

# **A relação dos chakras e do desempenho das práticas de massoterapia e aromaterapia no resgate ao prazer pela vida.**

**Índigui Elisabeth Colla Januário<sup>1</sup>**

**Resumo:** O prazer é uma questão de percepção, que depende de cada indivíduo, prazer está relacionado em realizar aquilo de que se gosta, ou seja, algo em que se sinta satisfeito. V.S trouxe como motivo principal um estado deprimido, devido ao término de um relacionamento. Procurou-se demonstrar a influência dos centros energéticos no resgate ao prazer pela vida. Foi utilizado a Iridologia, o padrão reflexológico, os chakras, a fisiognomonia e a avaliação postural como métodos avaliativos no decorrer do processo da interagente. Em cada sessão pode-se observar através de avaliações naturológicas que a interagente demonstrou mudanças significativas em relação ao seu processo. No término dos atendimentos V.S relatou que estava pronta para iniciar um novo relacionamento, na qual sentia-se novamente com prazer em realizar seus afazeres diários e em sua vida. Observou-se que ocorreu o equilíbrio energético após os atendimentos. O padrão reflexológico modificou-se completamente, estando mais sensíveis os pontos reflexos relacionados com os chakras que foram dados ênfase, resgatando o prazer pela vida e proporcionando a consciência corporal da interagente.

**Palavras – chave:** Prazer. Massoterapia. Aromaterapia. Chakras

## **INTRODUÇÃO**

Segundo Page (2001) prazer é uma questão de percepção, que depende de cada indivíduo, prazer está relacionado em realizar aquilo de que se gosta, ou seja, algo em que se sinta satisfeito. Podemos ter prazer em tudo na vida, em relação à família, amigos, relacionamentos, etc.

O prazer que sentimos pela vida está relacionado diretamente com o segundo chakra, pois segundo Page (2001) este centro de energia demonstra nossa relação com o mundo.

“Chakras são centros de energia do ser humano que se assemelham a rodas de energia. Os chakras estão de alguma forma envolvidos na captação das energias superiores e na sua transmutação numa forma utilizável na estrutura humana.” (GERBER, 1988, p.104)

---

Acadêmica da 9ª fase do curso de Naturologia Aplicada da Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL).  
Rua: Prefeito Reinaldo Alves 25 – Cidade Universitária Pedra Branca. CEP: 88130-000. Palhoça –SC, Brasil.  
E-mail: indigui@hotmail.com

A energia dos chakras pode provir tanto do corpo físico como de estados emocionais, de pensamentos e da relação da pessoa com o meio em que vive. Se pelo menos um desses fatores estiver em desequilíbrio o fluxo energético será prejudicado.

O chakra sacral está relacionado com a relação afetiva entre colegas de trabalho, entre cônjuge, entre familiares, amigos, dinheiro etc.

“O chakra sacral é o centro de todas as relações, qualquer coisa com a qual estamos dispostos a interagir a fim de nos encontrar torna-se algo íntimo, que nos pede para nos abirmos para o mundo nos dispormos trocar energia para vivenciarmos nossa essência até o fundo da alma.” (PAGE 2001, p.155)

“As emoções e os sentimentos existem para ser registrados, quer expressos externa ou internamente e depois usados com objetivos de aprendizado e compreensão da alma.” (PAGE 2001, p.75)

Quando sentimos uma emoção, essa emoção é acompanhada não somente por um efeito físico e um pensamento mental, mas também por um sentimento.

“Quando estamos bem com nós mesmos, sentimos um estímulo energético no chakra do umbigo. Pois o fato de estarmos satisfeito com nossas atividades, promovemos o bem-estar e conseqüentemente sentimos prazer.” (GOSWAMI, 2004, p.152)

Segundo Page (2001) como as relações afetivas também estão relacionadas com o prazer, pode-se dizer que elas não se limitam a pessoas em geral, nem a uma pessoa em particular. Quando deixa-se de relacionar e de estabelecer ligações, para-se de crescer, o que traz grande sofrimento.

Uma forma de entrar em contato com o outro e promover uma forma de prazer é através do toque.

“Através do toque todas as formas de terapia manual podem oferecer a experiência interpessoal imediata de que o ato de ser tocado externamente e o ato de ser tocado internamente se correspondem e estão em interação.” (MARQUARDT, 2005, p.12)

“O toque em si mesmo, possui um imenso valor e transmite uma mensagem imediata de carinho, aceitação e apoio. É fator essencial no estabelecimento de um senso de auto-estima para o paciente.” (CASSAR 2001, p.86)

A massoterapia auxilia o indivíduo a ter um contato consigo, através da consciência corporal, aceitando-se por meio do toque e conseqüentemente aos poucos criando uma abertura para os prazeres da vida.

