

MARCIA SEBEM

Auxílio do Reiki no Processo do Morrer

Projeto de Pesquisa apresentado ao Instituto Hoben Lótus em Curitiba/PR como requisito para elaboração de Monografia de conclusão do curso de Mestrado em Reiki III B, Turma 2021.

Orientadora: Mestre Ula Léa Schreiner – Ma Bodhi Sandesha

CURITIBA - PR

2020-2021

RESUMO

O objetivo deste estudo bibliográfico é abordar os benefícios do Reiki em seu aspecto da cura emocional, nos cinco estágios do processo da morte e do morrer, que pode estar relacionado aos pacientes, profissionais e cuidadores que com compaixão a todos os seres, com amorosidade e dedicação através da prática diária do Reiki, promovem os cuidados à preservação a vida. O Reiki é uma prática originária do Japão, denominado Sistema Usui de Cura Natural, também conhecida como Energia Vital Universal. O Reiki proporciona harmonia e equilíbrio aos corpos físico, mental, emocional e espiritual. A terapia Reiki não tem contraindicações ou efeitos colaterais. Como Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) busca a prevenção de doenças e a recuperação da saúde, na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade.

Palavras chave: Reiki, Tanatologia, kalotanásia, fases da morte, cura mental.

ABSTRACT

Reiki is an original practice from Japan, called the Usui System of Natural Healing. Also known as Universal Vital Energy, it provides harmony and balance in the physical, mental, emotional and spiritual bodies, as well as helping with emotional processes, changes in various stages of life. Reiki therapy has no contraindications or side effects. As Integrative and Complementary Practices (PNPIC) seeks the prevention of diseases and the recovery of health, in the integration of human beings with the environment and society. The purpose of this bibliographic study is to address the benefits of Reiki in the five stages in the process of death and dying. It addresses the nature of Reiki, its origins and especially its effects on the human being's physical and emotional systems, with excess or lack of vitality. It is intended to show that Reiki assists both professionals and patients, so that the individual realizes a life path towards their self-healing ability in a natural way.

Key-words: Reiki, Thanatology, kalotanasia, phases of death, mental healing

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	5
2	FUNDAMENTAÇÃO DO REIKI.....	6
2.1	O QUE É REIKI?	6
2.2	FATOS HISTÓRICOS	7
2.3	BENEFÍCIOS DO REIKI.....	8
2.4	REIKI E CURA FÍSICA.....	10
2.5	REIKI E CURA EMOCIONAL	11
2.6	REIKI E CUIDADOS PALIATIVOS.....	14
2.7	REIKI NO AUXÍLIO AOS PROFISSIONAIS.....	14
2.8	REIKI NO AUXÍLIO AO PACIENTE	15
3	O REIKI NA PRESERVAÇÃO À VIDA.....	16
3.1	TANATOLOGIA.....	16
3.2	O MEDO DA MORTE.....	17
3.3	OS CINCO ESTÁGIOS DE MORTE.....	19
3.3.1	BENEFÍCIOS DOS CINCO PRINCÍPIOS DO REIKI NOS CINCO ESTÁGIOS DA MORTE.	
3.3.2	Primeiro Estágio: Negação	19
3.3.3	Segundo Estágio: A Raiva.....	20
3.3.4	Terceiro Estágio Barganha	20
3.3.5	Quarto Estágio Depressão	21
3.3.6	Quinto Estágio Aceitação	22
4	KALOTANÁSIA - A MORTE BELA	22
	CONCLUSÃO.....	24
5	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	25

1 INTRODUÇÃO

O Reiki como o conhecemos, surgiu no Japão em 1922, por Mikao Usui, (PETTER, p. 54) O Reiki é Sistema Usui de Cura Natural, tem como essência guiar o indivíduo para uma vida pacífica e feliz, permitindo curar-se a si mesmo e aos outros.

Reiki é uma palavra japonesa traduzida como “Energia Vital do Universo”. Constitui-se em dois kanjis (ideogramas Japonês) “REI e KI”, “Rei” significando Universal, inteligência Superior, sabedoria que vem da Fonte, do Criador. “Ki”, Energia Vital ou Prana, que flui em todos os seres vivos. A energia que dá vida ao corpo. Ryoho significa um método terapêutico. (PETTER, 2013).

Em 1924 com o Terremoto de Kanto, no Japão, milhares de pessoas morreram, ficaram feridas ou doentes. Usui Sensei, juntamente com seus discípulos, percorreu os locais da tragédia para amenizar o sofrimento e curar as vítimas com o método Reiki. A partir do ocorrido em Kanto, Dr. Mikao Usui decidiu difundir o Reiki e passou a formar alunos, praticantes e professores para expandir o seu método de tratamento. A partir daí o Reiki começa a ser difundido tanto no Japão quanto em outras partes do mundo (PETTER, 2013 p.58, 59). “O corpo e a mente do paciente se curam com a ajuda da energia (positiva) do Reiki”, a fé na cura e a vontade de curar-se são elementos importantes para o andamento terapêutico.

Segundo Maria Isabel (COUTINHO, 2017) dentre os efeitos alcançados através do Reiki podemos citar que ele estimula a capacidade auto curativa da pessoa que o está recebendo (o receptor), pois o corpo recebe a energia Reiki na medida e de acordo com as necessidades, reequilibrando e harmonizando órgãos, sistemas e meridianos. Seja para a eliminação de toxinas, aliviando o estado de depressão e cansaço; seja na redução da ansiedade, no aumento das defesas do corpo reduzindo os efeitos dos fármacos, aumentando a capacidade de recuperação, antes e pós cirurgias, dentre outros benefícios. Os terapeutas são uma parte importante no processo terapêutico, mas, sobretudo, como facilitadores do reequilíbrio energético da pessoa, já que o processo de cura é intrínseco ao próprio indivíduo. É importante que os terapeutas de Reiki tenham atenção ao caminho por onde conduzem a terapia Reiki, ou seja, nem para o campo da medicina, nem para o campo mistificador, nem como uma promessa de cura, nem como sugestão para alterar as recomendações de outro profissional de saúde, isto é, o Reiki é uma terapia complementar preventiva e segura.

De acordo com Frank Arjava Petter (2013), o propósito principal da terapia Reiki não é apenas tratar a doença, mas também propiciar, ao indivíduo receptor, saúde e paz à mente e ao corpo, e propiciar que ele desfrute a vida. O Reiki surge como filosofia de vida, como resposta natural, não manipulativa, atuando no indivíduo, em seus vários corpos: corpo físico, mental, emocional e espiritual.

