

1 ESPIRITUALIDADE E O TRABALHO ENERGETICO - REIKI.

*Herminia Prado Godoy¹
Telma Maria Beneduzzi²*

Esta pesquisa realizada pelas pesquisadoras Profa. Dra. Herminia Prado Godoy e Profa. ME. Telma Maria Beneduzzi faz parte da linha de pesquisa: Espiritualidade e autoconhecimento do Grupo de Estudos e pesquisas sobre espiritualidade e interdisciplinaridade na Educação – INTERESPE, pertencente ao CAPES/CNPQ, desenvolvido na Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, coordenado pelo Prof. Dr. Ruy Cezar do Espirito Santo.

A pesquisa aborda a tema: Espiritualidade e o trabalho energético. No ano de 2016 nos dispusemos a verificar as possibilidades do uso das técnicas do Reiki pelos professores e alunos nas salas de aula do Ensino básico e fundamental como um instrumento de ensino do autocontrole, autoconhecimento e equilíbrio dos alunos em sala de aula.

O REIKI.

*Precisamente hoje não te preocupes,
Precisamente hoje não te aborreças;
Honra teus pais, mestres e os idosos;
Ganha teu pão diário honestamente;
Demonstra gratidão para com tudo
que é vivo.*

Mikao Usui

O Reiki foi criado pelo japonês Mikao Usui em 1922. Existem várias escolas na atualidade do Reiki. Temos o Reiki tradicional japonês, o Reiki ocidental, o Reiki Magnificado, dentre outros. Reiki é uma palavra japonesa que significa

¹ **Herminia Prado Godoy** - Pesquisadora do Grupo de Estudos e Pesquisa em Interdisciplinaridade- GEPI e do Grupo de Estudos e Pesquisa sobre Interdisciplinaridade e Espiritualidade – INTERESPE do Programa de Pós Graduação: Educação/Currículo da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – PUCSP e Integrante do Grupo de Estudos de Hipnose – GEH da Universidade Federal de São Paulo - UNIFESP. Psicóloga Clínica. Pós-doutora em Interdisciplinaridade pelo GEPI/PUCSP (2011). Doutora em Educação/Currículo pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUCSP/2011). Mestra em Distúrbios do Desenvolvimento pela Universidade Presbiteriana Mackenzie (Mackenzie/1999). Mestre Reiki e Terapeuta Conscencial. CV: <http://lattes.cnpq.br/1130515834292714>; **E-mail:** herminiagodoy@ymail.com

² **Telma Maria Beneduzzi** – Mestre Reiki; Mestre em psicologia (PUC/SP); Especialista em Terapia Regressiva (CDEC/SP), Psicóloga, participante dos grupos de pesquisa sobre interdisciplinaridade, espiritualidade e consciência (GEPI, INTERESPE e GEC). **Contato:** tbeneduzzi@uol.com.br

Energia Vital Universal. Essa energia é utilizada para o reequilíbrio dos corpos: físico, mental, emocional, energético e/ou espiritual. O tratamento é realizado pela imposição das mãos. Pode ser realizado presencialmente ou à distância. Rei: Rei, pela definição mais aceita, significa Universal. Ele representa a sabedoria que vem de Deus, ou do Cosmos. Representa Deus, Universo, Essência Divina, Sabedoria Universal. Ki: Ki (também conhecido como Chi ou Qi na China e como Shakti ou Prana na Índia) representa a força vital. Esta energia está presente em todos os seres vivos. É a força da vida. Para se tornar um Mestre Reiki é necessário que a pessoa passe por 4 etapas sequenciais de iniciação (GODOY, 2016).

O curso Reiki é ministrado pelas pesquisadoras em 4 etapas:

ETAPA 1: Ensinar a técnica completa de aplicação do REIKI e os símbolos de proteção.

Parte teórica: História, fundamentação teórica do Reiki, chacra, corpos energéticos.

Parte prática: Técnica completa do Reiki e símbolos de proteção.

ETAPA 2: Ensinar a técnica de aplicação em grupo e de emergência e ensinar a utilização dos símbolos de tratamento do REIKI.

Parte teórica: Tratamentos de doenças físicas, emocionais, energéticas e espirituais.

Parte prática: Técnica simplificada e emergencial. Símbolos de tratamento.

ETAPA 3: Ensinar a técnica de aplicação do Reiki a distância e seu símbolo correspondente.

Parte teórica: O trabalho energético e o Tratamento a distancia.

Parte prática: Treinamento do uso de símbolos para tratamento a distancia.

ETAPA 4: Ensinar os passos para a formação de um mestre REIKI.

Parte teórica: Estudo do comportamento ético e o preparo e o trabalho de um mestre Reiki.

Parte prática: Passos utilizados na iniciação de um mestre Reiki.