Segundo Fritz (2002) através do toque proporciona-se um efeito reflexo que estimula o sistema nervoso, o sistema endócrino e as substâncias químicas do corpo.

As principais substâncias químicas neuroendócrinas influenciadas pela massagem são: Dopamina, Serotonina, Noradrenalina, Endorfina e Cortisol.

Segundo Fritz (2002) esses hormônios estarão influenciando no aspecto do humor em termos de emoções, proporcionando alegria para o interagente, ou seja, vontade de viver, auxiliando no aspecto do prazer pela vida.

“A Massoterapia é a arte científica e o sistema de aplicar manual e sistematicamente uma técnica ao tecido mole superficial da pele, músculos, tendões, ligamentos e às fâscias, e o toque é uma forma de comunicação fundamental e personalizada, possibilitando respostas fisiológicas como as mudanças na concentração de hormônios, alteração na atividade dos sistemas nervoso central e periférico e na regulação dos ritmos do corpo.” (FRITZ 2002, p.38)

”A massagem pode proporcionar o tipo de toque de que precisamos para nos vivenciarmos de forma plena.” ( BERRY 2003, p.35 )

“A pele mais a sua camada externa, a epiderme, produz uma substância que é indistinguível imunologicamente da timopoiatina, hormônio da glândula timo, que está ativa na diferenciação de linfócitos T.” (MONTAGU, A 1905, p.194)

As práticas naturais, demonstra para o homem que a natureza é uma fonte riquíssima de saúde, pois são instrumentos que proporcionam a força curativa existente em todo ser vivo.

A massoterapia, como foi citado acima, e a aromaterapia, proporcionam ao indivíduo uma forma de entrar em contato com suas emoções e perceber através do toque, como essas práticas influenciam na percepção dos prazeres pela vida.

A aromaterapia proporciona ao indivíduo um equilíbrio energético, trabalhando todos os seus aspectos emocionais, mentais e físicos.

“ A aromaterapia é a arte de usar óleos essenciais na cura. Os óleos essenciais são substâncias gordurosas voláteis; são extratos vegetais altamente concentrados que contêm hormônios, vitaminas, antibióticos e anti-sépticos. Podemos dizer que os óleos essenciais representam o espírito, a alma da planta – a forma mais concentrada de energia vegetal.” (LAVABRE, 1997 p.11)

Segundo Price (2002) aromaterapia é a utilização de óleos essenciais extraídos de plantas, com o objetivo de promover saúde e bem estar à totalidade do indivíduo, isto é, ao conjunto formado por corpo, mente e emoções. O óleos essenciais possuem duas trajetórias de ação no corpo. A principal via de ação é através da inalação, pois penetram através das fossas nasais sendo absorvidas pelo cérebro atingindo o sistema límbico e através do pulmão no centro do cheiro, possuindo efeito sobre as emoções. A segunda via é a aplicação dos óleos essenciais sobre a pele, os quais atuam sobre a mesma e são absorvidos, atingindo a corrente sanguínea e tecidos celulares.

O toque em um estado deprimido é muito significativo, pois o toque é na verdade uma arte. Através do contato proporciona-se ao interagente a sensação de conforto, bem estar e segurança, auxiliando no processo da auto-estima, que também está relacionado com o prazer pela vida.

Segundo Montagu (1905) o cérebro precisa ser realimentado por informações oriundas da pele, a fim de efetuar os ajustamentos necessários em resposta aos dados captados.

O presente artigo pretende apresentar a relação dos chakras, com ênfase no chakra sacral, e do desempenho das práticas de massoterapia e aromaterapia em relação com o prazer pela vida.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

O artigo apresentado refere-se há uma pesquisa exploratória<sup>1</sup> e qualitativa<sup>2</sup> baseada em um estudo de caso.

O caso em questão refere-se a V.S, sexo feminino, 33 anos, separada. Há 8 meses iniciou um novo relacionamento que teve durabilidade de 2 meses. Com o término do mesmo a interagente entrou em um estado deprimido. Relatou que foi o suficiente para criar um vínculo amoroso que a fizesse perder o interesse pela vida.

Trabalha como auxiliar administrativa e não está satisfeita.