A morte e o morrer, como temas, são abordados por poucos autores com destemor e naturalidade. A Dra. Elizabeth Kübler-Ross (KUBLER, 1969) destaca a importância da escuta das reais necessidades do paciente, diante do sofrimento daqueles que estão em estágio terminal de uma doença. Em suas pesquisas com pacientes que recebem o diagnóstico de doença grave, identificou cinco estágios no processo do morrer que são: a negação, a raiva, a barganha, a depressão e a aceitação, tendo como objetivo melhorar o tratamento de pacientes em fase terminal, dando acolhimento ao que sentiam e como gostariam de ser tratados ante a fragilidade de cada momento.

No Livro tibetano do viver e do morrer, Sogyal Rimpoche (1999) convida a desenvolver uma visão clara e uma ilimitada compaixão por todos os seres, a abrir o coração inteiramente diante dos que estão no processo do morrer. Segundo Ana Cláudia (2016, p 77) “não morremos somente no dia da nossa morte, morremos a cada dia que vivemos, conscientes ou não de estarmos vivos”. O Objetivo motivador pela escolha deste tema “o auxílio do Reiki no processo da morte, veio a partir de situações de atendimentos clínicos, dentre os quais, de uma pessoa próxima, que passava por um estágio de luto, após perda familiar. Em atendimentos pelo qual passou pelos cinco estágios da morte e fases emocionais relacionadas, colocam-se os estados de: negação, raiva, barganha, depressão, aceitação, que será abordado neste trabalho.

2 FUNDAMENTAÇÃO DO REIKI

2.1 O QUE É REIKI?

O Reiki surgiu no Japão, em 1922, sob o nome de Usui Reiki Ryoho nome dado referente ao seu descobridor Mikao Usui. (PETTER, 2013 p. 54).

O Reiki, Sistema Usui de Cura Natural, tem como essência guiar o indivíduo para uma vida pacífica e feliz, permitindo curar-se a si mesmo e aos outros. propicia a melhora do corpo, da mente e da alma desse modo, é possível compreender que

primeiro é preciso curar a alma, para depois curar o corpo. “Quando nossa alma se encontra no caminho saudável da integridade e da retidão de caráter, o corpo se cura sozinho. Assim, a alma e o corpo se unem e a pessoa vive sua vida até o fim em paz e alegria. A pessoa cura suas próprias doenças e as doenças dos outros intensificando e fortalecendo a alegria de viver e a de todos os demais” (PETTER, 2013, p 72-73).

Reiki é uma palavra japonesa, denominada “Energia Universal de Vida”, sua aplicação se faz através da imposição das mãos, atua nos corpos físico, mental, emocional e espiritual, proporciona benefícios e retorno ao equilíbrio energético. A pessoa iniciada no Reiki, por um mestre/professor Reiki, se torna um “canal Reiki”, ou Reikiano. A palavra Reiki divide-se em dois Kanjis: “Rei”, - Universal”, “inteligência Superior, sabedoria que vem da Fonte, do Criador, de tudo o que existe, que está omnisciente e que encerra em si a necessidade e a causa de todos os problemas e dificuldades, bem como a forma de os tratar” (COUTINHO, 2017 p 08). “Ki”, - energia vital individual, que flui em todos os seres vivos, a energia que dá vida ao corpo.

Ryoho refere-se a um método terapêutico. Em entrevista, Sensei Mikao Usui descreve a missão de seu método como “guiar para uma vida pacífica e feliz, curar os outros, melhorar a sua felicidade e a nossa própria”. Segundo (MAGALHÃES, 2016). “Quando o homem vive de acordo com sua integridade humana, em um caminho de condutas e práticas diárias com base nos cinco princípios, a alma e o corpo se unem para uma vida pacífica, de paz e felicidade, conduta que proporciona à pessoa, a cura de suas próprias enfermidades, e as dos outros mantendo o corpo saudável, desfrutando de uma vida de bem estar fortalecendo a alegria de viver e a dos demais.

2.2 FATOS HISTÓRICOS

Diante dos acontecimentos ocorridos em 1923, um Terramoto de Kanto que abalou toda a região de Tóquio, no Japão, milhares de pessoas morreram, ficaram feridas ou doentes. Cheio de compaixão, Usui Sensei começou a percorrer toda a região para visitar e curar as vítimas do terremoto. Usui Sensei e o Reiki se tornaram conhecidos de uma hora para a outra em todo o país. Como afirma PETTER (2013, p.59), “a vida não faz distinção entre o bem e o mal para o Reiki, vida e morte são imensuráveis. De um lado, muitas pessoas perderam a vida, mas de outro, novas possibilidades de cura se abriram, no passado, no presente e no futuro.” Diante da situação tão grave, Dr. Mikao Usui decidiu que era importante formar alunos,

praticantes e Professores para ensinar o seu método de tratamento com Reiki. Assim, o Reiki surge como uma resposta natural, não manipulativa, para o bem-estar, o equilíbrio e a harmonia do Homem em seu meio.

Segundo (COUTINHO, 2017 p 11) “Desta forma, a finalidade do Reiki, enquanto terapia, é promover as condições necessárias para que um indivíduo realize um caminho de vida em que, a pessoa reencontre a sua capacidade auto curativa. Neste sentido, a terapia Reiki promove e proporciona harmonia e equilíbrio, de forma natural, através da utilização da energia universal e da vivência dos cinco princípios”. Não só através da prática terapêutica, mas também, como filosofia de vida para o desenvolvimento pessoal e interpessoal, uma vez que contribui para o despertar da consciência, para consigo e para com o meio em que vive.

2.3 BENEFÍCIOS DO REIKI

Sensei Usui explica que o... “Reiki não é um método psíquico de cura, nem uma terapia corporal. Quando você toca uma pessoa com as mãos de Reiki, não está tocando apenas o corpo, mas a essência imortal, trabalha ao mesmo tempo com o presente, o passado e o futuro.”. A alma se purifica dos hábitos, voltando a conectar-se com o céu e a terra (PETTER, 2013). “O corpo e a mente do paciente se curam com a ajuda da energia (positiva) do Reiki” não é necessário acreditar no Reiki para que o tratamento surta efeito. A fé na cura e a vontade de curar-se são elementos importantes para o andamento terapêutico. Dentre os benefícios que enobrece o Reiki um deles é a possibilidade que ele proporcionar ao Reikiano, de enviar Reiki a distância, isto é, para pessoas que se encontram internadas, para entes queridos, para grupos, para situações específicas futuras, para o planeta, para os animais e as plantas, ou seja, para o presente, o passado e o futuro. O Reiki está presente em todos os seres, por vezes adormecido, e pode ser ativado através da iniciação por um mestre ou professor de Reiki, onde a pessoa passa a ser um “canal de energia Reiki” beneficiando-se assim do seu auto tratamento, tratando os outros, e enviando Reiki para o mundo.

