma ordem superior dentro de você, e é um método específico para aplicar esta Energia e se

equilibrar nos planos físico, mental e espiritual, onde qualquer desequilíbrio é sentido como uma necessidade para corrigir este desequilíbrio. Daí, a afirmativa de que o sistema de reiki terrestre é uma arte de cura e desenvolvimento humano que engloba, aos abençoados conhecimentos tradicionais do Usui Reiki, várias outras técnicas potencializadoras da conexão com a Energia Reiki. É um Sistema Unificado de Reiki, ensinado em três níveis, com ênfase no Perdão, na Compaixão e no caminho da Ascensão.

Há de se ressaltar, porém, que o reiki não é um substituto para a sua necessidade de restaurar energia com comidas naturais, nem tampouco é substituto da medicina tradicional, uma vez que a medicina cuida do corpo o reiki trabalha o ser humano no aspecto holístico e energético, funcionando como uma poderosa ferramenta de restabelecimento energético, e útil para a sua vida. Ou seja, caracteriza-se como uma fonte essencial de energia natural, que intensifica todas as suas atividades, sejam mentais ou físicas.

Sob outra vertente, tem-se, também, que o reiki, proporciona ao seu praticante (Reikiano) a transformação de uma pessoa comum para uma pessoa criativa, radiante em energia, emitindo e recebendo simultaneamente a Energia Vital, e conseqüentemente vibrando todo o seu ser em uma freqüência de alto nível energético. A vida é um processo e não um resultado.

Curar, completar-se e equilibrar energia é um processo; e morrer é parte natural da experiência da própria vida. Morrer e renovar-se ou renascer, em outros estados de ser, são ciclos naturais dentro dos quais todas as experiências de vida existem.

Entende-se, portanto, que o reiki acompanha naturalmente todo o processo individual do “aqui e agora” e é uma técnica especial que o ajuda onde quer que esteja, abrindo a cada dia de sua vida uma experiência do SER.

REI é a sabedoria sutil que está em todas as coisas, animadas e inanimadas. No nível do ser humano, a energia REI está disponível no Universo e ao ingressar através dos Chakras, se transforma em energia KI, também conhecida como Chi. Observa-se, no entanto, que a união destas duas energias (Rei) natural + KI (processada) é denominada de Reiki, portanto, conclui-se que o Reiki é um método simples de energização através de toques sutis em pontos específicos, que visa trazer ao ser humano um equilíbrio nos campos: mental, emocional, físico e espiritual.

## 2.2 O REIKI E AS PSICOLOGIAS ALTERNATIVAS

Russo (1993), ao estudar o campo das psicologias alternativas, aponta para as principais transformações ocorridas com o valor “indivíduo”. Marcada pelas pressões do mundo moderno, a natureza dos problemas humanos parece se redimensionar obrigando a todos a um investimento pessoal, que se sobressai à esfera societária moderna.

Mauss (1974) ao reconstruir o caminho pelo qual se constituiu a “noção do eu”, no Ocidente, mostrou como as transformações ocorridas com a categoria “pessoa” se revestiram na vida dos indivíduos, segundo seus direitos, religiões e costumes.

A partir da distinção entre as categorias “indivíduo” (enquanto ser moral e autônomo, característico da sociedade moderna) e “pessoa” (referente às sociedades tradicionais), Dumont (1985) demonstra que a passagem da sociedade tradicional para a sociedade moderna deu-se a partir de uma “inversão de valores” onde a noção de “pessoa” (anteriormente associada ao princípio de hierarquia social) passou a coincidir-se com a própria noção de indivíduo (que valoriza seu próprio “universo interior” em detrimento da idéia de sociedades).

Assim, a formação e disseminação das diferentes práticas alternativas apontam tanto para a conformação de um campo terapêutico originado como forma de responder ou, pelo menos, minimizar as contradições geradas no atendimento médico oficial, quanto também fundamentam novas concepções de corpo, doença e terapia que aparecerão como uma espécie de “novo paradigma terapêutico”. Daí, inclusive, muitos utilizarem do reiki como forma de cura.

O reiki é considerado como terapia alternativa, não tendo nenhuma conotação de cura, mas de restabelecimento energético do corpo que atua em paralelo com a medicina tradicional, onde para a Holística, o ser humano é visto como um todo, não só um ser dotado de corpo físico, mas também de outros mais sutis que interagem ativamente com o cotidiano e o corpo físico, através do lado espiritual, emocional e mental.

É exatamente neste ponto, em que a terapia alternativa vêm desenvolvendo com muita eficiência o seu papel de coadjuvante no

restabelecimento do paciente, em que o reiki pode se juntar a Medicina Alopática, tradicional, Medicina Chinesa, Acupuntura, florais de Bach, Cromoterapia, Reflexologia, Shiatsu, Yoga, Aikidô, etc.

O estado de preocupações constantes, a angústia de tempo, que não permite fazer as coisas com calma, a expectativa de acontecimentos maus, as emoções e muitos outros fatores, sobrecarregam o sistema nervoso, no campo físico e no psíquico, provocando esgotamentos, exaustões e doenças de muitas espécies, algumas de difícil eliminação.

Quando ocorre tal coisa no corpo humano, o organismo agüenta o mais que pode, demonstrando, por vários modos, o desequilíbrio irritação, incapacidade de fixar atenção, cansaço, desânimo, etc.; sinais de advertência, para que faça cessar imediatamente a pressão de qualquer modo; e não havendo atendimento pronto, seja por qualquer motivo for, pode sobrevir logo após o colapso, desequilíbrio mais ou menos profundo, da organização nervosa, sobre tudo cerebral, com desmaios, síncope, trombozes, acidente vascular e outros reflexos circulatórios.

De acordo com Stein (1995, p. 38): “Na energia da força vital de reiki, a pessoa está sintonizada como agente de cura reiki teve os canais de energia do seu corpo aberto e livre de bloqueio pela iniciação em reiki”.

Complementando, Stein (1995, p. 38), salienta ainda que:

Quando uma criança cai a machuca o joelho, ela quer que sua mãe a toque (ou a beije) para que melhore. Quando uma criança está doente ou com febre, o instinto materno a faz pôr a mão na testa da criança. O toque humano transmite calor, serenidade e cura. Também transmite carinho e amor. Quando um animal está sentindo dor, o primeiro instinto do gato ou do cachorro é lembra a área afetada – pela mesma razão que uma pessoa aplica o toque com as mãos. A mão animal também lambe o filhote que está sofrendo.

Observa-se que esse ato simples é a base de toda técnica de cura pelo toque. Entende-se, então, que o padrão mental deve ser reciclado, e para isto o reiki, é uma ferramenta poderosíssima que nos coloca em uma vibração mental e espiritual de alta freqüência e um alargamento de consciência, aumentando sempre e gradativamente o campo da vida interna, porque a dispersão da energia cerebral,

provocada pelas demandas exteriores, é que concorrem em maior volume para as exaustões e desequilíbrios.

## 2.3 ELEMENTOS DO REIKI

### 2.3.1 TRADIÇÃO ORAL E ESPIRITUAL

A habilidade de praticar o reiki se recebe somente na presença física de um Mestre de Reiki, e implica numa comunicação verbal e não verbal. É também uma transmissão energética. Além deste momento específico, da habilitação, a prática desta tradição oral está presente de outras formas, na forma de se reunir, de estar junto, de estar reunido em “círculo”, onde se compartilham experiências, conta-se história e estórias, aprende-se a ouvir, a estar aberto e receptivo ao outro, a ser tocado pelas energias compartilhadas, se reunir em círculo torna-se um grande veículo de troca, de aprendizado e de vivência desta prática.

Caracteriza-se como um processo próximo ao existente em uma mandala que vai se constituindo a cada encontro, a cada troca, para que, através da linhagem espiritual, se possa praticar o cuidado ao indivíduo.

Ressalte-se, no entanto, que a Linhagem Espiritual do Reiki- Usui Shiki Ryoho está formada por Mikao Usui, Chujiro Hayashi, Hawayo Takata e Phyllis Lei Furumoto (que é hoje a portadora em vida desta linhagem).