Os atendimentos ocorreram no Centro de Práticas Naturais, na Unisul – Pedra Branca, Palhoça (SC), e foram realizados semanalmente, iniciando-se na data de 15 de Agosto de 2007, estendendo-se até 10 de Outubro de 2007.

No primeiro atendimento foi realizado o registro de interagência<sup>3</sup>. Para o acompanhamento das sessões foi utilizada a ficha de evolução semanalmente, onde eram registradas as mudanças dos estados evolutivos da interagente.

---

<sup>1</sup> As pesquisas exploratórias “têm como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a construir hipóteses (...), o aprimoramento de idéias ou a descoberta de intuições”. Gil (2002, p. 41)

<sup>2</sup> A abordagem qualitativa “aprofunda-se no mundo dos significados das ações e relações humanas, um lado não perceptível e não captável em equações, médias e estatísticas.” Minaejo (2004)

<sup>3</sup> É um documento onde contém dados sobre a interagente, tanto físicos, energéticos como emocionais.

A ficha de evolução contém dados como sinais vitais, na qual verificou-se no início e final dos atendimentos. Os materiais utilizados para a verificação de sinais vitais foram esfignomanômetro para verificação da pressão arterial e termômetro para a verificação da temperatura corporal. Foram verificadas também a frequência respiratória e a frequência cardíaca.

Realizou-se a fisiognomonia<sup>1</sup> semanalmente para avaliação das modificações dos sinais da face.

Nos primeiros e últimos atendimentos realizou-se o padrão reflexológico<sup>2</sup> na qual é feita uma avaliação dos pontos reflexos dos pés, verificando-se tanto desequilíbrios energéticos quanto a temperatura, cor, descamações, calosidades, etc.

Utilizou-se o pêndulo<sup>3</sup> para a verificação da vibração dos centros energéticos semanalmente, na qual foram verificados no início e no final dos atendimentos. A somatização das duas verificações, resulta na avaliação do padrão dos centros energéticos que a interagente apresenta no momento. Foram utilizados gráficos para observar as mudanças dos centros energéticos. (em apêndice)

Segundo Crea (1992) o corpo possui centros de energia (chakras), quando estão em desequilíbrio podem gerar um bloqueio, sobreatividade ou infratividade.

Foi determinado que será sobreativo quando girado positivamente, infrativo quando girado negativamente e bloqueado quando estiver parado ou apresentar tanto aspectos sobreativos quanto infrativos.

Foi realizada a avaliação postural, no primeiro e último atendimento. Observou-se alinhamentos da postura e apalpou-se os tecidos corporais da interagente, para identificar a temperatura, nódulo, tipo de pele etc.

Foi utilizada também para avaliação a análise iridológica. Através da íris pode-se verificar os aspectos comportamentais do interagente e os aspectos físicos, como constituição, debilidade orgânica, fragilidade em algum órgão, etc.

---

<sup>1</sup>Fisiognomonia é uma avaliação da face, são os sinais que chamamos de indicadores: cor da pele, erupções, descamações, linhas de expressão e edema. MENDONÇA (2007, p.85)

<sup>2</sup> O mapa utilizado para avaliação dos pontos reflexos dos pés é o de GILLANDERS (1999)

<sup>3</sup> O pêndulo está sintonizado com a energia a qual estamos tratando, possuindo uma frequência semelhante ao nível energético dos chakras. LISANTY (2006)

Fotografou-se uma vez a foto da íris, no início dos atendimentos. A máquina utilizada foi Sony Cyber Shot, P73 com Iridophoto.

“A irisdiagnose é uma ciência-arte cujo método propedêutico permite através da observação da íris, conhecer num dado momento, a constituição geral e parcial do indivíduo, bem como os estágios evolutivos, agudo, sub agudo, crônico e degenerativo das alterações e é refletido na íris, através de uma topografia, onde cada órgão encontra-se representado em um ou mais mapas iridológicos, permitindo uma abordagem completa do ser vivente.”BATELLO ( 1999 pg13).

Realizou-se nove sessões de massoterapia e aromaterapia. As manobras utilizadas foram, effleurage ou deslizamento (superficial e profundo), petrissage e fricção. Aplicou-se manobras nos membros inferiores, nas costas, no abdômen e tórax. A massagem foi de aproximadamente 30 minutos, com velocidade lenta nas primeiras sessões, passando à moderada e por ultimo, no final dos atendimentos aplicou-se velocidade rápida. A pressão aplicada foi moderada.

