



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SAMPAIO, Cynthia. Healing e desenvolvimento humano: uma abordagem integral para a saúde. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) XXI CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2016, pp. 208-2014. [ISBN – 978-85-69218-01-2].

Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

HEALING E DESENVOLVIMENTO HUMANO: UMA ABORDAGEM INTEGRAL PARA A SAÚDE

Cynthia Sampaio

RESUMO

É cada vez maior o número de pessoas buscando tratamentos de saúde que possuem uma abordagem integral, onde todos os aspectos da totalidade humana são considerados. A metodologia do Healing e Desenvolvimento Humano, sistematizada por Robert Samuel Moore, tem como princípio básico que o ser humano é um campo energético multidimensional, composto por vários níveis de consciência, sendo o corpo físico a parte mais densa deste todo energético. Seus recursos incluem uma série de práticas meditativas que utilizam o movimento da consciência dentro da fisiologia humana para mover a energia e integrar suas diferentes dimensões. O conceito de saúde está vinculado ao equilíbrio e expressão dos diversos níveis do ser.

Palavras-chave: Energia, Espiritualidade, Healing, Meditação, Saúde.

Na última década, a saúde passou a ser entendida como bem-estar amplo, que envolve uma interação entre os aspectos físicos, emocionais, mentais e espirituais do indivíduo, afinal, uma visão integral e integrada da saúde. Este padrão de compreensão e de conduta assume uma concepção do ser humano como um todo indivisível, segundo o qual todas as suas dimensões interagem e precisam ser cuidadas.

A abordagem do Healing e Desenvolvimento Humano foi sistematizada por Robert Samuel Moore (1928-2008), através de uma série de pesquisas realizadas no Psykisk Center, Dinamarca, junto a diversos profissionais das áreas de saúde, educação e humanas, dentre eles Isis Pristed, que trouxe esta metodologia para o Brasil em 1987. Tem como princípio básico que o ser humano é um campo energético dinâmico e multidimensional, composto por vários níveis vibratórios. São eles: o corpo físico, a dimensão mais densa, e as dimensões mais sutis denominadas de etérica ou vital, emocional, mental e espiritual. Todo o movimento do campo energético humano está profundamente ancorado no corpo físico, que é o seu nível mais denso e reflete o todo do indivíduo. Como foi observado por Reich (1995), estruturas de pensamentos e emoções incidem no corpo físico e moldam, inclusive, a sua forma.

No Healing o conceito de saúde está vinculado à integração e equilíbrio destas diferentes dimensões humanas que envolvem seus aspectos fisiológicos, emocionais,



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SAMPAIO, Cynthia. Healing e desenvolvimento humano: uma abordagem integral para a saúde. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) XXI CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2016, pp. 208-2014. [ISBN – 978-85-69218-01-2].

Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

cognitivos, comportamentais e espirituais. Qualquer distúrbio ou bloqueio em uma destas áreas comprometerá todo o sistema da pessoa.

Segundo Bob Moore (2013), como ele era mais conhecido, a saúde e o bem-estar do indivíduo dependem do fluir da energia em todas as suas dimensões. De acordo com ele, cada pessoa ao nascer traz consigo um movimento no seu campo energético, ligado à sua essência enquanto ser. Este movimento natural é afetado pela história de vida, gerando padrões de condicionamento e bloqueios, que limitam a expressão do potencial criativo e impedem o livre fluxo da energia como um todo, comprometendo a saúde, o bem-estar e gerando as doenças.

As práticas do Healing estão conectadas à dinâmica energética humana, buscando promover uma autorregulação que possibilite integrar e harmonizar o fluxo energético entre as suas diferentes dimensões e são direcionadas a ajudar o indivíduo a desenvolver seu potencial e a expressar sua qualidade espiritual através do corpo físico. Desta forma, o Healing procura fortalecer o contato com uma área de acúmulo energético, nomeada de Área da Individualidade, localizada mais ou menos 40 cm acima da cabeça, relacionada com a dimensão espiritual e com o potencial individual que cada pessoa traz ao nascer.

De acordo com Isis Pristed (2003), a conexão da energia da Individualidade com o corpo físico da pessoa, seus órgãos, seu campo energético com as diferentes áreas, sua mente e a sua psicologia é a essência do Healing.

A metodologia possui uma abordagem individualizada, respeitando a singularidade humana. Envolve uma série de práticas de meditação, de balanceamento das polaridades, de centramento e reflexão, que, associadas à respiração e ao relaxamento, fazem circular a energia da pessoa através dos chakras, áreas e pontos de energia no seu corpo físico e suas dimensões sutis para a preparação, a percepção e a expressão do seu potencial.