Observe-se que a partir da participação de uma prática onde a linhagem espiritual é presente, este momento se torna algo especial, pois o “cuidado” com o sagrado (aqui como que a Divindade que somos) é preservado em cada gesto, sendo nutrido, inspirado, e, portanto, ele não se perde de vista.

Não se pode esquecer, porém, que o ponto de equilíbrio está na relação existente entre mistério e técnica, pois que a técnica empregada é muito simples, e o mistério é o grande “sopro”.

Mas, ao ter ciência de que o Reiki não é uma técnica de cura e sim uma arte de cura. Neste estado de equilíbrio, de cuidado e inspiração, não há o risco da

técnica se dissociar do sagrado, nem de ocupar uma posição supervalorizada e autônoma, como muitas vezes se vê em outras práticas, como, por exemplo, a acupuntura, onde em alguns lugares, infelizmente, ela é ensinada basicamente como ferramenta, destacada da grande sabedoria holística da Medicina Tradicional Chinesa, pois buscará tratar somente de um sintoma.

Há de se observar, também, que numa linhagem espiritual fluída e viva há sempre a questão da transmissão energética, que de forma sutil, pode ser apreendida, onde as experiências ancestrais com a energia reiki, suas relações e transformações ao longo do caminho formam uma espécie de “organismo sutil vivo”, uma possibilidade de abertura, contato e inspiração para quem está com o coração aberto.

### **2.3.2 HISTÓRIA E INICIAÇÃO**

Historicamente, pode-se afirmar que o Reiki surgiu a partir da inquietação de Mikao Usui até os dias de hoje, sendo compartilhada por todos, não como puramente informação, mas sim como forma dessa tradição oral, onde a origem, a biografia dos portadores da linhagem e os elementos chaves do desenvolvimento do Reiki se apresentam como uma espécie de ensinamento, de contato, pois acima de tudo trazem uma mensagem.

De acordo com Stein (1995, p. 25), a história narra que Mikao Usui dirigia uma escola cristã em Kyoto, Japão, no final do Séc. XIX:

Um dia seus alunos lhe perguntaram: “na Bíblia, é dito que Jesus curava os doentes. O senhor aceita isso como está escrito, o senhor já presenciou uma cura como essa?” Dr. Usui disse que aceitava plenamente, mas que nunca havia presenciado.

Os estudantes então disseram que esse tipo de fé cega talvez fosse suficiente para um homem vivido e experiente, mas, que para eles que ainda começavam suas vidas, cheios de indagações, era importante assistir a uma cura com seus próprios olhos. Complementando, Stein (1995, p. 25) afirmou que:



No dia seguinte, Dr. Usui renunciou à sua posição na escola e partiu para os Estados Unidos, para a Universidade de Chicago, com o objetivo de aprofundar seus conhecimentos da Bíblia, o que não trouxe respostas às suas questões. Resolveu então dirigir suas buscas para as escrituras budistas, pois sustentava-se que Buda também realizava curas. Voltou ao Japão e, instalado num mosteiro Zen estudou as outras em japonês, em chinês e nada encontrando, aprendeu sânscrito para poder pesquisar as escrituras na língua em que foram escritas originalmente.

Foi nesse momento que descobriu as referências aos métodos e símbolos utilizados por Buda na realização da cura.

Embora tivesse encontrado o que buscava, sabia que ainda lhe faltavam peças importantes para que ele próprio pudesse também curar. Decide-se a jejuar e meditar por 21 dias numa montanha considerada sagrada nos arredores de Kyoto. Avisou aos mais próximos, que se ele não voltasse ao final dos 21 dias, que poderiam ir buscar o seu corpo na montanha. Juntou 21 pequenas pedras e, a cada dia que passava, atirava fora uma delas.

Ao 21º dia, antes do amanhecer, uma luz muito brilhante veio de longe e foi-se aproximando até ir de encontro a sua testa. Num primeiro impulso, Usui pensou em desviar, aí ele pensou nos anos que passou procurando a resposta. Neste momento, conta a história, que ele ficou quieto e sentiu-se preparado para passar por esta experiência (STEIN, 1995). Usui caiu e ficou “inconsciente”, e quando voltou a si, o sol já estava alto, e ele tinha toda a memória do que ocorreu durante todo esse período de tempo.

Quando a luz bateu em sua cabeça, ele viu lindas cores, uma depois da outra e as cores do arco íris. Ele ficou banhado por uma intensa luz branca (talvez a mesma visão da “Clara Luz” descritas pelos lamas tibetanos no momento da transição, ou nesses momentos de salto para elevação de consciência), depois, grandes bolhas de luz contendo os símbolos descobertos nos Sutas passavam na frente de seus olhos (STEIN, 1995).

Usui foi recebendo as informações de como utilizar cada um deles. Enquanto as bolhas se movimentavam no campo de sua visão, as instruções de uso dos símbolos foram-lhe dadas. Assim que ele retinha a informação na memória, a bolha se movimentava indo embora e outra com um símbolo diferente se aparecia no seu lugar. Dessa maneira ele recebeu os ensinamentos e significado dos símbolos.

Na verdade Usui estava ali sentado, presente, nada mais. Estava também entregue, entregue ao mistério, ao universo, estava decidido, contemplando a si mesmo com tanta profundidade que podia contemplar a Consciência Universal, e recebeu assim, seu presente. Para ver a verdade Usui se silenciou como ela, se moveu como ela, dançou sua dança entre o desejo pela cura da vida e o risco da morte na montanha, pois acreditava que curar-se é caminhar em direção a si mesmo. Voltando do transe, não se sentia mais exausto ou faminto como nos últimos dias de jejum. Havia encontrado o que buscava.

Da montanha até o mosteiro teve várias chances de experimentar aquilo que chamou de Reiki. Cuidou de um ferimento no próprio dedo do pé, fruto de um tropeção na descida da montanha, aliviou uma forte dor de dente de uma menina que lhe servia a primeira refeição após o jejum e, finalmente, tratou do monge que dirigia o mosteiro de grande sofrimento causado por artrite.

De acordo com Stein (1995, p. 27):

Dr. Usui decidiu por viver entre os mendigos na esperança de ajudá-los a reintegrar-se ao trabalho e à comunidade, mas sete anos depois percebeu que sua tentativa foi em vão, já que, mesmo fortalecidos, eles preferiam voltar à mendicância ao invés de trabalhar.

Foi nesse momento que Usui criou os chamados cinco princípios espirituais do reiki e passou a viajar, ensinando e tratando com reiki. Um de seus alunos mais aplicados Chujiro Hayashi, envolveu-se profundamente com a prática do reiki e é ele, que na transição de Mikao Usui, assumiu a responsabilidade de manter a essência dos ensinamentos intacta. Tornando-se Grão Mestre de Reiki o que lhe possibilitou a abertura de uma clínica em Tóquio, onde se aplica e ensina reiki (STEIN, 1995).

Em 1935, uma jovem vinda do Havaí, foi trazida para a clínica por um funcionário de um hospital. Essa mulher, Hawayo takata, tinha vindo para o Japão para ser operada, mas, ouvindo a um chamado interno, desiste da cirurgia minutos antes de entrar na operação e acaba sendo conduzida à clínica de Hayashi, onde, através de um tratamento intensivo viu-se livre da doença que portava. Encantada, Takata é iniciada em reiki, passou a trabalhar na clínica por um ano e voltou ao

Havaí onde continua, intensamente, seu trabalho. Em 1938, foi iniciada como Mestre de reiki pelo próprio Hayashi em sua visita ao Havaí.

Algum tempo depois que Hayashi voltou a seu país, Takata tinha um sonho com ele que a leva de volta ao Japão onde o encontra muito preocupado com a situação da guerra que se aproximava. Ele sabia do envolvimento do Japão e dos riscos que o reiki poderia correr (STEIN, 1995). Transmitiu todos os seus conhecimentos para Takata e a tornou Grã Mestre de Reiki. Logo depois faz sua transição, de forma consciente.

