

REIKI COM PROFISSIONAIS DE SAÚDE: INICIAÇÃO DE UMA PRÁTICA INTEGRATIVA COMPLEMENTAR PARA MUDANÇAS EM NÍVEIS ESPIRITUAL, PROFISSIONAL E PESSOAL

*Luciana Rodrigues Cordeiro
Ângela Maria Alves e Souza*

REIKI representa uma técnica natural de imposição de mãos, na qual há transferência da energia universal para o receptor, buscando promover o equilíbrio físico, mental, emocional e espiritual, procurando harmonizá-lo energeticamente com a finalidade de prevenção, recuperação e bem-estar.

Em um artigo a Mestre Hawayo Takata¹ explicou o REIKI, consta o seguinte: “Aqui está o grande espaço que nos circunda: o Universo. Há infinita e enorme energia, a qual é universal. Sua fonte definitiva é o criador. [...] É uma fonte externa, uma onda de um poder grandioso, que pode realizar ou recuperar a harmonia [...]” (VAN NELLS, 2011, p.11).

O REIKI é considerado uma das terapias alternativas pela Organização Mundial da Saúde (OMS), e é também compatível com todas as terapias, por ser uma energia não polarizada, não causa nenhum prejuízo a quem o recebe, e não há contraindicações para quem disponibiliza tempo e desejo em aceitar (BARBOSA JR, 2006).

O terapeuta reikiano pode captar a energia universal e transmiti-la para seu paciente a qualquer hora e lugar, utilizando apenas as mãos. Esta simplicidade tem tornado o REIKI bastante acessível. É uma das práticas integrativas e complementares mais utilizadas, por sua simplicidade e baixo custo. Em seu conceito, é possível verificar tal simplicidade, consiste

¹ Terceira Grande Mestre de reiki responsável pela expansão do reiki no ocidente

em uma terapia de imposição de mãos capaz de transmitir a energia universal ao receptor e ao terapeuta.

Existem quatro níveis de REIKI a serem vivenciados por aqueles que se propõem a serem mestres – professores – Nível I (O Despertar), Nível II (A Transformação), Nível IIIA (Mestre de si) e Nível IIIB (Mestre Professor).

Ser mestre em REIKI e ao mesmo tempo praticarmos a enfermagem, cuidadoras por essência, nos leva a vivenciar iniciações como processo de mudança na vida de cada pessoa. Em experiências nas iniciações em REIKI (três), fomos capazes de verificar alterações significativas em vários aspectos de nossas vidas. Mudanças que nos levaram a refletir sobre nossos diversos papéis, como profissional, como filha, mãe e esposa, e ainda fomos tocada em nossa concepção espiritual, abrindo horizontes jamais imaginados.

As práticas complementares e integrativas são um campo ainda novo para muitos profissionais da área da saúde, principalmente para enfermeiros, porém, partes dos paradigmas, adquiridos com o passar dos anos, devem ser ajustados aos padrões da assistência prestada aos clientes e, principalmente, assumidos.

E como não pensar em levar esta dádiva a todos que desejam vivenciar o REIKI ? Esta é nossa concepção. Sermos reikianas é um presente que desejamos exercer a cada dia para melhorarmos a vida dos que o desejarem.

Como somos da área da saúde, iniciamos um processo de formação oriundo da proposta do subprojeto do PRO PET Saúde² – UFC/Ministério da Saúde, cujo título é Família e Integralidade Rede de Assistência e Práticas Integrativas e

² PRO PET SAÚDE – Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde – tem como fio condutor a integração ensino-serviço-comunidade – FONTE: <http://portal.saude.gov.br/>



Complementares. Um dos objetivos deste artigo é descrevermos as iniciações em REIKI de profissionais da área de saúde e alunos (monitores). Procuramos capacitá-los até o nível II, com a finalidade de facilitarmos a inserção da terapia REIKI em seus locais de trabalho, e em suas vidas.