Segundo João Magalhães (2013) presidente e fundador da Associação Portuguesa de Reiki. “Reiki é energia passiva e de amor incondicional, atua da melhor forma para os vários corpos da pessoa, segundo aquilo que é possível para o receptor, e pode auxiliar no próprio processo de passagem, no qual proporciona a paz e a

tranquilidade para a sua transição. O terapeuta não leva apenas Reiki à pessoa, leve-lhe dignidade, alegria, bondade, compaixão e amor universal. O seu coração deve estar pleno e a sua prática deve estar centrada no desapego. Segundo PETER (2013) cita que para o Mestre Usui, o propósito da terapia Reiki não é apenas tratar a doença, mas também ter saúde e paz na mente e no corpo e desfrutar a vida

Para COUTINHO (2017, p 10), o Reiki proporciona bem-estar para os indivíduos. Pode ser descrito como sendo uma filosofia de vida baseada no “Gokai”, os cinco princípios. O Reiki promove a melhoria no corpo físico, mental, emocional e espiritual. O Reiki atua no tratamento de desintoxicação do corpo. Possibilita ao Reikiano seu auto tratamento. A energia Reiki pode ser aplicada mesmo às pessoas estando em outro tratamento, como complementação. Não precisa acreditar para que surja efeitos, o Reiki é livre de crenças e dogmas ou vínculos religiosos.

Este método potencializa três aspectos, de acordo com COUTINHO (2017, p 11):

“1. Poder natural da vida – a dimensão que anima a vida já que a energia é emanada da fonte de vida, ou seja, do Universo, sendo esta energia a que é irradiada por todos os seres vivos.

2. Poder natural da nossa essência humana – a dimensão holística, ou seja, quando ultrapassamos as nossas ilusões e emoções negativas, podemos desenvolver uma capacidade de auto cura e de curar/tratar os outros.

3. Poder natural do corpo – dimensão que está associada à capacidade de auto cura”.

No momento da aplicação da terapia Reiki sugere-se que seja numa sala sem barulho, o receptor pode estar sentado ou deitado, e com roupa. A sessão dura entre 30 e 60 min, com toques específicos ou em locais onde esteja ocorrendo um desalinhamento energético. O Reiki como terapia complementar e integrativa, é difundido para a aplicação terapêutica em hospitais, clínicas ou outros locais. Cada terapeuta adapta-se à sua característica ao aplicar o Reiki, indiferente da escola, de forma segura e ética, levando em consideração que o processo de cura é intrínseco à própria pessoa que recebe o tratamento, sem interferir e respeitar o processo da pessoa, em seu tempo e no seu momento, obtendo conscientização e realinhamento energético, conforme seu bem-estar e equilíbrio (COUTINHO, 2017, p 14).

2.4 REIKI E CURA FÍSICA

O corpo perde energia através de vários fatores, como: uso de medicamentos, alimentação errada, maus hábitos físicos, emocionais, e mentais, tensão, estresse, ansiedade, toxinas essas que se alojam em determinados locais do organismo, manifestando-se nas articulações, nos órgãos internos, na cabeça, nas zonas problemáticas. Segundo (PETTER 2013 p.185) “se por algum motivo as substâncias tóxicas, não puderem ser eliminadas, o grau de toxicidade aumenta até comprometer o equilíbrio corporal transformando a saúde em doença”

“Byosen é a frequência emitida por uma região do corpo, quando há acúmulos de toxicidade (ferida ou doença). Durante a sessão de Reiki, (PETTER, 2013, p.197) o terapeuta/Reikiano coloca as mãos, sob pontos específicos, ou na parte doente do corpo, onde o receptor receberá Reiki por mais tempo, até que as sensações nas mãos através do Byosen, tenham sido amenizadas ou desaparecido conforme a percepção e o sinal que o corpo do receptor lhe enviará sob os 5 graus do Byosen. Segundo Petter (2013, p. 194) “Byosen é sinal de vida, quando o corpo reage ao receber a energia positiva do Reiki, e as forças auto curativas são acionadas no próprio organismo”. “O Byosen é um diagnóstico de tipo energético” (PETTER 2013 p.200). Se por algum motivo o grau de toxicidade observado no Byosen estiver entre o quarto e o quinto, nos quais o terapeuta sente dores nas mãos ou nos braços durante a sessão, é o local onde o receptor receberá Reiki por mais tempo, até a sensação nas mãos amenizarem. Entretanto não há uma regra, pois as sensações nas mãos do terapeuta podem variar, entre os cinco graus do Byosen. Durante a sessão, essas sensações são: calor, calor forte, formigamento, palpitação e frio e dores nas mãos do terapeuta. Segundo (PETTER 2013 p 199), entre o quarto e quinto grau, o corpo precisa de cuidados intensivos. Segundo as Percepções do Byosen classificadas em 5 Graus: “1º grau Byosen com poucas alterações, doença crônica, 2º grau “picos rápidos e fortes que se acalmam, doença aguda 3º grau Byosen que se intensifica lentamente, início de uma moléstia 4º Byosen entre intenso e aos poucos fica fraco, uma moléstia grave, 5º doenças grave.”