E foi Hawayo Takata que de volta ao Havaí difundiu o reiki pelo Ocidente, iniciando muitas pessoas, principalmente nos Estados Unidos e Canadá, durante 40 anos de muito trabalho. Somente no fim da década de 70, Takata iniciou 22 mestres que mantiveram e difundiram o reiki aos quatro ventos (STEIN, 1995). Em 1980, foi a vez de Takata fazer sua transição. Phyllis Furumoto, sua neta, cumpre hoje a função de Grã Mestre de Reiki.

A partir desse contexto histórico do reiki, compreende-se que a iniciação é um ritual secreto transmitido de Mestre(a) à Mestre(a). Quando transmitido a um aluno, seu resultado é a capacidade de praticar reiki. Segundo Stein (1995, p. 37):

O Mestre 'empodera' o estudante através de transferência de energia durante quatro (1º Grau) pequenas cerimônias chamadas iniciação. Essas iniciações abrem certos centros internos do corpo e daí a energia pode ser canalizada facilmente e com segurança. 'Canal' como 'leito', parte navegável de um rio.

Porém, somente a iniciação não é suficiente, ela é associada à prática, pois conforme assevera Stein (1995, p. 37):

Reiki não é técnica, método ou processo, é uma iniciação acima de tudo é uma 'purificação', uma integridade maior, um momento de deixar-se inundar-se pelo novo, pelo mistério, e no caso do reiki, banhar-se por uma grande energia, a energia primordial vital – nossa essência.

E essa chegada, dessa grande energia muitas vezes é percebida de forma singular, é o novo chegando, se amalgamando ao nosso ser, nos transformando. Para cada um essa experiência será percebida de um modo. Uma iniciação é também uma transição. Depende de nós, da "hospitalidade" e

receptividade ao novo, e ao mesmo tempo, àquilo que é nosso desde os primórdios, pois na verdade os indivíduos são todos compostos por essa energia – vital universal, ou seja, é também um recordar.

Para Stein (1995, p. 38):

A iniciação, colocando a pessoa em contato direto com sua fonte do Ki, também aumenta a energia de sua força vital. Ela sente uma energia que, depois de curá-la, também cura os outros se esgotá-la. Durante os poucos minutos do processo iniciático, a pessoa iniciada na energia reiki recebe um presente que muda sua vida para sempre de forma totalmente positiva.

O processo iniciático é o que diferencia o reiki de todas as outras formas de cura pela imposição das mãos ou pelo toque. A iniciação não é uma sessão de cura, mas cura o agente de cura.

### **2.3.3 SIMBOLOGIA**

De acordo com Stein (1995, p. 103):

Os símbolos são a essência e a fórmula do Reiki. Eles são a chave para usar e transmitir esses sistemas de cura. Todas as coisas profundas, que afirmam a vida, são simples, e o Reiki é um método extremamente simples, composto essencialmente de símbolos.

É no 2º Grau do reiki que são apresentados 3 símbolos tal como foram recebidos por Mikao Usui, junto a um ritual e uma forma específica de prática. Os símbolos são como “chaves” energéticas, para ascender à comunicação mais profunda com si mesmo, com os outros e com o mistério da vida.

O 2º Grau é como uma nova “iniciação” na jornada do relacionamento com a energia reiki, uma possibilidade de aprofundamento da prática de cura, um mergulho nas profundezas do Ser, um mergulho seguro e sagrado. A Luz e o Amor vibrando para as sombras, as projeções. Uma possibilidade de maior integração, de maturidade, onde a luz não é mais tão superficial, mas pode possuir a profundidade

da escuridão, assim como a escuridão começa a ter o brilho da luminosidade, caracterizando-se como uma jornada da cura.

O 2º Grau envolve também uma responsabilidade maior, um cuidado e zelo com o sagrado, com o mistério, assim como no relacionamento com tudo o que é vivo, uma vez que a comunicação energética entre os seres, “as divindades internas” podem ser aproximadas. Aqui é possível o reiki à distância.

Quanto ao 3º Grau, o chamado para ser Mestre(a), envolve também os símbolos, que ainda não são conhecidos diretamente.

Quando aos símbolos e suas funções estas são:

O primeiro símbolo é o Cho-Ku-Rei, que serve, que serve aumentar o poder. No Reiki, esse símbolo é conhecido como “o interruptor de luz”. De acordo com Stein (1995, p. 105):

A luz é ligada quando você baixa as mãos para curar. Quando você acrescenta o Cho-Ku-Rei, a intensidade da luz aumenta na proporção de uma lâmpada de cinquenta Watts para uma de quinhentos Watts. O Reiki II, como um todo, aumenta a capacidade de cura de uma voltagem de 110v para 220v, e o Reiki III transforma a corrente de alternada em contínua.



Deve-se usá-lo em qualquer circunstância, pois ele tem o poder de limpar de imediato qualquer pessoa, local, objeto, pois age nos canais físicos, etéricos, emocionais e mentais, fazendo uma grande limpeza em todos os níveis.

Visualizando o símbolo Cho-Ku-Rei, sua capacidade de ter acesso à energia Reiki é aumentada muitas vezes. Provavelmente permitirá o uso em todas as curas. O Cho-Ku-Rei concentra o Reiki em um ponto determinado, atraindo toda a

energia do Universo de Deus para a cura. A forma de espiral e de passagem desse símbolo envolve a idéia de Labirinto, o espaço de iniciação no templo do Deus do Palácio de Knossos, em Creta. Na arqueologia deste planeta, espirais sempre representam a energia de Deus (STEIN, 1995).

O próximo símbolo é o Sei-He-Ki, destinado tradicionalmente para a cura das emoções. De acordo com Stein (1995, p. 108):

Ensinaram-me a usá-lo especificamente quando alguém, durante a sessão de cura, está aborrecido ou emocionalmente perturbado, mas em nenhuma outra ocasião. Foi-me definido como ‘a união entre Deus e o homem’ que, ele, de alguma forma, ofende o meu feminismo. Por que não ‘a união entre a Deusa e a mulher’ ou ‘a união ente a Divindade e as pessoas?’ Uma outra definição poderia ser ‘assim na terra como no céu’.



O símbolo leve a divindade aos tipos de energia humana e harmoniza os chakras superiores. O símbolo é indicado tradicionalmente para a cura nos níveis mental e emocional. O Sei He Ki penetra em todas as camadas da nossa mente, busca os padrões de pensamento e de sentimentos negativos para modificá-los e transformá-los.

O símbolo seguinte é o Hon-Sha-Ze-Sho-Nen que visa o corpo e a mente. Isto é, segundo Stein (1995, p. 108): “Quando mais energia de cura eu transmito, mais certo se torna que virtualmente todas as doações, no nível físico, têm uma causa emocional”.



Este símbolo é como os demais, de grande importância, dirige a energia Reiki para a cura à distância, cura sem toque, cura ausente. Este símbolo abre uma porta infinita para a transformação, pois com a ligação que efetua com o passado e futuro, permite desobstruir todas as coisas que impedem o equilíbrio. O símbolo Hon Sha Ze Sho Nen permite ir a qualquer tempo ou lugar e usando o símbolo Sei He Ki mudar os padrões mentais e emocionais e logo após limpá-los com símbolo Cho Ku Rei.

O próximo símbolo é Dai Ko Myo. De acordo com Stein (1995, p. 109): “No terceiro nível, os alunos são sintonizados com a energia do Dai Ko Myo, a energia do Mestre Interior, símbolo da sintonização espiritual com o universo”.



É a cura da alma. Amplificador dos outros três símbolos, a partir deste momento o Canal Reikiano faz o seu tempo. Esse estágio é a preparação para o nível de Mestre.

Os símbolos tornam-se parte das sessões de cura direta e da autocura como complemento e base para a cura a distancia. Na cura direta, coloque as mãos sobre você mesmo ou sobre a pessoa que vai receber o reiki (STEIN, 1995).