Juntamente com a Massoterapia foi utilizado a Aromaterapia. Os óleos essenciais escolhidos foram: Bergamota (*citrus bergamia*), Gerânio (*Pelargonium graveolens*), Lavanda (*Lavandula officinalis*), Ylang- Ylang (*Cananga odorata*). Os óleos foram diluídos em creme neutro, com uma concentração de 0,5%.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

No início dos atendimentos foi relatado pela interagente que após o término do namoro, não se sente preparada para iniciar um novo relacionamento e que está deprimida. Sente-se feia, e que após o ocorrido procurou isolar-se.

A interagente apresentou-se fragilizada, pois quando relatou sobre o término do relacionamento seus olhos lacrimejaram, demonstrando maior sensibilidade. Na primeira sessão apresentou uma avaliação energética em desequilíbrio ( ver gráfico 1 em apêndice ); demonstrando o primeiro, o segundo, o terceiro, o quarto e o sétimo chakras bloqueados.

Segundo Crea (1992) existem vários fatores que podem originar um bloqueio energético, como por exemplo, uma predisposição energética herdada ou adquirida por uma enfermidade, ou alteração da força vital que pode ocorrer por um trauma ou influência do meio em que vive, alterando todo o aspecto psicofísico e emocional da pessoa.

No bloqueio energético encontramos tanto características de infratividade, quanto de sobreatividade. Neste estudo de caso especificamente, encontra-se características dos dois padrões energéticos que juntos ocasionam o bloqueio.

“ A quantidade de fluxo energético através do chakra raiz é um reflexo da capacidade de o indivíduo ligar-se à terra e atuar efetivamente no plano terrestre no seu dia-a-dia.” (GERBER 1988 p.319)

Segundo Gerber (1988) o chakra raiz está associado com os instintos básicos de sobrevivência. E pela vontade de viver.

A intergente relatou que em sua vida não acontecia nada que a fizesse sentir-se feliz e por esse motivo, sentia-se sem vontade de sair, de conhecer pessoas novas.

Na fisiognomonia V.S apresentou-se com acnes na região do sistema reprodutor, que está relacionado com o segundo chakra que se apresentava em desequilíbrio. Sua pele apresentou-se oleosa.

“ O chakra sacro está associado “a expressão das emoções sensuais e da sexualidade.” (GERBER 1988 p.318)

V.S, após o término de seu relacionamento sofreu muito, não querendo relacionar-se novamente, pois sentia-se ligada ao relacionamento anterior.

Este centro energético como já dito anteriormente está relacionado com o prazer pela vida. O modo como o indivíduo se relaciona com o mundo.

Quando ocorre um desequilíbrio em um chakra, automaticamente os outros são influenciados.

“A kundalini é simbolizada por uma serpente enrolada na região sacro/coccigiana. A serpente enrolada representa uma poderosa energia sutil pronta para entrar em ação. Somente após a ocorrência das alterações apropriadas nas atitudes e no modo de meditar do indivíduo é que essa força se dirige para cima, através da via espinhal adequada, e ativa cada um dos chakras principais durante sua ascensão até o chakra da coroa. A kundalini é a força criativa que contribui para o alinhamento dos chakras, a liberação do *stress* armazenado nos centros corporais e para a elevação da consciência para os níveis espirituais superiores.” (GERBER, 1988 p.319)

Como foi citado acima, o modo como se lida perante uma situação influencia diretamente em nossos centros energéticos. V.S, quando iniciou seus atendimentos acreditava que sua vida ficou sem sentido. A mesma não procurou reagir nesta situação, entregando-se ao sofrimento. Ocasionalmente bloqueios em seus chakras.

No padrão reflexológico a intergente relatou dores na região dos rins, demonstrando um desequilíbrio energético nesta região que está relacionado com o segundo centro energético.

Segundo Gerber (1988) o segundo chakra está relacionado com o elemento água, na qual o rim está diretamente interligado.

“O elemento água está relacionado com as emoções, é determinante no desenvolvimento da harmonia, da felicidade, das relações com as demais pessoas, e no desenvolvimento da verdadeira liderança.” (LISANTY, 2006, p.31)

“ O chakra do plexo solar está relacionado com o poder pessoal, com o modo como o indivíduo vê a si mesmo em relação aos outros e com o modo como eles vivem suas vidas.” (GERBER 1988, p.316)

O centro do plexo solar está associado às emoções. De acordo com Gerber (1988) o modo como o indivíduo lida com as emoções está diretamente relacionado com o plexo solar e o grau de controle que parece ter sobre sua vida.