O Papel da Dimensão Etérica ou Vital no Processo do Healing

A dimensão etérica da pessoa é a ponte que permite a comunicação da consciência entre o corpo físico e as dimensões sutis do campo de energia humano. Ela é um reservatório de energia vital, sem controle próprio, usada por todas as dimensões do indivíduo. A dimensão do corpo físico e a dimensão etérica estão profundamente interligadas, cada partícula física possui a sua contraparte etérica, juntas formam uma única estrutura até que ocorra a morte. A formação desta dimensão precede a formação do corpo físico fornecendo a este as matrizes para as formas e programas da morfogênese que vão determinar as suas funções vitais, a



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SAMPAIO, Cynthia. Healing e desenvolvimento humano: uma abordagem integral para a saúde. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) XXI CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2016, pp. 208-2014. [ISBN – 978-85-69218-01-2].

Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

manutenção e a reprodução das suas células e órgãos, incluindo a sua capacidade de se regenerar (GERBER, 2004). Ela tem como função básica sustentar todo o funcionamento vital, absorvendo a energia prânica (força universal da vida, também chamada por Reich de energia orgone) e distribuindo-a pelo corpo físico vitalizando-o.

Na dimensão etérica existem vinte e um chakras secundários e sete principais que estão ligados uns aos outros por correntes etéricas e, associados a filamentos energéticos, formam uma rede interconectada com os órgãos do corpo físico (BAILEY, 1978). Os chakras são vórtices especializados de energia que agem, ao mesmo tempo, como transmissores e transformadores, tendo como função manter a vida do corpo físico. Para Bendit & Bendit (1977), os chakras são a parte mais importante da dimensão etérica, porque é, através deles, que os éteres psíquicos (ou vitais) entram no corpo e equilibram as energias materiais ou químicas, mais densas, que vão determinar a saúde física, e nada do não físico se torna efetivo no mundo físico a não ser através dos chakras.

O Healing e o Sistema dos Chakras

Os sete chakras principais se localizam na dimensão etérica, alinhados com o eixo central do corpo, desde a base da coluna vertebral até o topo da cabeça. São eles: Raiz, Hara, Plexo Solar, Cardíaco, Laríngeo, Frontal e Coronário. Cada um destes plexos energéticos está vinculado a um específico plexo do sistema nervoso e órgãos a ele associados, a uma glândula endócrina, a uma determinada função psíquica, a aspectos psicológicos e a um nível de consciência. (ANODEA, 1993). Captam, assimilam e transmitem tanto a energia vital quanto a energia dos estados progressivos de consciência do indivíduo, distribuindo-as para o corpo físico que, por sua vez a traduz em atividade hormonal, nervosa e celular determinando o estado geral da pessoa e o seu desenvolvimento (GERBER, 2004).

Bloqueios e conflitos emocionais criam disfunções no funcionamento dos chakras que prejudicam o fluxo da energia através deles, afetando a região do corpo e órgãos a eles relacionados, podendo levar a um comprometimento da saúde e expressão da pessoa. Apesar de Reich não ter feito uma relação entre os sete anéis ou segmentos da couraça e os sete chakras principais, este fato foi observado por renomados terapeutas corporais que traçaram paralelos entre eles (PIERRAKOS, 1975; BOADELLA, 1992).



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SAMPAIO, Cynthia. Healing e desenvolvimento humano: uma abordagem integral para a saúde. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) XXI CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2016, pp. 208-2014. [ISBN – 978-85-69218-01-2].

Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

O primeiro chakra, o chakra da raiz, está associado ao sacro [...] e às glândulas supra-renais. O segundo chakra está relacionado ao hara e ao plexo lombar [...]. O terceiro relaciona-se com o plexo solar, localizado abaixo do diafragma, e com as glândulas pancreáticas. O quarto é o chakra do coração, associado à glândula timo e ao plexo cardíaco. O quinto chakra é o da garganta, ligado ao plexo da faringe e à tireóide. Esses cinco chakras correspondem aos cinco segmentos inferiores descritos por Reich. Acima da garganta encontra-se uma pequena diferença. O segmento oral descrito por Reich é visto pelo sistema indiano como uma subdivisão da área da garganta. O sexto chakra, que fica entre os olhos e está relacionado com a glândula pineal, corresponde à parte inferior do segmento ocular de Reich. O sétimo chakra fica na coroa da cabeça, na área da fontanela. Também faz parte do segmento ocular de Reich, no centro do couro cabeludo (BOADELLA, 1992, p.67).

No Healing todos os chakras são importantes e precisam ser incluídos, equilibrados e harmonizados entre si. Segundo Isis Pristed (2005), o que se obtém na parte superior do corpo é um reflexo do que se tem na parte inferior e qualquer bloqueio ou desequilíbrio que afete a um deles se refletirá nos demais.