Ainda proporcionamos formações em REIKI no município de Horizonte – Ceará, implantando a terapia na Estratégia Saúde da Família, iniciando dois enfermeiros, e incluindo o atendimento com REIKI no CEREST³ de Horizonte, no projeto Qualidade de Vida, que tem o apoio do RENAST⁴. Ainda com esta proposta, foram iniciados novos profissionais de saúde, ampliando para oito o número de reikianos aptos a ajudarem a população na UAPS Pedro Celestino Romero, na cidade de Fortaleza, Ceará, Brasil. Em todos estes cursos de REIKI solidários, foram iniciados 25 profissionais da saúde entre professoras da UFC, acadêmicas de enfermagem e farmácia, técnica de enfermagem, técnica de farmácia, terapeutas holísticos, naturopata, motorista, assistente social, psicólogo, educador físico, médicos, enfermeiras e odontólogas. Todos foram certificados por uma Associação, o que lhes confere o reconhecimento necessário para exercerem a profissão de terapeuta reikiano. As formações aconteceram na Oca terapêutica de São Cristóvão (Fortaleza), CESEST (Horizonte), na Unidade de Atenção Primária de Saúde Pedro Celestino Romero (Fortaleza) e no Laboratório de Práticas Alternativas em Saúde (Labpas) – Departamento de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará (UFC).

Todos estes profissionais trabalham na assistência, o seu dia a dia é atarefado, inclusive dos acadêmicos. Os profissionais de saúde geralmente atuam em vários locais, exer-

³ CEREST – Centro de Referência em Saúde do Trabalhador

⁴ RENAST – Rede Nacional de Saúde do Trabalhador

cendo carga horária excessiva, levando-os, muitas vezes, a desenvolverem *stress*, alterações emocionais, e até dores físicas. Os acadêmicos, além de cumprirem suas atividades na graduação e os estágios, ainda participam de projetos de extensão ou são bolsistas. Em muitas situações, privam-se do lazer e da companhia da família e amigos, para ganhar mais dinheiro ou cumprir a meta dos estudos. Mal sabem que em um determinado momento o corpo pede cuidados, e geralmente este pedido de socorro surge com as doenças. E o retorno ao estado de saúde requer entendimento mais profundo.

Cabe a todos saber que o processo de cura inclui a reequilibração do campo, a mudança dos hábitos de vida e a manipulação do trauma que deu origem ao processo. É essencial lidarmos com o significado mais profundo de nossas enfermidades. [...] A doença pode ser vista simplesmente como uma mensagem do corpo dirigida a você [...]. A origem da doença precisa ser investigada dessa maneira, no nível psicológico ou nos sentidos, no nível do entendimento, ou simplesmente por meio de uma mudança no estado de ser, que pode não ser consciente (BRENNAN, 1998, p.27).

Em sua maioria, as universidades que formaram esses profissionais não incluem nas disciplinas informações sobre a energia que nos move e rege nossas vidas. Atualmente, este é um campo vasto de estudos, que avalia e comprova o surgimento de doenças a partir do campo de energia humana⁵. Assim, questionamos: Como profissionais de saúde podem lidar com a vida sem saber como ela se mantém equilibrada e saudável? E como alguém que procura desenvolver estados de recuperação seria capaz de entender tais conceitos energé-

⁵ Campo de energia humana é um campo elétrico complexo sobre o corpo, com a forma do corpo e do sistema nervoso central. Capaz de mudar de forma e força com as mudanças fisiológicas e psicológicas. Contém partículas que se movem através do campo com o tamanho de elétrons (BEKER, 1979).

ticos da origem das doenças e do processo de cura? Este é um dos grandes benefícios em adentrar nesta jornada de iniciados no REIKI.

Realizar iniciações ou harmonizações⁶ em REIKI para profissionais da saúde é algo grandioso, tendo em vista que trará benefícios não só individuais, mas proporciona levar a terapia para um maior número de pessoas que necessitam de cuidados. Segundo (VENNELLS, 2011, p.67)

O cuidado individual do terapeuta reiki consiste em autoaplicações diárias, este autotratamento faz parte do processo de iniciação considerando que há necessidade de doação diária durante pelo menos 30 dias após o treinamento, fazendo isso, ocorre um ajustamento físico, mental para a nova energia que carregamos e nos tornamos um canal mais livre para o REIKI. E ainda comenta que somente podemos fazer uma cura efetiva nos outros se pudermos curar a nós mesmos.

Durante a formação em Reiki ocorre uma exposição sobre sua concepção teórica, os conceitos de energia do corpo, incluindo aura, chakras, nadis, prana e meridianos, outras definições sobre cura e doença, e ainda técnicas de meditação e respiração. O REIKI envolve trabalho com o corpo de energia. [...] Não podemos ver o corpo de energia, ele envolve e penetra cada célula do nosso corpo físico, vibrando numa frequência mais elevada do que ele (McKENZIE, 2010, p.100).