O tratamento de Reiki, por si só pode curar e o seu efeito pode aumentar a capacidade auto curativa do receptor, através das seguintes formas:

Profundo estado de relaxamento, que pode aliviar o estresse por si só, ou o que é provocado por uma doença;

Aumenta as defesas do corpo, ajudando a superar uma infecção, fortalecendo o sistema imunológico;

Aliviando o estado de depressão e cansaço;

Reduzindo os efeitos secundários de fármacos, a exemplo da quimioterapia;

Potencializando o efeito benéfico dos fármacos, quando um paciente não está respondendo ao tratamento;

Acelerando a eliminação de toxinas de anestésias ou remédios;

Reduzindo a ansiedade, antes da intervenção cirúrgica ou química;

Aumentando a capacidade de recuperação, após uma intervenção cirúrgica ou outro procedimento médico levando a um estado de autoconfiança. (COUTINHO, 2017 p.23)

Proporcionando ainda o retorno do homem a um estado de consciência e vida plena, acrescentando qualidade à saúde de quem o pratica ou recebe. A simplicidade da técnica, e seus efeitos benéficos sobre a saúde faz com que se amplie sua divulgação e seu uso. Antes da aplicação do Reiki, segundo MAGALHÃES (2017), o terapeuta deve se colocar em meditação “Gasshô”, (mãos juntas) para tomada de consciência e ligação com a energia Reiki, em “Reiji-ho” (prece), para que guie as mãos do terapeuta sobre o paciente em determinadas posições, ou em pontos específicos a serem trabalhados e o “Chiryô” (Tratamento) como um canal de energia Reiki, onde o terapeuta não conduz, e sim é conduzido.

2.5 REIKI E CURA EMOCIONAL

Para João Magalhães (2017), a Harmonia e o equilíbrio são essenciais para a nossa existência, e para uma vida feliz e pacífica. Percorrem-se vários caminhos para uma vida melhor, entre várias experiências da vida, e que em muitas vezes não se consegue sair do próprio erro e dos hábitos. Segundo (PETTER, 2013 p.166) Dr. Mikao Usui relata que “as doenças e os sofrimentos tem origem na mente”, e para curar a mente, mestre Usui ensinava aos seus alunos dois recursos que poderiam ajudar a curar-se a si mesmo, e seus pacientes, recursos esses que são: o “Gokai” e o símbolo “Sei Heki”. O “Gokai” é a regra de conduta no Reiki, conhecido como os 5 princípios do Reiki, no qual Usui Sensei descreve como Arte Secreta de Convidar a Felicidade – é um método de cura natural, com uma base de filosofia de vida para desfrutar de uma boa saúde. Qualquer pessoa tem o potencial de entrar em contado

com a energia Reiki, para a melhora de seus hábitos, e conseguir harmonizar mente e o corpo.

O “Sei Heki “(2º símbolo do Reiki) é usado no tratamento da cura mental e emocional no Reiki, ou seja, no tratamento de hábitos, dos maus hábitos. Segundo Usui Sensei, “Sei Heki “significa hábito no conceito japonês, por meio do Reiki a alma se purifica dos maus hábitos. (PETTER 2013, p 166)

Quando o símbolo “Sei Heki” é ativado na aplicação de Reiki para estados emocionais e mentais desarmônicos como: depressão, ansiedade, preocupação, raiva, medo, hábitos Indesejáveis etc., ele atua no receptor da seguinte forma: (SCHREINER, 2016)

- Nos Níveis mais profundos (inconsciente e subconsciente)
- Atua afetando estados emocionais e mentais, seja a curto, médio e longo prazo
- Elimina bloqueios
- Dilui crenças e padrões negativos
- Equilibra os centros vitais
- Harmoniza a energia do Ser
- Reorganiza ideias e padrões

O objetivo do Mestre Usui, segundo o Memorial, no Japão, era entender como se chega à felicidade (Reiki). “Aquele que segue os preceitos do Reiki atinge a paz espiritual dos sábios antigos” (PETTER 2013 p. 67) O objetivo do Reiki não é curar as doenças, mas promover o fortalecimento do organismo, a harmonia, o equilíbrio da mente, e do corpo, para a conquista da felicidade. Qualquer pessoa pode praticar os cinco princípios. Deve-se sentar-se de forma confortável, com as mãos unidas diante do peito, isto é, na posição “Gasho” deixe que sua alma se equilibre e se tranquilize, traga a compaixão por si mesmo e pelas outras pessoas, e então recite “os cinco princípios do Reiki”, em voz alta e com todo seu coração recite os:

- | | |
|----------------------|--|
| Kyo dake wa | - Só por hoje: |
| Ikaru na | - Não se zangue |
| Shinpai suna | - Não se preocupe |
| Kansha shite | - Seja grato |
| Gyo hage me | - Cumpra seus deveres com dedicação |
| Hito ni shinsetsu ni | - Seja gentil e amoroso para com todos os seres vivos. |

“A arte secreta de convidar a felicidade, a medicina espiritual para todas as doenças” MAGALHÃES (2017). Segundo Mestre Usui, quando a mente e o corpo estão em harmonia e equilíbrio, encontrarás a harmonia e o equilíbrio mesmo perante desafios da vida e da doença.

Recitar os cinco princípios, conduz para a melhora da mente e do corpo, ou seja, primeiro temos que curar a alma, para depois curar o corpo. “Quando a alma encontra o caminho saudável da integridade, o corpo se cura sozinho” (PETTER 2013, p. 72). A pessoa cura seus próprios hábitos e doenças, reestrutura para livrar dos pensamentos emocional, fortalecendo sua alegria de viver e a de seus semelhantes.

Ao recitar “só por hoje”, refere-se a importância do momento presente, do “aqui e agora”. A vida está no aqui e no agora e só se pode senti-la no momento presente. A atenção voltada para o passado ou para o futuro, desvia e desperdiça a energia de consciência e conseqüentemente do aprendizado disponível. É um convite para permanecer com a consciência, energia e dedicação focada em sua presença no aqui e no agora.

“Não se zangue”, essa percepção mostra a energia vital que se encontra nos chacras mais terrenos, irritação, agressão, raiva, emoções agressivas ao manifestar reação, relacionadas a desejos e expectativas, de não satisfação.

“Não se preocupe”, a preocupação resulta da sensação de separação da totalidade do universo, se há um problema não há que se pré-ocupar e sim ocupar-se dele. Esse princípio tem relação com o poder do medo em seus vários gradientes. Se tiver consciência de tudo o que precisa, num espaço interno de gratidão, não terá tempo para preocupação com o que não temos.

“Sou grato”, é estar em gratidão, significa um reconhecimento da benção divina que obtemos através de tudo o que recebemos. Praticar a gratidão significa manter a conexão com a plenitude da vida e a sustentação dada por ela.