O Reikiano aplicar o Reiki em si mesmo e aos clientes. A pessoa que recebe o Reiki pode estar sentada, deitada ou em pé; de forma presencial ou a distância.

Passos para a aplicação do Reiki com o cliente deitado (GODOY E BARRETO, 2014, p.).

O terapeuta aplica em si próprio o Reiki como preparo para atender ao cliente.

O cliente deita-se de decúbito dorsal, confortavelmente em uma cama ou maca.

O terapeuta ministra em si os símbolos de ligação, limpeza e proteção. Coloca sua mão esquerda no ombro do cliente e com a mão direita faz por três vezes o movimento oval em torno do cliente começando pela cabeça. Enquanto faz este movimento pede permissão para entrar no campo energético do cliente, pede amparo dos mestres do cliente e se coloca a disposição dos mestres Reiki para ser o condutor da energia Universal de cura para o cliente.

Coloca a mão direita no ombro do cliente onde estava a mão esquerda e só depois desloca a mão esquerda para a primeira posição.

O terapeuta coloca suas mãos por três minutos nos seguintes pontos do corpo do cliente: olhos, frontal, cabeça, nuca, pescoço, peito, barriga, perto da virilha, joelhos e tornozelos e pés.

Pede ao cliente deitar de decúbito ventral e começando pela cabeça, executa os movimentos nos mesmos pontos tocados na frente até chegar aos pés.

O terapeuta depois de tocar no primeiro ponto deve permanecer, nas mudanças de posições, com pelo menos uma das mãos conectadas ao cliente para não quebrar a corrente energética que se estabelece.

Para finalizar o terapeuta repete o movimento com a mão direita em forma oval, por três vezes, agora pedindo permissão para sair do campo do cliente, pedindo para que seja desligado do cliente e que ele feche seu campo energético sendo tratado pela energia Reiki armazenada.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS, INSTRUMENTOS E COLETA DE DADOS.

Para dar andamento a esse projeto as pesquisadoras convidaram os Mestres Reikis professores formados pela pesquisadora Herminia Prado Godoy em 2015 que participarem da pesquisa e como troca deveriam apresentar um relatório mensal as pesquisadoras dizendo como estava utilizando o Reiki em si, com seus familiares, amigos e em sala de aula. Foram convidados integrantes do GEPI e INTERESPE.

O e-mail convite enviado aos Mestres Reiki foi o seguinte:

Caros colegas Reikianos,
Daremos inicio ao curso Reiki em março no dia 19.
Esperamos contar com a divulgação e indicação de amigos para participarem de nosso curso.
Pedimos que aqueles que são professores e terminaram o Mestrado (REIKI) que por favor entrem em contato conosco pois estamos desenvolvendo uma pesquisa e desejamos a colaboração dos mesmos.

Fica o convite para reciclagem àqueles que desejarem.
Um grande abraço
Herminia/ Telma

Aos grupos de Estudos: GEPI e INTERESPE foi enviado o seguinte e-mail:

Convidamos os colegas para que realizem o Curso Reiki conosco!
Temos ainda duas vagas para os professores que estão em sala de aula e desejarem ser sujeitos da pesquisa sobre a aplicação do Reiki que estamos conduzindo no Grupo Interespe sob a orientação do Prof. Dr. Ruy Cezar do Espírito Santo. Quem se interessar entre em contato por e-mail com Herminia. (herminiagodoy@ymail.com)
Segue nossa programação abaixo.
Um abraço
Herminia e Telma Beneduzzi

Aos professores que atenderam a nossa solicitação foi pedido que nos contasse um pouco de sua experiência de vida como professores e nos apontassem quais dificuldades encontravam em sala de aula com seus alunos.

Foi pedido que nos entregasse mensalmente um relatório sobre como haviam utilizado o Reiki em si e em sala de aula. Não foi feita qualquer exigência de como aplicar o Reiki e de como escrever o relatório mensalmente. Deixamos que os professores/pesquisadores ficassem livres para que pudessem ter uma medida do impacto do Reiki em suas vidas e em sua vida profissional, procedendo assim uma pesquisa interdisciplinar de caráter exploratória, que tem o objetivo de colher informações preliminares sobre uma variável nova ao ambiente que no caso foi o Reiki.

Apresentaram-se para a pesquisa cinco professores, sendo que um apresentou mensalmente relatório de fevereiro a outubro e outro somente apresentou dois relatórios: um em março e outro em agosto e os outros três professores não apresentaram relatório algum.

DADOS COLETADOS COM A PESQUISA.

Relatório de Fevereiro/2016.