A conexão com o chakra Cardíaco e com o sentimento é uma base no Healing, sem a qual não se pode progredir nesta prática. O chakra Cardíaco tem uma profunda vinculação com a individualidade, sendo um elo entre a consciência física e a dimensão espiritual da pessoa.

Para fins metodológicos o corpo é considerado como dividido em três grandes áreas. O trabalho consiste em incluir e integrar estas áreas, em um processo altamente complexo e profundamente pessoal. São elas: a área inferior, que vai dos pés até a cintura, tem um movimento de energia para baixo e está relacionada a processos de absorção, eliminação e nutrição. Contém os seguintes chakras: Raiz, relacionado ao grounding e a base da vida física do indivíduo; e o Hara, ligado aos aspectos de vitalidade, sexualidade e controle. Todo o processo energético toma impulso nesta área para poder subir.

A área central, que se relaciona ao processo de transmutação, metabolização e distribuição de energia. Contém o chakra do Plexo Solar que se vincula aos aspectos emocionais da pessoa. O trabalho com esta área é fundamental para que ocorra uma integração entre a parte inferior e a superior do corpo.

A área superior, que tem um movimento de energia do coração para cima, envolvendo todo o movimento ao redor da cabeça até a Área da Individualidade. Contém os chakras: Cardíaco, que está ligado à possibilidade de transformação das emoções e conexão com os sentimentos; o Laríngeo, que tem uma relação com a criatividade e o movimento de expressão e repressão de energia; o Frontal, que é uma área de percepção, síntese, discernimento e



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SAMPAIO, Cynthia. Healing e desenvolvimento humano: uma abordagem integral para a saúde. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) XXI CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2016, pp. 208-2014. [ISBN – 978-85-69218-01-2].

Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

direção na vida; e o Coronário, que reflete o desenvolvimento da pessoa e é a porta da espiritualidade (SAMPAIO, 2005).

Esta área está relacionada aos sentimentos, aos pensamentos, à lógica, à imaginação, à intuição, à insights e, também, se vincula à dimensão espiritual e aos estados progressivos de consciência.

Os pensamentos influenciam e determinam condições para o corpo físico. Do jeito que a pessoa pensa a energia dela se move. Para Bob Moore (2013), a maior parte das pessoas vive no estado mental que ele chamou de mente ocupada. Este nível do estado mental sofre a influência do estado emocional; é bastante repetitivo, analítico, ligado predominantemente ao intelecto e está sempre produzindo os mesmos pensamentos, imagens e símbolos. Em um nível mais progressivo do mental existe o que ele chamou de mente ativa. É nela que começa o processo de abertura, de entrega, de conexão com os sentimentos; nela se pode ter acesso a insights, conhecimentos, pensamentos e símbolos de uma qualidade criativa. No processo da meditação pode-se ampliar a percepção para os estados progressivos de consciência e penetrar em uma dimensão além da mente ativa gerando a possibilidade de quietude, de não pensamento, de um vazio pleno, de silêncio.

O contato com a dimensão espiritual e os estados progressivos de consciência é fundamental para que o processo do Healing ocorra. É neste contato que se encontram os recursos para controlar, transformar, purificar, equilibrar e integrar a energia de todas as três áreas do corpo produzindo inteireza e saúde.

O Healing, as Polaridades e a Saúde

Para Bob Moore (2013), os chakras Raiz, Cardíaco e Frontal estão relacionados a um sistema importante dentro do campo de energia humano que é o de polaridades. Este sistema de polaridades é composto por três estruturas horizontais e três estruturas verticais que precisam estar combinadas e alinhadas uma vez que determinam a direção do movimento energético influenciando o fluxo energético da pessoa, afetando o estado de equilíbrio e toda a expressão do indivíduo no mundo.

As três polaridades horizontais são: a da terra, conectada com a base da vida física da pessoa, seu cotidiano, a sua ação no mundo. Está vinculada ao chakra Raiz e a toda a área inferior do corpo. A do coração, ligada aos sentimentos, à relação com as outras pessoas e



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SAMPAIO, Cynthia. Healing e desenvolvimento humano: uma abordagem integral para a saúde. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) XXI CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2016, pp. 208-2014. [ISBN – 978-85-69218-01-2].

Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

com o mundo. Se vincula ao chakra Cardíaco e a toda a área do tórax. A da cabeça, se vincula ao chakra Frontal e está ligada à relação da pessoa com a dimensão espiritual e o universo.

Ainda, de acordo com Bob Moore, quando ocorre um equilíbrio entre as três polaridades horizontais, a pessoa começa a ser capaz de se expressar com adequação no mundo, promovendo uma coerência entre suas atitudes (chakra da Raiz), seus sentimentos (chakra Cardíaco) e sua espiritualidade (chakra Frontal). Este alinhamento entre os chakras Raiz, Cardíaco e Frontal é o eixo principal da abordagem do Healing.