#### **2.3.4 TRATAMENTO E FORMA DE ENSINAMENTO**

O tratamento básico de si mesmo e de outros é o fundamento da Forma, o fundamento da prática de cura, onde basicamente as mãos se apóiam por vários minutos em uma seqüência de posições sobre a cabeça e o corpo. Quanto mais se pratica e se pratica, mais profunda é a exploração, a prática nos leva à raiz dos problemas.

O tratamento na verdade é um aprendizado, é deixar-se cuidar-se de si, é deixar-se cuidar do outro, através de uma grande amorosidade e desta energia que é Mestra, é sabedoria, é uma entrega. É também, e principalmente, um aprendizado de equilíbrio. Um equilíbrio entre cuidar de si, cuidar do outro e deixar-se ser cuidado pelo outro.

No tratamento há um grande tripé de sustentação da prática: o auto tratamento (aliás como diria a Sra Takata, “o reiki é antes de tudo para você mesmo”), o tratamento do outro e o receber reiki do outro. São tratamentos diferentes e interrelacionados. Uma grande saúde, uma saúde profunda se dá quando esse tripé está balanceado entre suas partes. Isto é, aprende-se a se cuidar, se tratando com Reiki, aprende-se também e, principalmente, a “pedir” e “receber” Reiki, aprende-se a estar receptivos e em silêncio e, por outro lado também, chega um momento em que “transbordamos” reiki, no qual o indivíduo é inspirados a doá-lo, a cuidar do outro.

Quando essas partes estão acontecendo de forma muito desproporcional, chega o momento de observarmos o que está acontecendo, por que às vezes não se consegue cuidar de si próprio, de se dedicar um tempo para si próprio como parte da rotina diária, ou simplesmente, se tem dificuldade em pedir ou receber reiki.

A questão a saber, no entanto, é será que essa dificuldade é somente com o reiki ou também com as relações afetivas ou materiais, por exemplo? Será



que às vezes existem desequilíbrios por que dá mais do que se recebe, ou vice-versa?

O reiki é questionador, convidando a olhar, sem julgamento, a si próprio. Esse é o verdadeiro tratamento, daí, a forma de transmissão dos ensinamentos também ser sistematizada. Abrange tanto uma estrutura energética como física das “classes” nos cursos de reiki.

O 1º Grau se ensina em quatro sessões diárias e consecutivas de três horas cada uma, com uma iniciação em cada sessão. Os estudantes recebem os elementos e os aspectos do reiki e aprendem a tratar-se a si mesmo e aos outros.

O 2º Grau, que requer um maior compromisso, as pessoas se aprofundam no Sistema. Há uma iniciação e o estudante recebe os três símbolos que aprende a usar como ferramentas sagradas. Se recomenda que se transcorra um período mínimo de prática do Reiki I antes de se iniciar em Reiki II.

E a Maestria, o 3º Grau, é para aqueles que reconhecem um chamado em assumir um compromisso de vida maior com a prática e os ensinamentos do Usui Shiki Ryoho. Se recomenda que os estudantes pratiquem reiki pelo menos três anos antes de iniciar-se como Mestre e que sejam iniciados por um Mestre com no mínimo cinco ou mais anos de experiência ensinando o reiki.

A prática do reiki leva o indivíduo a cuidar de uma relação, de uma troca (algo bom vai em direção à alguém, algo tem que vir em troca), é uma dinâmica energética, uma busca de equilíbrio.

### **2.3.5 PRINCÍPIOS**

Mikao Usui, a partir de suas experiências com alguns mendigos, que se fortaleciam com o reiki e tempos depois voltavam à mendicância, resolveu criar ensinamentos espirituais e um código de ética para o viver diário. Cada um encontrará a sua forma singular de se relacionar com eles. São também um convite a observar mais detalhadamente essas questões.

Os cinco princípios são os seguintes:

1. Só por hoje, não te preocupes: a preocupação nos tira do momento, que na verdade, é o único momento em que podemos viver.

Os momentos que se passa preocupados são momentos perdidos. Quando se pensa sobre o passado ou se preocupa sobre o futuro, não se está vivendo. Estar-se-á recordando ou projetando. Mesmo que sejam recordações ou projeções que achamos significativas, não se está vivendo, não se está presentes. A quietude e a felicidade no coração não serão possíveis se não soubermos experimentar o momento.

Quando esse está pré-ocupados, vale se questionar, por exemplo, como se sente quando se está assim, quais as coisas que realmente preocupam em geral, como trato os outros quando estou preocupado, o que pode se fazer para diminuir as preocupações, pode-se ser compassivos conosco nesses momentos?

2. Só por hoje, não tenhas raiva: a raiva, na verdade, não é uma “raiz”, é uma reação.

Por trás da raiva, geralmente há alguma dor, e por sua vez, por trás da dor escondem-se traços da personalidade que não puderam se desenvolver plenamente, há aqui um acolhimento, há também um encontro com algum talento ou criatividade ainda não totalmente expressos. Mais uma vez, é um convite a olharmos para nós mesmos com maior profundidade.

Sabe-se, também que a raiva tira do juízo, o equilíbrio, é uma lente turva. Quando se está sentindo raiva e se tem a habilidade em contatá-la e observá-la sem nenhum julgamento, pode-se, quem sabe, liberá-la e o indivíduo não se sente aprisionado a ela. Da mesma forma quando este não se permite contatá-la simplesmente em nós, pode-se, a partir daí, sermos capazes de percebê-la no outro, podemos ver o outro além da raiva.

3. Honra teus pais, professores e mais velhos: somos evolução, transmissão e troca, somos todos um.

Recebe-se muito dos ancestrais, ancestrais familiares, ancestrais “mestres”, ancestrais que esbarramos pelos caminhos, alguém que simplesmente trilhou sua jornada e em algum momento mostra sua presença. Recebe-se dons, talentos e, inclusive, muitas possibilidades de Cura, às vezes uma cura muito profunda realmente, de traumas ou dores que caminham por gerações. Em cada momento, em cada encontro, a possibilidade do aprendizado, do encontro, do afeto, da gratidão.

4. Ganha tua vida honestamente: em primeiro lugar, “ganha” a vida.

O que significa ganhar a vida, senão vivê-la em toda sua plenitude e presença. Viver com a vibração do coração, estar entregue à jornada do Ser. Ter vitalidade e sabedoria para “ganhar” o que é essencial para o viver bem, seja em termos de relacionamentos, afetos, trabalhos ou recursos financeiros. Ganha sua vida mantendo-se íntegro com o seu Ser.

5. Seja gentil com todos, demonstra gratidão a tudo o que é vivo.

Há uma expressão usada dentro do xamanismo, antes de se iniciar alguns rituais, onde se diz “por todos nossos relacionamentos”. Uma gratidão profunda por todos os seres vivos (inclusive animais, plantas) com os quais nos relacionamos em qualquer momento de nossas vidas. Todos os encontros, todas as trocas são, na verdade, trocas e experiências entre divindades, quer se esteja conscientes ou não.

## 2.4 ASPECTOS DE BASE DO REIKI

O ato de impor as mãos sobre o corpo humano, ou seja, um animal para transmitir bem-estar e aliviar a dor é tão antigo quanto o instinto. Quando sentem dor, a primeira coisa que as pessoas fazem é colocar as mãos sobre a região dolorida (STEIN, 1995).

### 2.4.1 PRÁTICA DA CURA

O fundamento do reiki é o tratamento, através do toque das mãos, em si mesmo e nos outros. Tudo o que diz respeito aos tratamentos, diz respeito à prática. Como o próprio nome diz, é uma prática, é uma vivência, uma vivência que leva à exploração, à navegação, em silêncio, da nossa origem, é um caminhar em direção a si mesmo.

A própria palavra “cura”, vem da raiz grega que significa “íntegro”. Na verdade, reiki cura fazendo com que as coisas voltem a ser íntegras. No plano físico, essa busca, esse regresso à integridade se torna mais visível, uma boa saúde e vitalidade podem ser expressas num estado de bem estar físico, facilmente reconhecido por muitas pessoas. Porém, uma prática mais profunda nos leva a questionar se estar-se-á de fato íntegros como seres humanos, seres holísticos! Além do físico, somos também corpo emocional, mental e espiritual (entre outros).