Usei duas vezes com o mesmo aluno H que não era meu aluno o ano passado e apresenta agitação quando se sente acuado pela lição porque não sabe fazer. Ao perceber que estava ficando agitado (duas vezes) fui até sua carteira indaguei qual era a dúvida, expliquei, e coloquei a mão no seu ombro direito (a segunda vez coloquei a mão no ombro esquerdo) fazendo o mantra do REIKI – percebi que foi acalmado. Até esta data não teve mais esta ansiedade.

Apliquei o REIKI em mim duas vezes muita dor de cabeça. Usei a hora do intervalo e fiz o auto REIKI a dor foi minimizando no decorrer das duas últimas aulas.

Relatório de Março/2016.

Neste mês, não utilizei o Reiki nos alunos, mas fiz a auto aplicação do Reiki. Foi um mês que estive várias vezes (eu) indisposta por causa do calor e do cansaço da agenda da semana. A indisposição me causou certo desequilíbrio mexendo com minha paciência e tolerância ao tratar de algumas situações de sala de aula, assim, no intervalo (duração de quinze minutos) dos alunos me auto aplicava o Reiki para não comprometer a qualidade das aulas. O equilíbrio retornava e a ponderação também. Para o mês de abril vou pedir, por escrito, autorização para mãe do meu aluno P (10 anos) para aplicar o Reiki nele - o aluno está desde o dia 28/03 apresentando pavor de ir para a escola. Eu e a mãe dele estamos conversando sobre o assunto para levantar possíveis razões porque ele não sabe o motivo desta reação. Em casa fica ótimo, na escola – sala de aula, também; o problema inicia no trajeto para ir à escola, o aluno chora e para não sair de casa se tranca no banheiro. A mãe vai levá-lo ao psicólogo enquanto isso vai fazendo o tratamento com o Reiki nele.

Relatório de abril/2016.

Neste mês, entramos no processo avaliativo do primeiro bimestre e muitas tarefas relacionadas à revisão de conteúdo, preparação para o processo e a organização da agenda que compete: provas, conselho de classe, reunião com os pais e preenchimento do Sistema de Gestão Pedagógico (SGP) que viabiliza o registro do processo e o acesso de todos os envolvidos as informações dos resultados e do acompanhamento do aluno nesta fase. Assim, a aplicação do Reiki foi negligenciada porque acabei deixando de lado a técnica, também, por não perceber as necessidades dos alunos e mais a necessidade do sistema escolar. Quanto ao aluno comentado no mês passado a mãe não autorizou que o aluno P (10 anos) recebesse a aplicação do Reiki. Na reunião com os pais (6/ 05/ 16) pudemos conversar pessoalmente sobre os benefícios do REIKI. Agora, suponho que ela vai autorizar porque entendeu melhor o propósito da ação. Vamos aguardar. No projeto (Como viver bem) que desenvolvo nas segundas-feiras pela manhã (12h-13h25) na mesma escola apliquei o Reiki em dois alunos que estavam tristes por causa de situações de conflito em casa (abandono/ brigas conjugais), a resposta dos alunos ao Reiki (um minuto em cada fase, devido à hora) foi positiva sentiram alívio. Ressaltando, cada aluno recebeu o Reiki em dias diferentes.

Relatório de maio/2016.

Neste mês, todo plano pensado sobre a prática Reiki como estratégia informal do trabalho docente não aconteceu.

As obrigações do trabalho, da academia e pessoais me fizeram perder o foco e acabei não realizando nada da estratégia reikiana, nem comigo.

Necessito entrar em contato com os mestres Reikis para renovar minhas forças.

Relatório de julho – recesso.

O uso do REIKI foi de cunho pessoal – auto aplicação – e leitura da apostila para rever conceitos e símbolos.

Relatório de agosto/2016.

Nesse mês usei o Reiki com os alunos em dois momentos: um primeiro momento com uma aluna que começou a passar mal – dor de cabeça – e acabou por relaxar e melhorar. Fiz na cadeira, a menina estava sentada. O outro momento foi com um aluno que voltou do recreio com muita dor na perna devido a uma colisão com outro colega (estava correndo). Fiz o Reiki com ele sentado e me detive com a imposição das mãos mais na perna dolorida, amenizou bastante até passar (tempo de mais ou menos uma hora entre o Reiki e o alívio da dor).

A sensação de ter ajudado as duas crianças foi muito boa.

Relatório de Setembro/2016.

Nesse mês praticamente não usei o Reiki com os alunos. Usei mais comigo vibrando para que situações do cotidiano fossem se desenvolvendo positivamente, para tudo fluir a contento: em uma reunião com os pais e em uma situação de compartilhamento (apresentação) de um conteúdo com os professores.

Relatório de Outubro/2016.