“Só por hoje faço meu trabalho com dedicação”, compreender e aplicar esse princípio é alinhar-se com seus talentos, com confiança. É trabalhar com determinação e dedicação, fazendo o que se ama ou amando o que se faz. A indolência é o maior pecado humano, habituasse a ocupar-se de muitas coisas fúteis, deixando de lado o que é essencial

“Só por hoje, sou gentil e bondoso com todos”, é reconhecer e honrar o divino em todas as formas, a bondade o respeito a todos os seres, o planeta a terra, a água, o fogo, a fauna, a flora. o ser humano. (SCHREINER 2016 p. 20 ao 23)

2.6 REIKI E CUIDADOS PALIATIVOS

Os Cuidados paliativos - Paliativos, vem do latim “pallium” que quer dizer manto, cobertor, tem como objetivo melhorar a qualidade de vida dos doentes e das suas famílias, que atravessam os problemas decorrentes de doenças incuráveis ou com prognóstico limitado, visam a prevenção e alívio do sofrimento da pessoa.

A dor, o sofrimento, refletem-se no corpo, na mente, nas emoções, na energia e na espiritualidade do indivíduo. Este sofrimento impacta não só a pessoa doente, mas também a família e todos aqueles que lidam com ela diretamente. Como terapia complementar integrativa o Reiki proporciona o equilíbrio do corpo físico, mental, emocional e espiritual, busca um estado de paz interior que promove a capacidade do indivíduo gerir melhor suas emoções ao enfrentar um tratamento com aceitação (MAGALHÃES, 2016).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), órgão das Nações Unidas, foram publicadas, em junho de 2007, em Genebra, Suíça, as “Orientações Normativas sobre o Tratamento da Dor”, através da terapia Reiki. No Brasil através do Ministério da Saúde, (portaria 145/2017) publicada no Diário oficial em 28 de março de 2017 integra o Reiki como terapias alternativas, dentre outras, definidas como Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) em 2006, tais sistemas e recursos envolvem abordagens que buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e a recuperação da saúde por meio de técnicas eficazes e seguras, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade.

2.7 REIKI NO AUXÍLIO AOS PROFISSIONAIS

Segundo COUTINHO (2017, p. 12), o Reiki requer ética e bom senso por parte do terapeuta/Reikiano, pois é da responsabilidade de cada terapeuta de Reiki contribuir para uma prática segura. O Reiki, não pode ser em nenhum caso, apresentado como uma terapia exclusiva, muito menos com uma promessa de cura, nem sugestão para alterar as recomendações terapêuticas prescritas por outros

profissionais de saúde. Importa, igualmente, referenciar, que o Reiki é considerado como uma terapia alternativa, preventiva e complementar a qualquer tratamento, sem contraindicações, disponível para todas as idades. Segundo MAGALHÃES (2016) a prática do Reiki quanto ao auxílio aos profissionais. O desgaste dos cuidadores, pode fragilizar seu campo emocional e mental. Ao serem cuidados, os cuidadores, propicia o equilíbrio emocional, fortalece a harmonia do corpo e da mente, para que o profissional prossiga da melhor forma com seu trabalho, diante dos estágios dos pacientes. Para ARANTES (2016) é fundamental a importância de começar trabalhando consigo mesmo, fortalecer o amor e a compaixão, antes mesmo de corroborar em cuidar dos outros. Do contrário nossa ajuda, pode estar acompanhada de um egoísmo sutil, e tornar a pessoa dependente do terapeuta, tirando a oportunidade, de seu próprio desenvolvimento e responsabilidade por si mesmo. Como Reikianos e como um canal da energia Reiki, como um “bambu oco” por meio do qual a energia Reiki chega ao receptor, de forma sutil, sem interferência do terapeuta no processo. Precisa-se que, antes de iniciar os atendimentos como praticante de Reiki, o Reikiano tenha a responsabilidade da prática diária para consigo mesmo dos seus próprios cuidados, do seu auto tratamento, para assim disponibilizar o melhor de si em seus atendimentos. Como poderás doar-se, se não cuidas de si mesmo?

2.8 REIKI NO AUXÍLIO AO PACIENTE

Segundo Sensei Usui “as pessoas para quem você pratica o Reiki, serão abençoadas”. E o último desejo de Usui se cumprirá, o de que o Reiki cure o planeta e seus habitantes” (PETTER p. 205). O Reiki, enquanto terapia complementar e integrativa, olha para o indivíduo como um todo de uma perspectiva holística, numa base unicamente energética, cuja finalidade é promover a harmonia como um todo. Pode-se trabalhar de forma integrada com outras terapias convencionais ou não, e mesmo outras terapias energéticas. Não tem contraindicações, com outras terapias e com a medicina convencional. Pode-se trabalhar com a terapia Reiki juntamente com informações entre as várias terapias a que o paciente/pessoa está sendo submetido, de forma a que todos tenham conhecimento de cada uma das terapias e dos seus objetivos, sobre o processo terapêutico que cada um desenvolve, de forma a que todos possam contribuir para que o percurso terapêutico seja o mais harmonioso e

saudável possível para o indivíduo/doente. Segundo (COUTINHO, p. 13 2017), “é importante que os terapeutas de Reiki tenham atenção ao caminho por onde conduzem a terapia Reiki”, ou seja, nem para o campo médico, nem para o campo religioso ou místico, e sim, como uma terapia energética integrativa (no sentido do reequilíbrio de todos os corpos).

A prevenção às doenças no âmbito da terapia Reiki pode ser desenvolvida através das seguintes formas: segundo Maria Isabel Monsanto Coutinho (2017 p. 12), através de:

“Avaliação energética, o processo no qual há desequilíbrios energéticos que estão emergindo do corpo da pessoa que está sendo tratada.

Tratamentos profiláticos (prevenção de doenças), por exemplo tratamento mensal, quando existe suspeita de desequilíbrio energético.

A terapia Reiki como prevenção, além de fazer seus exames médicos, que servem para que o terapeuta possa ir acompanhando a saúde do seu consulente.”

3 O REIKI NA PRESERVAÇÃO À VIDA

3.1 TANATOLOGIA

A palavra Tanatologia provém de: Thanatos = morte e Logos = estudo. Ou seja, o estudo da morte e do morrer. Assim, a Tanatologia é a ciência da vida e da morte que visa entender o processo do morrer e do luto. E humanizar o atendimento aos que estão sofrendo perdas graves. Visa atenuar a dor e o sofrimento e aprimorar a qualidade de vida dos pacientes e de seus familiares diante de um quadro grave ou de doença terminal (portal educacao -psicologia/tanatologia-o-estudo-da-morte-e-do-morrer).