Como diria a Sr<sup>a</sup> Takata, “o reiki nos leva à raiz dos problemas”, ou seja, muitas vezes a cura não é um fenômeno imediato e sim um processo de toda uma vida. Curar-se é quase como educar-se.

A prática em si é Mestra, num primeiro momento somente na observação em como o indivíduo se relaciona com o auto tratamento (por exemplo, tenho dificuldade em reservar esse tempo para mim?), o tratamento de outras pessoas (o quanto tenho consciência de minhas expectativas, do meu ego atuando enquanto trato de outras pessoas) e o recebimento de um tratamento (com que frequência recebo reiki), já nos dá várias pistas de nossa integridade, do centro. Na medida em que se aprofunda na prática, muitos *insights* e sinais de transformação vão surgindo. Transformações às vezes dolorosas, porém valiosas e profundas.

A prática do reiki permite um mergulho seguro e sagrado em direção à profundidade do Ser. É como enviar vibrações de Luz e Amor para as sombras, as projeções. Pode-se iluminá-las, observá-las de um lugar seguro, sem se identificar com elas; ou seja, pode-se acolher em toda a plenitude.

Um outro ponto que também é observado é em relação à Transpessoal, é dentro do “espaço” do reiki, dentro deste momento sagrado e seguro onde se contata com a energia reiki, é como se estivesse em um estado alterado de consciência, sai-se da vigília, acessa-se outros níveis de consciência, mais sutis de fato.

Depois de um tratamento de reiki pode-se ver certas circunstâncias de outra forma, ou seja, podem acessar a “raiz” de fato, e aí a integridade e força natural.

### **2.4.2 DESENVOLVIMENTO PESSOAL**

O reiki, através da sua jornada de cura, jornada de retorno à origem, nos leva naturalmente por um caminho de desenvolvimento pessoal. Uma possibilidade de nos conhecermos mais profundamente, de nos aceitarmos (inclusive das vulnerabilidades ou das patologias) e permite uma expressão com maior autenticidade. O processo de cura é também um processo de compreensão.

A jornada nos demanda um maior nível de consciência, exige uma observação constante às motivações, atitudes, reações ou aos preconceitos, questionando o quanto se está disposto a se curar, o quanto se está disposto a mudar as próprias vidas, os relacionamentos.

### **2.4.3 DISCIPLINA ESPIRITUAL**

A prática do reiki coloca o Ser em contato com o mistério, possibilitando o regresso a um sentimento de milagre, e acima de tudo de respeito frente àquilo que sabemos que transcende o campo da mente humana. Quando este se coloca em relação com o mistério, o sentido do sagrado desperta nos corações e faz com que haja um sentimento de nutrição para com outros seres humanos. Percebe-se o quanto a vida é sagrada, quando na prática espiritual, passa-se a comungar com a Divindade presente em cada ser.

A cada preparação, a cada minuto reservado ao reiki, a cada toque de mão, a cada contato consigo e com os outros, a cada calor, ao silêncio, a cada momento que se vive o reiki na vida diária, percebe-se que aos poucos ele vai se tornando a sua meditação, o seu momento de forte conexão com tudo o que é vivo. Nesse momento ele torna-se uma prática espiritual, uma disciplina espiritual.

Osho (2003) lembra que a raiz da palavra disciplina vem de “discípulo”, aquele que está aberto a aprender, aberto ao novo, ao desconhecido. Acredita-se que aqui, disciplina espiritual é exatamente o sentido de estar aberto(a) ao mistério, ao sagrado, ao transcendente, a cada dia, a cada toque de mão. É despertar pouco

a pouco o sagrado de cada momento, de cada encontro, de cada relação que se tem com tudo o que é vivo e está ao redor. Isso é um trabalho.

#### **2.4.4 ORDEM MÍSTICA**

De uma forma espontânea, através das iniciações recebidas, dos tratamentos, do contato com os Mestres, das experiências, todos os praticantes de Reiki, de alguma forma, encontram-se unidos, formam uma comunidade, o que faz gerar uma grande força sutil. É uma teia, uma teia de Energia Vital Universal, é uma força, uma teia de Amor. É como um Círculo, um Círculo de reiki. Um Círculo é uma forma mais abrangente do que um grupo, o Círculo é presente no plano sutil, e podemos senti-lo dentro de cada Ser, a cada experiência de toque das mãos.

Essa é uma experiência em comum e é uma força que une mais fortemente do que qualquer crença ou definição do que esteja ocorrendo.

### **3 CURANDO ATRAVÉS DOS PONTOS ENERGÉTICOS: OS CHACKRAS**

Os chakras são centros psíquico-energéticos, sempre ativos no nosso corpo quer tenhamos ou não consciência da sua existência. A energia de vida move-se através destes centros produzindo diferentes estados psíquicos.

#### **3.1 CONCEITO DE CHAKRAS**

A palavra chakra vem do sânscrito e significa roda, disco, centro, plexo. Nesta forma eles são percebidos por videntes como vórtices (redemoinhos) de energia vital, espirais girando em alta velocidade, vibrando em pontos vitais de nosso corpo. Os chakras são pontos de intersecção entre vários planos e através deles nosso corpo etérico se manifesta mais intensamente no corpo físico.

São centros energéticos existente no corpo etérico de um ser vivo, esses centros transportam e manipulam correntes eletromagnéticas ou etéricas (energia vital – Prana) que se manifestam por meio no plano etérico.

Chakras são, segundo a filosofia yoga, dentro do corpo humano existem canais (nadis) por onde circula a energia vital (prana) que nutre órgãos e sistemas. Apesar de serem de natureza etérica, existem os chakras astrais e os chakras do corpo Mental.

A natureza ambiental no qual os chakras se manifestam, deve ser plenamente entendida, é preciso entender que o homem é um complexo de processos indispensáveis que atuam um sobre o outro. Nenhuma experiência física deixa de ser acompanhada por uma reação emocional, por uma interpretação mental.

No campo etérico tem-se que cada partícula física possui em contrapartida uma partícula etérica, daí a expressão "duplo etérico". Que possui 4 camadas, desde a mais densa interpenetrada no corpo físico até 1 cm

aproximadamente, até a mais afastada de natureza mais sutil próxima a astral. O etérico é de natureza material, e está mais próximo a matéria física. Por isso com treino pode ser percebido pela visão física.

O homem se expressa na vida física através de um tríplice mecanismo: O etérico (vital), o astral (emocional) e o Mental. Vale mencionar que a função mais importante do corpo etérico é a transferência de energia vital ou de vitalidade do campo universal para o campo individual (macro para o micro). Entretanto, o etérico também atua como um elo de ligação entre o plano físico com o plano astral e o plano mental.

A utilidade dos chakras estão no entendimento de que estes são centros, órgão suprafísicos, através dos quais as energias dos diferentes campos sincronizados e distribuídas ao corpo físico. Os chakras são vórtices como se fosse um redemoinho um ciclone em miniatura que faz circular as energias numa determinada vibração. O corpo humano tem mais de 88.000 chakras, porém temos uma ordem em importância, tais como as Metrôpoles, cidades grandes, cidades pequenas e vilas.

Nesta ordem tem 7 chakras Magnos, 21 chakras grandes e demais se dividem em médios e pequenos. Os chakras magnos estão situados nos plexos (rede ou interconexão de nervos, vasos sanguíneos ou vasos linfáticos). É por isso que se diz que cada um dos veículos (corpo etérico, corpo astral e corpo mental) possui chakras. Na literatura indiana os chakras também são chamados de Lótus pela sua forma que lembra uma flor com pétalas.

Todos os vórtices irradiam basicamente três cores, que são energias eletromagnéticas de distinta frequência ou longitude de onda. Estas 3 cores básicas: Vermelho, Azul e Amarelo. A sua combinação ou fusão determina uma grande quantidade de tons e matizes, tanto secundários quanto terciários.