Neste mês, uma situação na escola que me fez usar o REIKI foi o confronto do Diretor com um aluno do oitavo ano do Ensino Fundamental no pátio da escola, depois da discussão os dois, enquanto estavam na sala do Diretor, ainda gritando um com o outro, mentalmente eu fiz o mantra do REIKI para emanar energia boa para eles. Na sala de aula, devido ao aumento do calor em dias específicos um aluno ou outro passou mal (moleza, dor de cabeça, etc.), então, para minimizar a sensação de mal-estar me aproximo e faço o Reiki com o aluno sentado, mas sempre de forma sutil – como se estivesse fazendo um carinho, ou uma massagem leve.

Das turmas de 2016 quatro pessoas foram indicadas e apenas uma veio fazer o curso encaminhou apenas dois relatórios, que exponho abaixo:

Relatório de Março/2016.

Em meados do mês de março fui convidada pela professora da escola que trabalho para participar da pesquisa e do curso de Reiki. Como sou uma pessoa curiosa e gosto de aprender atividades novas. Aceitei de curiosa.

Confesso que não ‘acreditava’ em Medicina alternativa, porém durante o curso percebi algo em mim e dentro de mim diferente. Algo que num havia sentido antes... completamente diferente e acreditei ainda mais quando apliquei o Reiki na minha colega de curso e ela disse que sentiu uma energia forte.

Em casa apliquei no meu marido com 3 minutos e ele também disse que sentiu uma energia diferente, mas durante a aplicação do Reiki nele, ele também dormiu.

Faço auto aplicação antes de ir trabalhar para melhorar meu dia e afastar energia negativas, mas confesso que existem energias negativas maiores que termina "estragando" seu dia.

Tentei fazer o Reiki à distancia, mas acho que não deu certo.

rev.interespe., n.º.7, dez., 2016

Percebi que depois do curso, me encontro mais pensativa, calma e com poucas falas, diferente do que era antes.

No próximo relatório do dia 30/04, vou relatar como estou aplicando o Reiki com os alunos no colégio.

Experiência muito diferente do que já mais esperei tal resultado.

Relatório de agosto/2016:

Venho testando o desempenho dos alunos do 6º ano ao 9º ano, com diferentes metodologias da prática do Reiki, conforme o curso. Algumas turmas que apresentam poucos alunos a prática do Reiki é mais tranquila com um som ambiente e com uma meditação mais relaxante, mostram-se mais calmos e extremamente dedicados ao trabalho de reflexão. São eles os mais tranquilos e equilibrados. Realizei a mesma experiência com outras turmas mais numerosas, mas foi percebido que a demora em iniciar a meditação é maior, pois apresentam inquietação e euforia.

Também percebi que tem alunos que gosta muito desse momento de relaxamento, mas outros extremamente inquietos e sem concentração. Essa prática acontece uma vez por semana, onde os alunos aproveitam para desabafar ou reatar problemas com a família.

Quanto mais se pratica, mais percebo um avanço nas mudanças comportamentais, mentais, emocionais e espirituais. Alunos que já tem outras religiões não se opõem na prática de relaxamento e gostam bastante da prática energética.

Uma experiência que fiz com os alunos de turmas menores foi de esquentar as mãos e sobrepor sobre a região do seu abdômen e perguntei se eles percebiam alguma diferença na região do corpo, onde as mãos quentes fora colocada.

Percebo que quanto maior a prática do relaxamento, maior o entusiasmo e a motivação entre os alunos e a hora do relaxamento. A aula melhora e o desenvolvimento no raciocínio também.

PROPOSTA DE CONTINUIDADE DA PESQUISA PARA 2017.

Solicitar dos professores pesquisadores um depoimento sobre suas atuações, percepções, dificuldades, facilidades que encontraram com esta pesquisa, bem como averiguar como perceberam os comportamentos de seus alunos ao final do ano com a utilização da aplicação do Reiki.

Após o término dos dados coletados procederemos a análise dos dados coletados e procederemos a análise dos resultados. Em posse destas análises convidaremos os professores/pesquisadores para procedermos a devolutiva da pesquisa realizada.

Pretendemos que esta seja uma etapa a ser concluída e pretendemos dar prosseguimento a esta pesquisa nos valendo de outros recursos e instrumentos de pesquisa e coleta de dados. Acreditamos que esta reformulação deva ser pensada no segundo semestre de 2017 e em 2018 possamos voltar a trabalhar com novos sujeitos de pesquisa. Continuaremos recebendo sujeitos de pesquisa nos cursos do Reiki que sejam encaminhados pelo grupo GEPI e INTERESPE.

REFERENCIAS.

GODOY, Herminia Prado. **Informações sobre o Reiki e suas etapas.** Extraído do site: https://sites.google.com/site/herminiapradogodoy_em_03/11/2016.

GODOY, Herminia Prado, BARRETO, Vanderlei Fernandes. **Reiki.** São Paulo: Ponto Cosmopolitana, 2014.