Na análise iridológica foi observado que a interagente, de acordo com a escola alemã, possui características de misto biliar. Segundo Batello (1999) são indivíduos que tem uma pré-disposição em desenvolver disfunções no fígado. A interagente não apresenta disfunções físicas neste órgão, porém de acordo com a medicina tradicional chinesa o fígado está relacionado com a emoção raiva. Quando a raiva é reprimida pode transformar-se em depressão. Maciocia (1996)

“O chakra da coroa é considerado um dos mais elevados centros de vibração do corpo sutil, está associado a uma profunda busca interior: a chamada busca espiritual.” (GERBER, 1988 p. 306)

Segundo Wills (1992) o chakra da coroa está situado fora do corpo físico e está relacionado com a consciência superior do verdadeiro eu.

A interagente quando iniciou as práticas relatou que estava em busca de autoconhecimento e queria entender o motivo por estar passando por tanto sofrimento.

Foi realizado as práticas de massoterapia e aromaterapia, com o intuito de alterar o estado deprimido, proporcionando à V.S através do toque a busca do prazer pela vida, procurou-se ainda observar as mudanças ocorridas nos centros energéticos.

Inicialmente realizou-se a avaliação dos tecidos moles da interagente, através da massagem com deslizamento superficial. O intuito era de observar as expressões e sensações relatadas pela mesma e verificar as características da pele como temperatura, coloração, etc. Durante a avaliação observou-se que a interagente lacrimejava involuntariamente com o toque, e que seu abdome estava rígido, e relatava dor enquanto tocou-se no momento.

“O deslizamento superficial é utilizado na massagem para iniciar as manobras, proporcionando conforto geral.” (CLIFFORD, 2003, p.139)

Na avaliação iridológica, foi observado que o padrão comportamental da interagente é do tipo Agitador – flor com Corrente.

“ O tipo agitador são pessoas zelosas, singulares, devotas e leais. Possuem capacidade de perseverança, aprendem pela intuição e pelo toque.” (BATELLO 1999, p.143)

A interagente relatou em consultório ser uma pessoa intuitiva e quando era tocada durante a massagem surgiam pensamentos e sentimentos relacionados ao seu processo deprimido.

“O tipo flor são pessoas românticas e quando em desequilíbrio apresentam características depressivas”. (BATELLO 1999, p.140)

O comportamento do tipo corrente está relacionado com a insegurança. Segundo Batello (1999) em desequilíbrio o tipo corrente age como se estivesse desamparado. A interagente relatou durante as práticas que sentia-se insegura em relação ao seus sentimentos, pois não acreditava na possibilidade de relacionar-se novamente.

Na fisiognomonia V.S apresentou-se com sulcos profundos na região do pulmão, na qual este órgão está relacionado com o quarto centro energético que encontrava-se em desequilíbrio. ( ver gráfico 1 em apêndice )

De acordo com Gerber (1988) este centro energético está relacionado com a nossa capacidade de expressar o amor, seja pelos outros, como por si mesmo.

Na avaliação postural, verificou-se uma postura curvada, ou seja, uma protusão dos ombros que segundo Berry (2003) demonstra tristeza e dor não resolvida. E na avaliação iridológica observou-se que a interagente possui uma característica comportamental, na qual a mesma tem uma pré-disposição em ser deprimida. O fato de V.S isolar-se do mundo, ou seja, de não se permitir novamente em relacionar-se afetivamente, pode ter ocasionado essa protusão de ombros. Pois a postura está diretamente relacionada com o nosso estado emocional.

Segundo Berry (2003) quando corrigimos a postura, automaticamente o nosso estado emocional modifica-se ou vice-versa. E conseqüentemente pode –se auxiliar nos chakras que estão em desequilíbrio.

As manobras aplicadas durante as sessões foram também, com o intuito de através do toque promover a liberação de hormônios, para auxiliar no estado deprimido da interagente, proporcionando o prazer pela vida para a mesma.

“O toque é a ferramenta para a massagem. O toque expressivo é o toque aplicado para dar suporte e comunicar consciência e empatia para o interagente enquanto um ser global. Um

exemplo disso é usar a massagem para o prazer e relaxamento geral a fim de dar conforto ao interagente.” (FRITZ, 2002 p. 09)

A serotonina é liberada através da massagem. Segundo Fritz (2002) esse hormônio regula o humor, permitindo que a pessoa mantenha um comportamento adequado ao contexto em que está vivendo.