## 3.2 PRINCIPAIS PONTOS DOS CHAKRAS

Os chakras são elementos centrais na prática do reiki, correspondem aos centros de força de energia que se situam em diferentes planos, sendo que é por



seu intermédio que circula a “energia vital”. A má alimentação, respiração, angústia, depressão, pensamentos negativos, estresse diário e os problemas hereditários criam bloqueios nos chakras impedindo o fluxo da força vital através do organismo.

De acordo com Gerber (1988, p. 104):

Os chakras estão de alguma forma envolvidos na captação das energias superiores e na sua transmutação numa forma utilizável na estrutura humana. Os cientistas ocidentais recentemente voltaram suas atenções para a compreensão e a validação dessas estruturas até então não reconhecidas. No passado, os chakras e os meridianos foram ignorados pelos cientistas ocidentais, que os tinham na conta de construções mágicas produzidas por pensadores orientais primitivos e ingênuos.

Atualmente, porém, a existência dos chakras e dos meridianos acupunturais está finalmente sendo confirmada, graças ao desenvolvimento de tecnologias de energia sutil que podem detectar sua presença e mensurar suas funções.

Complementando, Gerber (1988, p. 104), afirma que:

Do ponto de vista fisiológico, os chakras parecem estar envolvidos com o fluxo de energia superiores para as estruturas celulares do corpo físico através de canais específicos de energia sutil. De certa forma, eles parecem atuar como transformadores de energia, reduzindo sua forma e frequência para adequá-la ao nível de energia imediatamente inferior.

Vale mencionar que a energia, por sua vez, é traduzida em alterações hormonais, fisiológicas e, finalmente, celulares por todo o corpo. Parece haver pelo menos sete grandes chakras associados ao corpo físico.

São sete os chakras principais cuja localização associa-se a determinadas partes ou órgãos do corpo. A partir de um ponto central situado na parte superior da cabeça (chakra coronário) toda energia canalizada seria então enviada aos demais chakras: frontal, laríngeo, cardíaco, plexo solar, sacro e básico.

Sabe-se também que cada um dos sete grandes chakras está associados a um determinado tipo de capacidade de percepção psíquica. Isto traz a baila o fato de os chakras também terem a função de ser uma espécie de órgão sutil de percepção psíquica (GERBER, 1988).

Os chakras correspondem ao entroncamento eletromagnético próprio dos plexos nervosos; esses últimos irradiam eletricidade e ela está associada a um chakra que nada mais é que um centro de força. Existem milhares de chakras, mas os principais estão associados ao sistema nervoso.

O sistema nervoso autônomo é um sistema eferente (tira de dentro para fora), ou seja, de comando das vísceras, inconsciente, cuja inervação ou fluxo de energia sai do sistema nervoso central indo em direção à periferia. Porém, o que ocorre com os chakras é que, com exceção do coronário, eles estão ligados a órgãos emissores de energia do corpo. Por exemplo, o chakra gástrico recebe a energia do corpo, mas para enviar diretamente a energia para o corpo ele não consegue, porque está ligado a um sistema eferente, aquele em que a energia sai do corpo.

Então, no caso do chakra gástrico, ele recebe a energia do corpo e, pelo perispírito, manda até o coronário. Quando essa energia chega no chakra coronário; ao qual a pineal está ligada, e executa a função de um órgão receptor e sensitivo, ela é captada e recebida.

Um outro exemplo: o coração é um órgão inervado pelo sistema nervoso autônomo, ou seja, irradia energia. O chakra cardíaco capta energia do coração, e o perispírito manda para o coronário onde a pineal capta energia e entra no corpo. Os olhos captam energia. O estômago emite, porque a inervação do estômago vem do sistema nervoso central, e a energia vem do centro para a periferia. A tireóide, ligada ao chakra laríngeo é um órgão emissor não é sensitivo; produz hormônio, emite, mas não capta. Isto é uma questão fundamental porque, se você usa o chakra gástrico e não ativa o coronário, o chakra gástrico refunde para ele.

Todos os chakras estão ligados a órgãos emissores; o estômago por exemplo, produz o ácido clorídrico. Ele é inervado pelo sistema nervoso autônomo, que leva a energia do sistema central para o periférico, Então na verdade, esses chakras recebem energia; aí o único chakra que emite energia para o corpo é o coronário, porque está ligado à pineal e ela capta a energia.

O chakra Coronário está localizado acima da cabeça, ligando as pessoas com a espiritualidade e com Deus. A cor relacionada à esse chakra é o violeta. Significa o pensamento, estando relacionado ao sistema nervoso, córtex e glândula pineal. Atua nas perturbações físicas de redução da habilidade de controle das dores, da habilidade física e da capacidade de interagir em grupo. A função

psicológica está no entendimento. Contudo, as perturbações psíquicas consistem na alienação, psicose, confusão mental e dificuldade de aprendizagem.

O chakra do 3º Olho está localizado entre as sobrancelhas. Esse é o chakra da percepção e do conhecimento do Universo. É o centro do poder da mulher e representa a criação. A cor relacionada à esse chakra é o roxo. Tende a equilibrar a mente cujo significado é a percepção. Está relacionado à testa, têmporas, nariz, ouvido e olhos. As perturbações físicas estão relacionadas às enxaquecas, doenças da visão e otite. A sua função psicológica é a autopercepção. Mas as perturbações psíquicas relacionam-se com as neuroses e o retardamento mental.

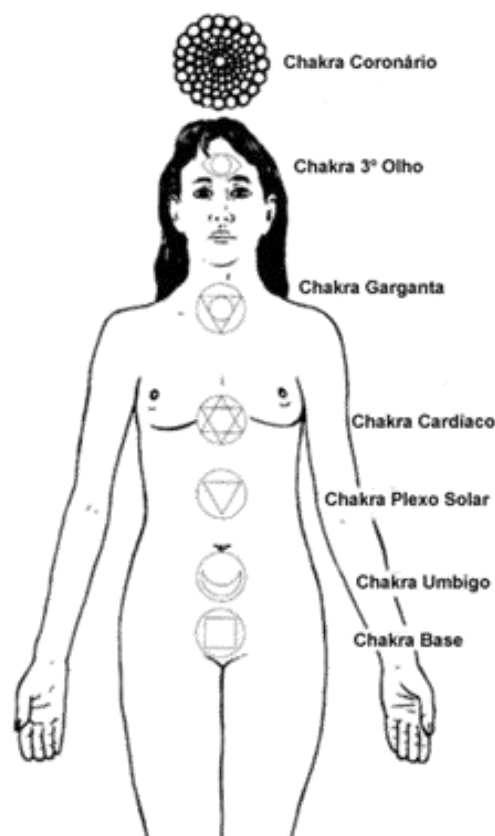
O chakra da Garganta está localizado na base do pescoço. Sua função é a comunicação com o físico e o psíquico. É na garganta que está localizado a criatividade do ser humano. A cor relacionada à esse chakra é o azul claro. Influencia diretamente o aprofundamento do conhecimento que significa purificação, estando relacionado com a garganta, boca, glândula e tiróide. As perturbações físicas estão a cargo das dores de garganta e torcicolo. A função psicológica consiste na comunicação e expressão. Contudo, as perturbações psíquicas estão relacionadas às fobias, terror, inibição e rigidez.

O chakra do Coração está localizado no meio do peito. As emoções, o amor universal e o amor ao próximo estão ligados à esse chakra. Duas cores podem ser usadas nesse chakra: o verde e o rosa. Influencia diretamente as questões relacionadas ao amor incondicional cujo significado é intacto. Relaciona-se ao coração, sistema circulatório e pulmões. As perturbações físicas estão relacionadas às asma, hipertensão, enfermidades cardíacas e pulmonares. A função psicológica é o amor e a autoexpressão. Entretanto, as perturbações psíquicas são indiferença, egoísmo e autismo.