Segundo ARANTES (2016 p 77) “O desafio de quem quer estar ao lado de uma pessoa que está morrendo é saber transformar o sentimento dessa pessoa em algo de valor. Olhando para o caminho que percorreu e tentando entender o que fez para chegar até ali – e se aquela viagem valeu a pena”. Colocar-se em estado de presença, de se fazer presente naquele momento, de se sentir amada, ouvida, respeitada, indiferente de seu estágio. De transformar seus sentimentos de fracassos pelo orgulho e pela coragem, da pessoa se sentir valiosa, e o quão importante foi sua trajetória de vida, honrando esse tempo precioso para os que estão próximo e cuidando dela.

Para o Reikiano os desafios são inerentes ao próprio indivíduo, um olhar holístico por parte do terapeuta, para todo o ser, corpo físico, mental, emocional, emocional espiritual, e energético, incluindo o meio em que se vive e que pode interferir direta ou indiretamente em seu bem estar e sua saúde. Os atendimentos, podem estar associados aos cinco estágios do morrer, não diretamente ligado a morte, mas de um viver, sem sentir-se vivo. Estágios esses que podem estar ligados à mudanças no ciclo da vida, como separação, aborto espontâneo, mudança de cidade, menopausa, aposentadoria etc. Não precisamos estar doentes para morrer.

3.2 O MEDO DA MORTE

De acordo com RINPOCHE (1999, p.242, 312), de repente, de uma hora para outra, toda nossa vida, nossa realidade podem desaparecer, o temor de não saber o que acontece, ficar perdidos, sem saber para onde está indo, diante ao despreparo frente a morte. Como todos que já cuidaram de pessoas que estão morrendo sabem, nossa ansiedade aumentará a experiência da dor física. Se não cuidamos das nossas vidas, ou nossas ações foram más e negativas, sentiremos arrependimentos, culpa e medo. Cuidar dos que morrem torna você extremamente conciso não só da mortalidade deles como também da sua própria. Muitos são os véus e as ilusões que nos separam do conhecimento direto de que estamos morrendo, e do fato de que todos os seres têm a percepção de sentir o morrer. Segundo RINPOCHE (1999 p. 51) “um encontro “ótico” com a morte pode produzir um verdadeiro despertar, uma transformação em toda a nossa relação com a vida”, começamos a sentir como cada momento e cada ser são frágeis e preciosos. Diante dos fatos da vida, desenvolvemos a visão clara e começamos a sentir a força total da própria mortalidade e a abrir o coração inteiramente e permitir que cresça a compaixão que alimenta e incentiva a vida dos que de fato querem ajudar o outro. Segundo ARANTES (2016 p. 71), “o que mata a esperança não é saber-se mortal, mas sim perceber-se abandonado, o que mata é a palavra mal utilizada, quem cuida do outro e não cuida de si mesmo acaba cheio de lixo. Lixo de maus cuidados físicos, emocionais e espirituais. E lixos não servem para cuidar bem de ninguém”. As pessoas de hoje são ensinadas a negar a morte e a crer que ela nada significa, a não ser aniquilação e perda, isto é, parte do mundo vive negando a morte ou aterrorizado. Outros olham a morte de modo ingênuo, achando que por alguma razão desconhecida vão se sair bem ao passar por ela, não

havendo motivo para preocupação. De acordo com (RIMPOCHE 1999 p. 27) entre a morte e o morrer, o que tudo isso nos mostra com uma clareza dolorosa, é que agora mais do que nunca estamos precisando de uma mudança fundamental em nossa atitude em relação à morte e aos que estão morrendo, mudança essa não somente em relação à morte e ao morrer, de uma nova compreensão, de que as pessoas que estão morrendo precisam de amor e carinho., e de algo mais profundo, precisam descobrir um significado real para a morte e para a vida, sem isso como podemos dar-lhes conforto definitivo? A ajuda de desenvolvimento pessoal, e incluir a possibilidade da ajuda espiritual, porque só com conhecimento espiritual podemos de fato encarar e compreender a morte. (RIMPOCHE 1999) Segundo ARANTES, A. C., 2016, p 77 em seu livro “A morte é um dia que vale a pena viver”, “...não morremos somente no dia da nossa morte, morremos a cada dia que vivemos, conscientes ou não de estarmos vivos. Morremos mais depressa a cada dia que vivemos privados dessa consciência. Morreremos antes da morte quando nos abandonarmos, morreremos depois da morte quando nos esquecerem”. Gente viva que vive de um jeito morto, que reclama de tudo e de todos, que perpetua a dor em drogas, álcool, antidepressivos, como fuga para se proteger da tristeza, de não saber sentir alegria sem encontrar sentido em cada dia de trabalho. Nos hospitais e instituições que se intitulam “serviços de saúde”, nos grandes escritórios, pessoas cheias de razão econômica, política, administrativa, se empobreceram de vida e se enriqueceram de morte. Em um contexto no qual as pessoas não têm a chance de perceber que estão vivas, o cheiro característico da morte está mais presente. Mas onde a morte está de verdade? Para (ARANTES, 2016 p 80) “O desafio de fazer uma pessoa se sentir viva não é negar o processo de morte, e sim estar presente”, seja vivenciando ou trabalhando, é saber quem somos, o que estamos fazendo ali e como faremos para que aquele processo seja o menos doloroso possível; é saber qual a nossa capacidade de transformar a forma como aquela pessoa se vê – como um fardo, um peso, um mar de medos e arrependimentos – em algo de valor. A qualidade das nossas relações, determinará se vamos desfrutar de boas companhias no fim da vida. Ter discernimento e compreender o sofrimento do outro e transformá-lo em algo que faça sentido, a melhora antes da morte, é como a última chama da vela, na dissolução do fogo, que traz para aquele ser humano que morre a oportunidade de perceber que veio a este mundo para “ser” humano. E essa pessoa tem a chance de mostrar ao mundo o motivo que a trouxe até aqui:” amor” (ARANTES 2016). Para RINPOCHE (1999 p.73), “A vida

e a morte estão na mente, e em nenhum outro lugar. A mente é revelada como a base universal da experiência - criadora da felicidade e criadora do sofrimento, criadora do que chamamos vida e do que chamamos morte”. Tendências habituais, condicionamentos, influências externas, revelam a vulnerabilidade do ser na dualidade da mente. Segundo KUBLER (1969 p.36) “, paciente-problema é o acostumado a controlar tudo, a vida inteira, que reage com raiva e fúria ao se ver forçado a abandonar os controles”. Diante das mudanças ocorridas, em lidar com os cinco estágios da morte e do morrer, assunto esse que o terapeuta se depara em seus atendimentos, junto aos seus consultantes, que vivenciaram seu próprio complexo de morte, obtendo experiência para ajudar a vencer o medo da morte iminente.