“ A serotonina também envolve a saciedade; níveis adequados reduzem a sensação de fome e ânsia, como a de comida e sexo. Também modula o ciclo de sono/vigília. O baixo nível de serotonina tem implicação na depressão, distúrbios alimentares, problemas de dor e desordens obsessivo-compulsivas.” (FRITZ, 2002 p.153)

Segundo Fritz (2002) uma pessoa solitária e deprimida sente-se mais animada depois da massagem, pois ocorre o aumento de serotonina e ocitocina. O toque, pode alterar este quadro deprimido, proporcionando um maior contato com o prazer pela vida.

“A ocitocina é um hormônio que pode ser associado à relação par ou casal, na ligação dos pais, nos sentimentos de atração e de tomar conta junto.” (FRITZ, 2002 p.156).

“ A delicadeza e o respeito do toque podem ajudar a curar as dolorosas lembranças do passado.” (BERRY, 2003 p.240). Com a massoterapia em especial as manobras, pode-se alterar o estado em desequilíbrio.

Segundo Clifford (2003) a petrissage foi útil no auxílio dos estados deprimidos e outras condições com componentes afetivos.

A fricção foi realizada no final dos atendimentos, por ser uma manobra repetitiva, que consiste na esfregação rápida da superfície corporal. Como a mesma encontrava-se em um estado deprimido, essa manobra proporcionou uma mudança no padrão energético, modificando o seu estado. ( ver gráfico 7 em apêndice )

No início dos atendimentos a prática foi aplicada com velocidade lenta e com pressão moderada, com o intuito de proporcionar a mesma uma sensação de conforto. Durante as massagens a interagente apresentava-se em um estado choroso, ou seja, com uma sensibilidade exacerbada. Após algumas sessões a velocidade foi modificada, passando para moderada e V.S, relatava sentir-se mais animada em relação há quando iniciou os atendimentos, mas que continuava sem ânimo e sem vontade de viver. Quando iniciou-se a velocidade rápida a mesma relatou que sentia-se energizada e com ânimo e coragem para realizar seus objetivos. Juntamente com a massoterapia foi utilizada a aromaterapia potencializando as práticas e auxiliando no equilíbrio energético, resgatando o prazer pela vida.

Segundo Corazza (2004) através da inalação com os óleos essenciais, acessou-se o sistema límbico e conseqüentemente entrou em contato com as lembranças e emoções que foram ativadas devido o cheiro.

Foram escolhidos de acordo com o processo de V.S quatro óleos essenciais, como foi descrito anteriormente. Em cada sessão era proposto para a interagente sentir os quatro óleos essenciais e escolher um, na qual sentia-se mais atraída, ou seja, lhe proporcionava uma sensação agradável. Assim ocorreu até a última sessão.

“ O olfato é o nosso sentido mais íntimo e mais diretamente ligado ao cérebro.” (CORAZZA, 2004 p.49)

Segundo Price (2002) o indivíduo pode fazer associações prazerosas ou não com o cheiro, dependendo do que foi vivenciado.

Nos primeiros atendimentos o óleo escolhido pela interagente foi o de bergamota. E este óleo proporciona coragem e confiança.

“ O óleo de bergamota refresca e elimina estados depressivos ou de angústia. Ativa as forças de autodeterminação, aceitação de si mesmo, fazendo perceber com mais clareza as atitudes e pensamentos.” (ULRICH, 2004 p.83)

Quando a interagente escolheu este óleo a mesma encontrava-se sem auto confiança e sem perspectivas em sua vida.

Outro óleo escolhido através da eliminação olfativa foi o de gerânio, depois de ter utilizado o de bergamota. O Gerânio auxilia em todos os aspectos hormonais da mulher.

Segundo Corazza (2004) o óleo de gerânio é indicado para depressão, menopausa, TPM, acne.

“ O gerânio alivia a tensão nervosa, angústia, depressão, estimulação do hemisfério direito; harmoniza o raciocínio lógico e a intuição.”(ULRICH, 2004 p. 113)

V.S relatou que sentia-se diferente, pois seus hormônios estavam oscilando, ocasionando tensão pré menstrual, e todas as vezes que a mesma escolheu este óleo encontrava-se no período menstrual, estes sintomas iniciaram após a utilização dos óleos essenciais.

Nas últimas sessões foi utilizado o óleo de lavanda. Segundo Ulrich (2004) é um óleo equilibrador que auxilia na decisão para direcionar os rumos da vida.