O corpo de energia pode ser sentido. Em muitas ocasiões temos desejo de estar perto de determinadas pessoas ou o contrário. Este reconhecimento do agradável ou repulsivo é evidenciado pela vibração energética do corpo energético. Conhecer tais conceitos leva os alunos a se perceberem não

⁶ Procedimento que auxilia a abertura e expansão das habilidades psíquicas inatas. Fonte: <http://www.docstoc.com/docs/7198923/reiki-psyche-attunement-explained>.



somente matéria, mas também formados por energia, sendo capazes de captá-la também.

Neste artigo descreveremos o relato de alguns alunos iniciados até o Nível II, sobre as mudanças que aconteceram em suas vidas, no âmbito pessoal, profissional e espiritual.

As Formações em Reiki

As iniciações ou harmonizações são consideradas rituais sagrados, por muitos reikianos que seguem a tradição deixada pelos primeiros mestres de REIKI, deste modo, somente o mestre de REIKI tem as informações sobre o processo de formação de um novo reikiano. Ainda, segundo a tradição, os símbolos não devem ser divulgados entre pessoas que não tornaram-se reikianos. Na formação dos profissionais de saúde foram utilizadas estas orientações, durante as aulas teóricas.

Durante o processo de iniciação em todos os níveis de REIKI, os alunos podem sentir sensações físicas relacionadas à limpeza de seu corpo físico como cefaleias, náuseas, cólicas, disenteria, sede, entre outras. Este processo pode ocorrer antes da iniciação. Quando o mestre marca a data da iniciação a limpeza energética começa. Segundo (VENNELLS, 2011, p.47)

ocasionalmente, uma limpeza do corpo e da mente pode ocorrer antes, durante ou logo após o curso de primeiro grau. Isso pode envolver: um mal estar breve e leve, como um resfriado ou gripe; suores; dores de cabeça; vontade de urinar frequente; necessidade de mais horas de sono; mais sede; perda temporária ou aumento de apetite; problemas físicos leves e alívio emocional, como choro ou riso.

No Nível I são descritos os conceitos de energia e os canais energéticos que existem no corpo. Segundo Mckenzie,

(2010) o REIKI envolve trabalho com o corpo de energia. Na formação em REIKI, geralmente surgem várias perguntas. Consideramos que as pessoas entram em um campo de conhecimentos, onde a energia e a espiritualidade surgem como um novo padrão para orientar o conceito de saúde e doença.

É recomendado que após as iniciações possam ser vivenciados 21 dias de autoaplicação, além de restrições a alguns alimentos como a carne vermelha e doces, evitando também excessos, drogas e outros vícios. E também que haja consumo de muitos líquidos, principalmente de água. Tudo isto, com a intenção de promover uma limpeza em todo o sistema físico. O autocuidado tão orientado por profissionais de saúde, muitas vezes esquecido por eles, é exposto e recomendado na autoaplicação de REIKI, processo de limpeza energética.

No nível II de REIKI o processo de ensino é mais fácil, pois os alunos já possuem uma vivência maior com a prática. Apenas alguns conceitos novos como a transmissão de energia a distância, karma⁷, registros akáshicos⁸ podem gerar dúvidas ou polêmicas. Vemos, então, que ser reikiano implica em rever preconceitos religiosos. Existe a necessidade de sermos mais abertos à energia universal, cujos estudos científicos nos levam a uma proposta mais palpável onde antes existiam apenas suposições.

Uma formação em reiki pode levar um profissional de saúde a sair do conceito antigo de que só existe matéria e so-

⁷ Karma – significa ação em sânscrito e diz que para cada ação que um indivíduo pratica vai haver uma reação, usualmente é relacionada a ação e sua consequência. <http://www.significados.com.br/>

⁸ Registros Akáshicos (*Akasha* é uma palavra em sânscrito que significa “céu”, “espaço” ou “éter”), segundo o hinduísmo e diversas correntes místicas, são um conjunto de conhecimentos armazenados misticamente no éter, que abrange tudo o que ocorre, ocorreu e ocorrerá no Universo. O Akasha é uma biblioteca de ações de cada alma, pensamentos e emoções que tiveram um lugar no planeta Terra e em outros sistemas planetários. Cf. http://pt.wikipedia.org/wiki/Registros_ak%C3%A1shicos

mente nela podemos encontrar a explicação para tudo. É revista a definição aprendida de que todas as doenças estão no corpo físico do paciente. È imaginar que faltava algo a aprender e que existem outras possibilidades de prevenir, recuperar e tratar doenças. Esta é mais uma transformação que provocam as iniciações em REIKI, a transformação de pessoas mais sensíveis, e capazes de interagir com o meio, de um modo mais dinâmico e interpessoal baseado no toque físico.