3.3 OS CINCO ESTÁGIOS DE MORTE

3.3.1 BENEFÍCIOS DOS CINCO PRINCÍPIOS DO REIKI NOS CINCO ESTÁGIOS DA MORTE.

Uma das mais conceituadas médicas, considerada uma das pioneiras na abertura do tema “sobre a morte e o morrer”, Elizabeth Kubler-Ross, nos encoraja a olhar profundamente para o modo como cuidamos dos que estão morrendo e diz: “com amor incondicional, a morte pode se tornar uma experiência pacífica e até transformadora”. Seu Objetivo era melhorar o tratamento desses pacientes em fase terminal. Como se sentiam, como eles gostariam de ser tratados, apesar de dolorosa, que essa fase não se tornasse tão dolorosa. Suas pesquisas e estudos de casos e relatos entre médicos, capelães e alunos em visitas a pacientes terminais, definem as reações desses pacientes em cinco estágios que podem variar sua ordem, dependente de pessoa para pessoa.

3.3.2 Primeiro Estágio: Negação

Nesse estágio, o da negação, é frequente no começo de uma doença, a não aceitação da realidade eminente, quando o paciente está nesse estágio o sofrimento é pior do que a morte. Essa negação pode estar ligada à forma como recebe a notícia, tanto de uma doença, quanto de perda ou morte de uma pessoa amada.

Em entrevista a uma paciente, a Dra. Kubler Ross relata: “. em lugar de entender a origem de sua mágoa, o modo que encontrou para compensar seu próprio

isolamento, foi visitar outros doentes, pedir remédios para eles, atender às necessidades deles, que, na verdade, eram as suas magoas, eram uma fuga dos seus próprios ressentimentos (KUBLER, 1969 p.53)

- O Princípio do Reiki “Só por hoje não se preocupe” pode aplicar-se perfeitamente neste caso.

A preocupação, resulta da sensação de separação da totalidade do universo, recitar esse princípio, proporcionará Harmonia e o equilíbrio para consigo e com o meio que o rodeia.

A internalização deste princípio traz a confiança e entrega ao fluir da vida.

3.3.3 Segundo Estágio: A Raiva

Diante do diagnóstico, raiva é um efeito de mascaramento das emoções, e ressentimentos, amarguras, raiva essa que se propaga em todas as direções e projeta-se no ambiente em seu entorno. A culpa talvez seja a companheira mais dolorosa da morte. Quando uma doença é diagnosticada fatal. Raiva, racional ou não, mas o fato de tê-la externado contribuirá para melhor aceitar as horas finais.

Diante das inúmeras entrevistas KUBLER (1969) descreve que os pacientes que melhor reagem são aqueles que foram encorajados a extravasar suas raivas, comunicar seus temores e fantasias a quem puder sentar-se e ouvi-los em silêncio. Abrem a alma e participam sua solidão, às vezes com palavras, outras com pequenos gestos e comunicações não-verbais.

- O Princípio do Reiki “Só por hoje não se preocupe” pode aplicar-se perfeitamente neste caso.

A preocupação, resulta da sensação de separação da totalidade do universo, recitar esse princípio, proporcionará Harmonia e o equilíbrio para consigo e com o meio que o rodeia.

A internalização deste princípio traz a confiança e entrega ao fluir da vida.

3.3.4 Terceiro Estágio Barganha

Desamparo, vulnerabilidade o momento de se tentar negociar, implorar para mudar aquela situação, na tentativa de recuperar o controle com demonstrações de “e se” ... “E se tivesse procurado atendimento médico antes”?

Se eu deveria ter notado a mudança mais cedo?

Kubler relata "...Continuávamos o tratamento até que o paciente se sentisse aliviado de temores irracionais ou do desejo de punição causado por culpa excessiva, que as novas barganhas e as promessas não cumpridas haviam imposto, quando a "meta" escolhida já fora superada..." (KUBLER, 1969 p.59).

- O terceiro princípio, "Só por hoje, Sou Grato" se aplica adequadamente neste estágio.

Estar em gratidão, significa um reconhecimento das bençãos Divinas que obtemos através de tudo o que recebemos, sejam elas boas ou más.

Praticar a gratidão significa manter a conexão com a plenitude da vida e a sustentação dada por ela.

3.3.5 Quarto Estágio Depressão

O acúmulo dos estágios anteriores da raiva e da negação, geralmente, dá origem à depressão, e ao mesmo tempo ao silêncio, ao luto. Que pode estar ligado a doença terminal, ou a perda de alguém, e ao negar a morte eminente, mais difícil será alcançar o estágio de aceitação, com paz e dignidade" (KUBLER, 1969 p.77).

Em outras entrevistas Kubler relata "...Começam a apreciar a vida, quando estão a ponto de morrer, isto é, as pessoas morrem despreparadas para morrer, como vivem despreparadas para viver. Não precisamos passar pela dolorosa perda de alguém próximo, um choque da doença fatal, para encontrar significado e sentido na vida".

Pontos importantes descritos pelo autor RINPOCHE: lembrar de suas virtudes e não nos seus defeitos. Lembre-se de sua natureza divina. As pessoas que estão morrendo são vulneráveis à culpa, ao remorso, à raiva, à depressão. Servem como exemplo mais que significativo. Pois em vez de prender-se em seus erros, a pessoa pode morrer com a mente num estado mais tranquilo (RINPOCHE,1999).

- No quarto princípio do Reiki: "Só por hoje faço meu trabalho com dedicação" que é fazer o melhor que podemos com as condições disponíveis no momento. Se aplica também a diligência com o trabalho interno de evolução o que pode trazer entendimento e alento. Internalizar este princípio é quando o homem vive de acordo com sua integridade humana, em um caminho de condutas e práticas dedicadas diárias.

3.3.6 Quinto Estágio Aceitação

Quando a pessoa está no estágio de aceitação não significa que ela superou as mudanças do luto, da perda ou doença. Nessa fase há maior compreensão e entendimento do processo natural. Período de maior silêncio, desejo de ficar só, ou, pelo menos, que não o perturbem com notícias e problemas do mundo externo. Encontra-se uma certa paz e aceitação, o círculo de interesse diminui, não há mais diálogo, só o desejo de descansar e morrer em paz.