Quando a interagente escolheu este óleo, relatou que estava sentindo-se melhor em relação aos acontecimentos de sua vida e que estava pronta pra iniciar um novo relacionamento.

No último atendimento o óleo essencial escolhido foi o Ylang – Ylang.

“ O ylang – ylang dissolve tensões e angústia, raiva e falta de auto estima.” (ULRICH, 2004 p.169). Na escolha do óleo foi relatado pela interagente que a mesma estava pronta para iniciar um novo relacionamento e que sentia-se muito mais feliz e realizada com sua vida e que neste momento estava planejando novos projetos. Quando a interagente mudava seu campo energético, a mesma escolhia outro óleo essencial.

No final do atendimento foi verificado o padrão reflexológico novamente, e observou-se desconforto com o toque nas áreas reflexas do pulmão, rins, bexiga e coluna. E essas áreas estão relacionadas com os centros energéticos que foram alterados, ou seja, que antes estavam em desequilíbrio e após a última sessão eles harmonizaram. (ver gráfico 9 em apêndice ).

V.S apresentou-se deprimida nas primeiras sessões, na qual foi modificando este quadro ao longo dos atendimentos. Quando relatava sobre seus conflitos, a mesma chorava constantemente, com dificuldades em controlar essa emoção involuntária. Podemos observar nos gráficos em anexo, através das avaliações dos centros energéticos, como a interagente apresentou-se no início e como a mesma estava no término dos atendimentos. Iniciou com bloqueios energéticos e ao longo dos atendimentos V.S foi equilibrando seus chakras, com auxílio da massoterapia e da aromaterapia. Pode-se observar que através do toque influenciou-se nos centros energéticos e proporcionou-se a interagente um equilíbrio energético, resgatando o prazer pela vida. Pois a mesma relatou que no término das sessões estava pronta para iniciar um novo relacionamento, sentindo-se feliz por acreditar em si mesma.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Observa-se, portanto, que com a atuação das práticas naturais, neste caso a massoterapia e a aromaterapia, modificou-se o padrão energético existente, proporcionando a interagente a percepção sobre si mesma.

Verificou-se que o bem estar, emocional e energético ocorrem simultaneamente, e o desejo da pessoa em prosperar auxilia no avanço do processo.

Cada ser humano é único e o estado deprimido da interagente ocasionava bloqueios energéticos em determinados chakras, citados anteriormente. E que este mesmo estado em outro indivíduo pode desenvolver um desequilíbrio em outros centros energéticos.

A avaliação dos chakras é eficaz para a compreensão do interagente em sua totalidade e a reação quanto às modalidades aplicadas, incluindo os aspectos emocionais, mentais e físicos e sua relação com o meio. E a visualização dos gráficos facilitou a verificação das mudanças ocorridas durante a interagência.

Quando inicia-se um estudo, deve-se estar flexível para as mudanças que podem ocorrer durante a pesquisa. Ao iniciar as práticas foi elaborado um plano de atendimento, como por exemplo, o ritmo proposto para as manobras que foi lento e depois modificou-se para moderado. E durante os atendimentos foi percebido a necessidade de alterar este ritmo para rápido. No caso específico seria mais adequado para a interagente, devido as modificações físicas, emocionais e energéticas trazidas pela mesma.

Ao modificar os centros energéticos da interagente, de bloqueado para sobreativo médio, foi alcançado o objetivo proposto para a mesma.

Foi observado que alterando o padrão energético da interagente, o padrão reflexológico modificou-se conseqüentemente. Ocorreu mudanças na verificação do primeiro dia de atendimento para o último, os pontos reflexos doloridos verificados no término dos atendimentos estavam relacionados com os órgãos associados com os chakras que foram trabalhados.

Conclui-se então que somos um ser único, a união do corpo energético, físico e mental. E quando modifica-se qualquer um desses padrões automaticamente influencia-se nos outros. E que as práticas propostas para o caso auxiliaram no resgate ao prazer pela vida, proporcionando para a interagente a compreensão de seu estado (deprimido), a consciência corporal e a confiança em si, e assim, estar mais disposta para realizar seus planos e desejos.

**REFERÊNCIAS**

ANDRADE, Carla-Krystin; CLIFFORD, Paul. *Massagem: técnicas e resultados*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003. 336 p.

BATELLO, Celso Fernandes. *Iridologia e irisdiagnose: o que os olhos podem revelar*. São Paulo: Ground, 1999.