Relatos dos Iniciados em REIKI

Os dados foram coletados, por meio de pergunta norteadora feita a dez reikianos (as) iniciados no nível II: O que representou as iniciações em REIKI em sua vida pessoal, espiritual e profissional ? Todos eles responderam por escrito. O período de coleta de dados foi no mês de agosto de 2013. Utilizaremos os códigos I-1, I-2, I-3 para identificarmos os profissionais iniciados. Para a análise dos relatos foi utilizada a metodologia do discurso do sujeito coletivo, uma técnica que permite o resgate de discursos de forma qualitativa (LEFEVRE e LEFEVRE, 2011).

No âmbito pessoal foi possível verificar que todos os reikianos apresentaram em seus relatos que sentiram mais tranquilidade e equilíbrio em seus relacionamentos interpessoais após o a iniciação.

[...] antes do reiki algumas situações, que hoje trato com naturalidade e calma, eram como 'bombas' que desequilibravam-me emocionalmente de forma que chorava muito e sentia-me culpada de coisas que não estavam em meu poder de resolver ou não, o que me atrapalhava muito no relacionamento com os colegas

I-1

Na minha vida pessoal, a iniciação em Reiki proporcionou equilíbrio, tranquilidade e paciência para a minha vida e para as minhas relações com as pessoas I-5

Portanto a iniciação em Reiki representou para mim, uma harmonização, uma serenidade, e uma busca de equilíbrio em todos os aspectos da minha vida. I-7

Nos depoimentos é verificada a conexão do reiki aproximando as pessoas entre si, e o próprio reikiano de si mesmo, que vai deixando de lado sentimentos egoístas e traz à tona mais amorosidade. *“Foi mais conhecimento interior para começar a me tocar mais, e assim me amar ainda mais.” I-3*

A harmonia gerada pelas iniciações revela que muitos apresentavam *stress*, causado por pressões no trabalho e na rotina diária. Aprender a viver com bem-estar é algo essencial para qualquer ser humano, principalmente para aqueles que lidam com a vida e a morte.

Amor, compaixão, paciência, generosidade e sabedoria podem vir a ser nossos estados normais, independentemente de termos pensamentos negativos ou de quão difícil a nossa vida está. Pode levar tempo para mudarmos nossos hábitos mentais, mas se nosso desejo for forte e contínuo, podemos usar o Reiki para atingir grandes resultados, geralmente mais rapidamente do que imaginávamos (VENNELLS, 2009, p.59).

Quando nos tornamos emocionalmente maduros conseguimos manter a calma, e evitar conflitos com outras pessoas. A paz interior gera saúde por evitar pensamentos destrutivos. O Reiki promove a harmonia emocional e a paz.

O amor é um sentimento que extrapola o físico, inclui a compreensão, a e a conexão com outras pessoas. Quanto mais amor cada um enviar, mais amor receberá de volta. O perdão e a compaixão são ensinados como fundamentos básicos para a harmonia do reikiano, e assim devem ser eliminados todos

os sentimentos negativos que afastam as pessoas inclusive pais e filhos.

Eu tinha problemas com meus pais, não os aceitava [...] Passei a aceitar meus pais e conversar um pouco mais com eles. I-6

Sou mais feliz, mesmo com pequenas coisas e atos. Amo mais as pessoas e vejo menos seus defeitos, eles me incomodam menos. Tento ser mais prestativa e fazer mais o bem. I-4

O equilíbrio gerado com o Reiki conduz a pensamentos saudáveis que, conseqüentemente, promovem a conquista de novos espaços, trabalho e tranquilidade financeira.

Graças a Deus, sinto-me feliz e abençoada por Deus em todos os setores de minha vida. I-8

Percebi que minhas finanças melhoraram e geralmente consigo realizar meus projetos de vida com tranquilidade. I-6

Desenvolver a capacidade de empenhar-se para modificações interiores é um passo determinante para o sucesso e a realização pessoal.