- Reiki é energia passiva e de amor incondicional, atua da melhor forma, em todos os sistemas, conforme aquilo que é possível para o receptor, pode auxiliar no próprio processo de passagem, proporcionando a paz e a tranquilidade para a uma transição serena (MAGALHÃES).

Aqui o Quinto Princípio do Reiki “Só por hoje seja gentil e bondoso” abre para a amorosidade para com todos os seres vivos”, começando por si mesmo.

4 KALOTANÁSIA - A MORTE BELA

Ana Claudia Q. Arantes (2016) médica no Hospital Israelita Albert Einstein, em São Paulo, e na unidade de Cuidados Paliativos exclusivos do HCFMUSP, comenta que a prática dos cuidados paliativos busca proporcionar e presenciar a kalotanásia: a morte “bela”. Melhorar a qualidade de vida dos pacientes no período de vida que lhes resta e a ortotanásia (morte correta) a forma significativa de transformar sem sofrimentos os seus últimos dias. Segundo ARANTES (2016), “O processo do morrer pode ser muito doloroso para a maioria das pessoas principalmente por conta da falta de conhecimento e habilidade dos profissionais de saúde ao conduzir esse tempo sagrado da vida humana. A terminalidade acontece quando não há tratamento que modifique o quadro do paciente.”. Segundo KUBLER ROSS (1969), A importância de ouvir a pessoa que está doente, pois são seres com sentimento e merecem amor, respeito e compaixão.

Um grupo de estudos britânico, por sua vez, identificou doze características da boa morte: (Floriani, C. A, 2013)

1. Saber quando a morte está próxima e compreender o que pode ser esperado;
2. Ser capaz de ter controle sobre o que ocorre;
3. Ter dignidade e privacidade garantidas;

4. Ter alívio e controle da dor;
5. Ter controle e poder escolher onde morrer (em casa ou em qualquer outro lugar);
6. Ter acesso às informações necessárias;
7. Ter acesso a qualquer suporte espiritual ou emocional requerido;
8. Ter acesso aos cuidados paliativos em qualquer lugar, não somente em hospitais;
9. Ter controle sobre quem está presente e com quem irá compartilhar o fim de sua vida;
10. Ser capaz de encaminhar diretivas antecipadas que assegurem que seus desejos serão respeitados;
11. Ter tempo para dizer adeus e controle sobre outros aspectos do tempo;
12. Ser capaz de partir quando for o tempo de ir e não ter a vida prolongada inutilmente. (Ciro Augusto Floriani - Moderno movimento hospice:2013)

Que cada momento seja uma oportunidade para mudar e nos preparar dedicadamente, de modo precioso e com paz de espírito, para a vida, para a morte e a eternidade.

CONCLUSÃO

A energia Reiki atua conforme as necessidades do receptor/paciente buscando proporcionar um estado de equilíbrio. Reiki não tem promessas de cura e nem de mudar resultados predeterminados. Pode tornar a passagem pela vida mais pacífica, mais agradável e menos dolorida. A Energia Reiki ajuda o corpo e/ou a mente a encontrar o caminho de volta a um lugar de plenitude, dignidade, bondade, compaixão, além de amenizar o alívio da dor proporcionando paz e tranquilidade ao indivíduo, ao passar por momentos decisivos e de mudanças, tais como uma separação, afastamento dos filhos, um tratamento de saúde, demissão, menopausa, luto, entre outros. O auxílio do Reiki, mesmo sem a promessa de cura, pode tornar o processo menos doloroso, contribuindo no alívio e para o equilíbrio das emoções, associadas aos cinco estágios do viver e do morrer. Diante do confronto com uma doença terminal fica mais evidente a percepção de como a pessoa interpreta e sente a situação. Pode ver a doença como um fardo (a negação), um peso, (a raiva), os estágios de medos e de arrependimentos (barganha e a depressão) ou em algo de maior valor, “sua essência, o amor”. O sofrimento no processo do morrer também pode estar ligado ao reconhecimento de ter vivido uma vida sem significado, sem sentido ou uma vida de auto esquecimento. Neste processo pode haver uma valiosa oportunidade, tanto para o profissional como para o paciente, de crescimento e de experiência tanto interna quanto externa do ser, da existência humana, da sua própria imortalidade, e no amor incondicional.

5 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. PETTER, FRANK ARJAVA - Isto é Reiki, Ed. Pensamento – São Paulo – 2013.
2. KUBLER-ROSS, Elisabeth. Sobre a Morte e o Morrer. São Paulo: Editora Martins Fonte, 1969.
3. ARANTES, ANA CLAUDIA QUINTANA. A morte é um dia que vale a pena viver: e um excelente motivo para se buscar um novo olhar para a vida. Rio de Janeiro: Editora Sextante, 2016.
4. RINPOCHE, SOGYAL - livro Tibetano do viver e do morrer, Ed. Talento -São Paulo – 1999.
5. COUTINHO MARIA ISABEL MONSANTO POMBAS DE SOUSA - Reiki Jikiden Reiki Instituto Politécnico de Lisboa Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa – 2017.
6. MAGALHÃES, JOÃO - Reiki Guia do Método de Cura, - Ed. Original Nascente – 2017.
7. MAGALHÃES, JOÃO - A importância do Reiki nos Cuidados Paliativo, Associação Portuguesa de Reiki – 2016.
8. MAGALHÃES, JOÃO - Reiki e a morte - Associação Portuguesa de Reiki – 2013 acesso 05/03/21.
9. SCHEREINER, ULA LÉA - Reiki Usui de cura Natural – A transformação, – Instituto Hoben Lótus – 2016.
10. FLORIANI, CIRO AUGUSTO - Moderno movimento hospice: kalotanásia e o revivalismo estético da boa morte, Rio de Janeiro, 2013.
11. MINISTÉRIO DA SAÚDE. 145/2017: PORTARIA Nº 849. [SI]: Saúde Legis - Sistema de Legislação da Saúde, 2017. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_28_03_2017.html. Acesso em: 05 mar. 2021.
12. <https://siteantigo.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/psicologia/tanatologia-o-estudo-da-morte-e-do-morrer/59896> acesso 15/02/2021.
13. KUMAR, Neeta. WHO normative guidelines on pain management . Geneva, june, 2007. 15/02/2021.