O chakra do Plexo Solar está localizado abaixo do chakra do coração. É o centro de força do homem. A comida que ingerimos está associada com esse centro de energia. A cor relacionada à esse chakra é o amarelo. Consiste em influenciar o controle das emoções. Significa jóia lustrosa, relacionado ao pâncreas, fígado, vesícula, baço, estômago, duodeno, cólon e intestinos. Tem como perturbações físicas a hiper-atividade, úlceras, diabetes e hiperglicemia. A função psicológica são as emoções. Contudo, as perturbações psíquicas são os sentimentos de superioridade e egoísmo.

O chakra do Umbigo está ligado com a purificação. As primeiras impressões e os sentimentos antigos estão relacionados com esse chakra. Também é o centro sexual. A cor relacionada à esse chakra é o laranja. Influencia diretamente a sexualidade e a reprodução. Significa doçura relacionado aos sistemas digestivo e reprodutivo. As principais perturbações físicas são os problemas nos órgãos reprodutores. A função psicológica está no desejo e nos relacionamentos interpessoais, pois as perturbações psíquicas são a ansiedade e a ilusão.

O chakra da Base está associado com os genitais. Esse chakra é a porta para a Vida e a Morte, o Nascimento e o Renascimento. Tem uma ligação profunda com a Terra, ligando a pessoa com a vida novamente. A cor relacionada à esse chakra é o vermelho. A sua influência está na ligação do homem com a Terra, dando uma significação de raiz e fundamento. Relaciona-se à espinha dorsal e aos ossos, pois as principais perturbações físicas são a obesidade, anorexia e problemas ósseos. A função psicologia é a sobrevivência porque as perturbações psíquicas estão relacionadas ao medo, a depressão e à insegurança.



Conforme descritos os sete chakras estes estariam relacionados à determinadas partes ou órgãos do corpo, possuindo uma função psicológica correspondente que é associada à supostas perturbações físicas ou psíquicas.

Na prática terapêutica diz-se que os chakras estão diretamente ligados a determinadas características psicológicas e a partes do corpo, sendo que qualquer alteração no fluxo energético dos chakras aponta simultaneamente para problemas físicos ou de natureza psíquica.

Não se pode deixar de mencionar, também, que por mais que essas associações beiram a naturalidade, uma vez que o fluxo energético de determinadas partes ou órgãos do corpo estaria relacionado ao adequado exercício das funções que lhes são correspondentes, o fato é que tais correspondências implicam, ou pelo menos se referem, a atributos de comportamentos e personalidade dos indivíduos, de maneira que aqueles que quiserem evitar problemas no aprendizado devem se manter “equilibrado energeticamente”.

### 3.3 CARACTERÍSTICAS DOS CHAKRAS

As características dos chakras está na relação com a cura através dos cinco princípios do reiki, a saber:

- 1º - Hoje, eu abandonarei a raiva; pois o ponto de partida é de que onde há raiva não há Felicidade.
- 2º - Hoje, eu abandonarei as minhas preocupações; porque deve-se viver cada momento como se fosse único.
- 3º - Hoje, eu contarei com todas as minhas bênçãos; pois o que parece uma desgraça veremos como uma bênção.
- 4º - Hoje, farei o meu trabalho honestamente; porque a honestidade e a verdade são algo que se transmite.
- 5º - Hoje, serei gentil com todas as criaturas vivas, tendo em vista que a humildade leva-nos a Deus.

A técnica consiste em impor as mãos a uma determinada distância para transferir a energia vital de uma pessoa para a outra ou passá-la pelos locais do corpo que necessitam de equilíbrio: cabeça, olhos, nariz, chakras do corpo, região

umbilical, pulmões, rins, joelhos e embaixo dos pés, para fixar a energia e, conseqüentemente, minimizar as doenças.

É recomendado, que ao se começar uma sessão de reiki, a pessoa esteja se sentindo totalmente confortável, com roupas leves e de cores claras. Se preferir, faça alguns exercícios de respiração, yoga ou meditação antes de começar. A duração de cada sessão pode variar de uma hora para uma hora e meia, dependendo da situação.

As posições são feitas começando de cima para baixo, desde o chakra coronário até os pés. As mãos são posicionadas sobre o corpo da pessoa em forma de duas conchas. A energia do Reiki sai pelas mãos do praticante, que é absorvida pelo corpo da pessoa. Essa energia é passada para os chakras, abrindo, limpando e purificando de todas as obstruções do corpo, trazendo o equilíbrio de uma forma natural.

Quando se utiliza o reiki nos pontos dos chakras este, geralmente, é indicado para: diminuir a ansiedade e compulsão alimentar; promover tranquilidade; aliviar dores e tensões; estimular o bom funcionamento dos órgãos e a desinflamação dos nervos; contribuir para a qualidade do sono; ativar o funcionamento do sistema imunológico; equilibrar as emoções; melhorar a memória e concentração; e acelerar a cicatrização e a recuperação em cirurgias.

Quadro 1 – Doenças relacionadas às emoções

<b>Problema</b>	<b>Fonte</b>
<b>Acidentes</b>	Raiva, frustração e rebelião
<b>Artrite</b>	Perfeccionismo
<b>Asma</b>	Complexo de culpa
<b>Ataques</b>	Pensamentos negativos, quem não é feliz
<b>Bexiga</b>	Segurando a dor para si mesmo
<b>Braços</b>	Emoções antigas
<b>Bulímia</b>	Ódio de si mesmo
<b>Cabeça</b>	Culpa e Tristeza
<b>Câncer</b>	Ressentimento profundo
<b>Coração</b>	Infelicidade e falta de amor
<b>Dedos</b>	Ego, raiva, medo, preocupação, perda e pretensão
<b>Dor</b>	Culpa, medo de ser punido
<b>Estômago</b>	Dificuldade em assimilar novas idéias e novas experiências
<b>Frigidez</b>	Medo e culpa sexual
<b>Garganta</b>	Medo das mudanças, dificuldade em falar e frustração
<b>Genitais</b>	Rejeição sexual

<b>Impotência</b>	Medo e inveja do próximo
<b>Joelho</b>	Inflexibilidade, ego, medo de mudanças
<b>Mãos</b>	Pão duro (não gostam de gastar dinheiro)
<b>Obesidade</b>	Insegurança
<b>Orelha</b>	Dificuldade em aceitar o que lhe é dito
<b>Pés</b>	Dificuldade em compreender à si próprio
<b>Pele</b>	Pessoas que possuem o poder sobre você
<b>Pernas</b>	Medo de enfrentar as coisas novas do dia a dia
<b>Tumor</b>	Feridas antigas, tormento, não permite a cura
<b>Úlcera</b>	Medo em não ser bom o suficiente
<b>Vagina</b>	Machucado emocionalmente pelo parceiro

Fonte: adaptado de Stein (1995, p. 41-43)

O corpo astral é um componente do ser humano multidimensional (frequências que compõem o ser humano em sua totalidade). As frequências desse corpo vão além da percepção humana normal. É neste campo energético, que fica a aproximadamente uns 80 cm do corpo, a memória dos tempos antigos, falando em memórias cármicas. Todos os apegos não resolvidos do passado se encontram aí. Essa matéria astral tem uma faixa de frequência superior às matérias físicas e etérea. Toda a história está escrita nele, como o amor, ódio, sucesso, desânimos, sacrifícios, aspirações, etc. de forma não estática, refletindo as potencialidades realizadas, as não realizadas e a dinâmica do aqui-e-agora (DOSSEY, 1999).

A característica principal do campo astral é seu dinamismo, e suas cores como brilho ou sombra indicará a qualidade das emoções, assim como, um indivíduo alegre estando perto de quem ele gosta terá cores para o lado rosado, ou durante uma meditação ou mesmo prece essas cores podem ser azuis e douradas. Na cólera, por exemplo, serão reflexos vermelhos a esse campo, e no ódio ou em sentimentos extremamente baixas as frequências sua cor tornará nuvens acinzentadas (DOSSEY, 1999).