Mudanças Espirituais

As questões espirituais passam a ser refletidas pelo reikiano, sua espiritualidade pode surgir como algo benéfico para o desenvolvimento das suas habilidades como terapeuta REIKI. Grande parte dos iniciados revelam que a espiritualidade os aproximou das outras pessoas e de uma divindade.

O reiki trouxe a possibilidade de entender que as afecções do corpo físico são um reflexo do corpo energético, e precisamos trabalhar melhor nosso eu. I-10



[...]percebi uma melhora espiritual. Percebi que me tornei uma pessoa mais paciente e disponível para os que precisavam de mim. I-9

[...]devido a um sentimento de culpa, não me sentia à vontade, no direito e no merecimento de falar com Deus, e isso era muito ruim para mim, pois sou evangélica. I-1

[...] busquei ver minha religião de outra forma, mais espiritualizada, vendo que existem outras possibilidades. I-6

[...] o REIKI facilitou meu contato com a energia suprema do Cosmo, com algo que nos ajuda a entender a que servimos e porque estamos aqui junto das pessoas que escolhemos. I-3

O REIKI é por essência espiritualista, sem ligar-se a qualquer religião. Em muitos alunos percebemos a dúvida em ser um curador. Questionam se estariam ofendendo à “divindade”. Estas questões somente podem ser esclarecidas pelo próprio reikiano, durante seu crescimento junto com a prática como terapeuta, além do estudo e libertação de certos preconceitos.

Mudanças Profissionais

No âmbito profissional, captamos nos discursos a sensação de paciência e proximidade das pessoas, em grande parte dos iniciados. Em todos os relatos percebemos a satisfação pessoal em serem reikianos, desenvolver a terapia, e poderem praticá-la no seu ambiente de trabalho.

Para minha vida profissional, estou muito feliz por ter tido alguém tão especial, uma mestra dedicada e que investiu bastante tempo de sua vida para passar sua aprendizagem para que eu pudesse ajudar a outros seres vivos com metodologia que não há recurso fi-



nanceiro ou instrumentos, a não ser o meu desejo de manter-me conectada com meu próprio corpo junto do outro que necessita de amor e atenção I-3

A iniciação do Reiki foi um marco na minha vida. I-4

Na minha vida profissional, possibilitou minha atuação como terapeuta por meio de uma visão holística dos pacientes. I-5

Ao ser iniciado em REIKI a partir do nível II, consideramos o reikiano como terapeuta, possibilitando a criação de seu próprio consultório, para atender profissionalmente. Assim as iniciações proporcionam aos profissionais e estudantes exercerem uma nova profissão apoiada por uma associação de categoria profissional.

Considerações Finais

É extremamente gratificante verificarmos o progresso e reconhecimento de nosso trabalho, com os que iniciamos na prática do REIKI, e constatarmos que aconteceram alterações significativas na vida de cada um através dessa prática. [...] é importante destacar que o caminho mais fácil é sempre o melhor, e desenvolver atividades que você gosta de fazer, e fazendo-o pela alegria e emoção que isso lhe proporciona (MURPHY, 1963).

Este é o significado de ser mestre professor de REIKI, fazendo o que gostamos e a cada iniciação conseguirmos tocar com a paz os corações dos novos iniciados.

Referências Bibliográficas

MURPHY, Joseph. *O poder do subconsciente*. 2. ed. Rio de Janeiro: Record, 1968.



McKENZIE, Eleanor. *A Bíblia do Reiki: guia definitivo para a prática do reiki*. 6ª Ed São Paulo: Pensamento, 2010

BARBOSA JR, Ademir. *Transforme sua vida com o reiki: guia prático de cura e iniciações*. 3. ed. São Paulo: Universo dos Livros, 2006.

VANNELLS, David F. *Reiki para iniciantes: como dominar técnicas de naturais de cura*. 4. ed. São Paulo: Universo dos Livros, 2009.

BRENNAN, Ann Barbara. *Mãos de luz: um guia prático para a cura através do Campo de energia humana*. 19. ed. São Paulo: Pensamento, 2000.

LEFEVRE, Fernando e LEFEVRE, Ana Maria Cavalcanti. *O Discurso do Sujeito Coletivo: um novo enfoque em pesquisa qualitativa. (desdobramentos)*. 2. ed. Caxias do Sul: Educus, 2005.