As três polaridades verticais são: o movimento vertical de energia do lado direito do corpo (expressão), o movimento vertical de energia do lado esquerdo do corpo (absorção) e o movimento vertical de energia no centro do corpo (essência), ligado à coluna vertebral.

Existe uma troca constante de energia entre estas seis polaridades e é somente quando as polaridades horizontais se equilibram um pouco mais que as polaridades verticais podem se harmonizar e o movimento de centramento energético ocorre, possibilitando o fluir da qualidade essencial da pessoa pela coluna vertebral.

De acordo com Bob Moore (2013), é a integração do campo de energia do indivíduo e a conexão com a sua essência que influenciam a sua fisiologia na direção da saúde e bem-estar. É o movimento da energia e da consciência associado à dimensão da espiritualidade dentro do organismo humano que produz saúde.

Conclusão

Sabe-se hoje que o ser humano é uma unidade indivisível e que a saúde só é possível se todas as suas dimensões estiverem integradas. A conexão mente-corpo é comprovada por diversos estudos que mostram a ligação dos pensamentos com os aspectos autonômicos, relativos ao funcionamento do sistema nervoso. Padrões de pensamentos influenciam o organismo gerando saúde ou doença na medida em que equilibram ou desequilibram a liberação de inúmeros hormônios. Desta forma, é importante encontrar meios que permitam ao organismo se equilibrar e exercer seu potencial de cura.

O Healing possui uma abordagem integral da saúde onde todas as dimensões humanas, a física, a etérica, a emocional, a mental e a espiritual são cuidadas, balanceadas e integradas. Suas práticas meditativas e circulações energéticas reorganizam o fluxo energético do indivíduo promovendo a autorregulação do organismo. Ainda, proporcionam a autorreflexão, a ampliação da consciência e conseqüente mudança de atitude e crescimento pessoal, produzindo maior bem-estar e qualidade de vida para a pessoa.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SAMPAIO, Cynthia. Healing e desenvolvimento humano: uma abordagem integral para a saúde. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) XXI CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2016, pp. 208-2014. [ISBN – 978-85-69218-01-2].

Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

REFERÊNCIAS

ANODEA, J. **Los Chakras, las Ruedas de La Energia Vital**. Editora Robin Book, 1993.

BAILEY, A. **La Curacion Esotérica**. Buenos Aires: Editorial Kier, 1978.

BENDIT, L.J. & BENDIT, D.P. **O Corpo Etérico do Homem**. São Paulo: Pensamento, 1977.

BOADELLA, D. **Correntes da Vida**. São Paulo: Summus, 1992.

COSTA, L.A. Cores, healing e chakras: entrevista com Isis da Silva Pristed. **Elos: Estudos da Consciência, Healing, Energia e Crença**. 3:9-19, 2005.

FERRAZ, B. Healing, individualidade e a fonte, as dimensões humanas: entrevista com Isis da Silva Pristed. **Elos: Estudos da Consciência, Healing, Energia e Crença**. 2:11-22, 2003.

GERBER, R. **Medicina Vibracional**. São Paulo: Cultrix, 2004.

PIERRAKOS, J. **Life Functions of the Energy Centers of Man**. Institute for New Age. New York, 1975.

REICH, W. **Análise do caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 1995

SAMPAIO, C.V. Healing e Desenvolvimento Humano. **Catálogo de abordagem terapêutica/ Ribeiro, A.R., Souza Andrade, F., Magalhães, R. (org)**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.

TAMAS, E. (org). **Conversas com Bob Moore: healing e desenvolvimento humano**. São Paulo: Scortecci, 2013.

AUTORA e APRESENTADORA



Cynthia Sampaio / Salvador / BA / Brasil

Psicóloga Clínica (CRP-03/00397). Mestre em Medicina e Saúde Humana pela Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública. Analista Bioenergética e Supervisora pelo Instituto de Análise Bioenergética de São Paulo (IIBA - Nova York - EUA). Psicoterapeuta em Biossíntese pelo Instituto Brasileiro de Biossíntese (IIB-Hiden-Suíça). Certificada em Dinâmica Energética do Psiquismo (DEP- Brasil), em Terapia Familiar Sistêmica (Sowelu-México), em Constelações Familiares (Internationales Institut fur Systemische Psychotherapie - Alemanha) e em Energia, Healing e Desenvolvimento Humano (Logoscentro - Brasil). Clínica há mais de 30 anos, atendendo individualmente adultos, casais, coordenando grupos, vivências e supervisionando terapeutas.

E-mail: cysampaio@gmail.com