## CONCLUSÃO

Este trabalho monográfico analisou o reiki como forma terapêutica na cura dos pontos energéticos (chakras).

A discussão permitiu mostrar, de forma sucinta, como ocorrem as práticas terapêuticas alternativas tendo cuja ênfase dada foi ao reiki como ponto principal para normalizar os problemas de saúde mental e psíquica. Isso só foi possível a partir da descrição histórica e conceitual do reiki quanto cura através da medicina vibracional.

Diante desses dados articulados compreendeu-se como ocorre a terapêutica sobre os campos energéticos a partir dos princípios do reiki para a cura, quando da caracterização dos pontos e características dos chakras para a cura psíquica e mental.

Revelando que o estado de saúde indivíduos está diretamente associado ao seu universo sócio-cultural, freqüentemente são abordadas na literatura antropológica as diferentes concepção sobre as doenças, as explicações que lhe são correlatas e os comportamentos que os indivíduos têm diante delas. Esse foi o objetivo desta discussão: ao tomar o reiki como objeto privilegiado de análise procurou-se investigar o modo pelo qual algumas técnicas e práticas alternativas, fundamentadas em concepções holista do corpo, da doença e da própria “pessoa” (e, portanto, distintas às do modelo biomédico) vêm sendo incorporadas aos serviços oficiais de atendimento à saúde, principalmente quando busca atuar sobre os pontos energéticos (chakras).

Entendeu-se que o reiki é um método natural de cura por meio das mãos. Em japonês, rei significa a “energia cósmica que flui por todo o Universo”, e ki, a “energia vital do ser humano”.

Para responder ao questionamento feito sobre de que forma o reiki atua como forma terapêutica na cura através das mão, atuando nos pontos energéticos (chakras) para normalizá-los compreendeu-se que este atua sem depender do estado emocional da pessoa que está aplicando. Não tem contra indicação. Pode ser usada em qualquer lugar e a qualquer hora, pode ser usado junto à outras técnicas.



Além do mais, o reiki pode ser usado, por exemplo, em combinação com os cristais. Antes de usar os cristais, é necessário que passe pelo processo de limpeza e energização. Coloque os cristais em cima de cada chakra, de acordo com suas cores. Os chakras estão localizados na energia etérica do corpo físico.

Os chakras estão envolvidos na captação das energias superiores e na sua transmutação numa forma utilizável na estrutura humana, pois que as forças emitidas por um centro (chakra), afetam a contraparte etérica de toda a intrincada rede de nervos que constitui o sistema nervoso. Atualmente, talvez a tecnologia já esteja avançada para permitir a confirmação da existência e o estudo dessas ligações energéticas sutis com a anatomia física, mesmo porque já está demonstrado que as energias transmitidas pela cura através da imposição das mãos produzem efeitos definidos e mensuráveis sobre diversas patologias e sobre o sistema físico e mental do Ser Humano.

Assim, tem-se, também, que o reiki pode ser praticado em qualquer caso de doença física, emocional ou mental, desde uma simples dor de cabeça, estresse, até câncer. Para pessoas com problemas graves, fazer aplicações diárias com mais tempo de duração, ajudando a obter melhores resultados.

Ao entender que o reiki não é uma religião, e, sim uma ciência, uma arte de curar pelas mãos, através de uma técnica de canalização da energia do Universo, compreende-se que essa técnica de cura alternativa advém de uma Energia Inteligente, pois ao canalizarmos a Energia Divina corretamente para o nosso corpo ou para outra pessoa, é como chamar Deus, e sua presença em essência imediatamente se manifestará naturalmente sobre todo nosso ser.

Assim, confirma-se a hipótese de que o reiki como alternativa terapêutica tem possibilitado ao indivíduo minimizar os problemas encontrados nos pontos energéticos (chakras) que influenciam a saúde mental e psíquica, tendo em vista que a energia remete à eficácia e torna-se dotada de uma potencialidade generalizada capaz de produzir efeitos, pois é portadora de propriedade mágicas que se traduz nas práticas alternativas para a cura dos males psíquicos e mentais, que é evidenciado quando da utilização das práticas alternativas de cura a partir do princípio holístico em que se baseia o reiki e a cura através dos pontos energéticos, quando aplicado à própria concepção de “doença”, permite entendê-la como um estado de desequilíbrio seja de ordem interna ou externa ao organismo.

Sugerindo não somente saúde, mas também integração comunitária, comunhão ecológica, elevação espiritual, a “adequada distribuição de energia” permite, então, aproximar indivíduos e grupos cosmológicos sob o qual o universo alternativo está assentado, onde o conceito de energia (chakras) introduz novas visões de mundo e reordena os pontos energéticos para a cura.

Conclui-se, que através do reiki, bem como outras práticas terapêuticas alternativas, não mencionadas, constitui um objeto privilegiado de análise não somente do campo da conformação dos serviços de saúde, como também oferece uma base para a análise dos parâmetros ideológicos contemporâneos, uma vez que se constitui um veículo fecundo para uma reflexão a cerca da identificação e consolidação de novas formas de sociabilidade pela adesão dos sujeitos a comportamentos e “estilos de vida” que aparecem como diferenciadores e construtores de novas identidades (alternativas) e que não podem ser meramente relacionados com as escolhas individuais, tampouco reduzidos a comportamentos isolados ou mesmo considerados desviantes.

A cura por imposição das mãos vem sendo praticada em todo o mundo há milhares de anos. A cura por imposição das mãos poderia ser descrita de forma mais precisa como cura magnética porque se manifesta principalmente nos níveis físico-etérico de reequilíbrio, pois o corpo físico é o componente de maior densidade entre os diversos campos de energia interativa.

## REFERÊNCIAS

- BENOR, Daniel J. *Spiritual Healing: Scientific Validation of a Healing Revolution*, **Vision Publications** (MI), 2000.
- BRENNAN, Bárbara Ann. **Mão de luz: um guia para a cura através do campo de energia humana**. São Paulo: Pensamento, 2006.
- DeROSE, L.S.A. **Chakras, kundaliní e poderes paranormais**. São Paulo: Uni-Yôga, 2003.
- DOSSEY, L. **Reinventando a Medicina: transcendendo o dualismo Mente-Corpo para uma nova era de cura**. São Paulo: Cultrix, 1999.
- DOUGLAS, M. **Pureza e perigo**. São Paulo: Perspectiva, 1976.
- DUMONT. L. **O individualismo: uma perspectiva antropológica da ideologia moderna**. Rio de Janeiro: Rocco, 1985.
- FERREIRA, Aurino Lima; BRANDÃO, Eliége Cavalcanti; MENEZES, Salete. **Psicologia e psicoterapia transpessoal: caminhos de transformação**. Recife: Comunigraf, 2005.
- GERBER, Richard. **Medicina vibracional**. São Paulo: Cultrix, 1988.
- HABERLY, Helen. **Reiki: Hawayo Takata's Story (1900-1980)**. Estados Unidos: Ed. Archedigm, 1992.
- JOHARI, Harish. **Manual de Massagem Ayurvédica: técnicas Indianas para o Equilíbrio do Corpo e da Mente**. Ed. Ground, SP, 2001.
- KESSLER, Upanishad. **Reiki: o caminho do coração**. São Paulo: Ground, 1998.
- KING, Roberto; ABARCA, Oriel. **Reiki para todos: energia vital em ação**. Rio de Janeiro: Nova Era, 2001.
- LAD, Vasant. **Ayurveda: a ciência da autocura**. São Paulo: Ground, 1997.
- MAUSS. M. Uma categoria do espírito humano: a noção de pessoa, a noção do eu. In: \_\_\_\_\_. **Sociologia e Antropologia**. São Paulo: EDUSP, 1974.
- RUSSO, J. **O corpo contra a palavra**. Rio de Janeiro: Editora da UFRJ, 1993.
- STEIN, Diane. **Reiki essencial: manual completo sobre uma antiga arte de cura**. São Paulo: Pensamento, 1995.
- TURNER, V. **O processo ritual**. Petrópolis: Vozes, 1974.