BERRY, Carmen Renee. *Memória corporal: o que significa a dor e como massagens e terapias podem ajudar na recuperação*. Rio de Janeiro: Nova Era, 2003. 252 p.

CASSAR, Mario-Paul. *Manual de massagem terapêutica: um guia completo de massoterapia para o estudante e para o terapeuta*. São Paulo: Manole, 2001.

CORAZZA, Sônia. *Aromacologia: uma ciência de muitos cheiros*. São Paulo: SENAC São Paulo, 2004.

CREA, Pedro. *Gemas: gemoterapia, manual práctico y clínico*. Buenos Aires: Continente, 1992.

DAVIS, Patrícia. *Aromaterapia*. São Paulo: Martins Fontes, 1996. 507 p.

FRITZ, Sandy. *Fundamentos da massagem terapêutica*. 2.ed. São Paulo: Manole, 2002.

GERBER, Richard. *Medicina vibracional: uma medicina para o futuro*. 6. ed. São Paulo: Cultrix, 1999. 463 p.

GIL, Antonio Carlos. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GILLANDERS, Ann. *O Guia familiar para a reflexologia*. São Paulo: Manole, 1998.

GOSWAMI, Amit. *O Médico quântico: orientações de um físico para a saúde e a cura*. Ed. São Paulo: Cultrix, 2006.

LAVABRE, Marcel. *Aromaterapia: a cura pelos óleos essenciais*. Rio de Janeiro: Record, 1997.

LISANTY, Angélica. *Elixir de cristais: para saúde física, mental, emocional e espiritual*. São Paulo: Madras, 2006.

MACIOCIA, Giovani. *Os fundamentos da medicina chinesa: um texto abrangente para acupunturistas e fisioterapeutas*. São Paulo: Roca, 1996.

MARQUARDT, Hanne. *Reflexologia pelos pés*. 5. ed. Ver e ampl. Barueri, SP: Manole, 2005.

MINAEJO, M.C.S. *Pesquisa social: teorias, métodos e criatividade*. Rio de Janeiro: Vozes, 2004.

MENDONÇA, Graciela, *Geoterapia*. Tubarão: Unisul, 2007.

MONTAGU, Ashley. *Tocar: o significado humano da pele*. 8. ed. São Paulo: Summus, 1988.

PAGE, Christine. *Anatomia da cura: o significado da doença física, mental e espiritual*. São Paulo: Ground, 2001.

PRICE, Shirley. *Aromaterapia e as emoções: como usar óleos essenciais para equilibrar o corpo e a mente*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2002. 316 p.

ULRICH, Hermann. *Manual prático de aromaterapia*. Porto alegre: Premier, 2004.

WILLS, Pauline. *Manual de reflexologia e cromoterapia: combinando as técnicas dessas duas modalidades de cura com os conhecimentos da energia que flui através da aura e dos chakras*. São Paulo: Pensamento, 1992.

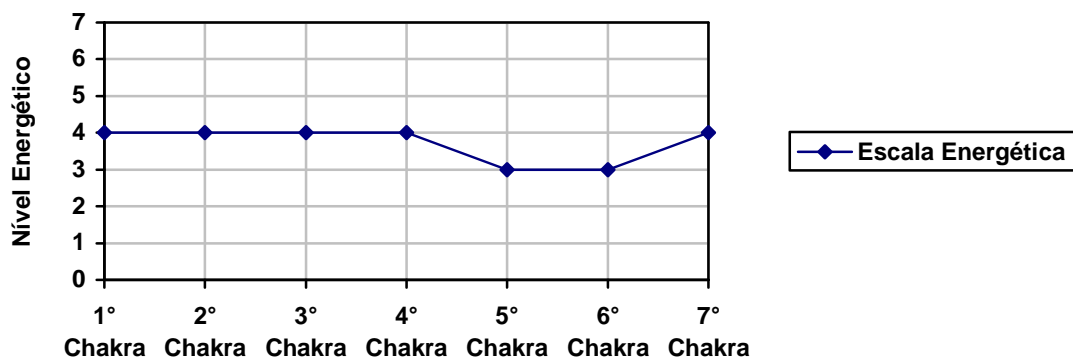
## APÊNDICE

Legenda dos valores d eixo (Y):

Valores no eixo (Y)	Nível Energético
7	Sobreativo Alto
6	Sobreativo Médio
5	Sobreativo Baixo
4	Bloqueio Energético
3	Infrativo Alto
2	Infrativo Médio
1	Infrativo Baixo

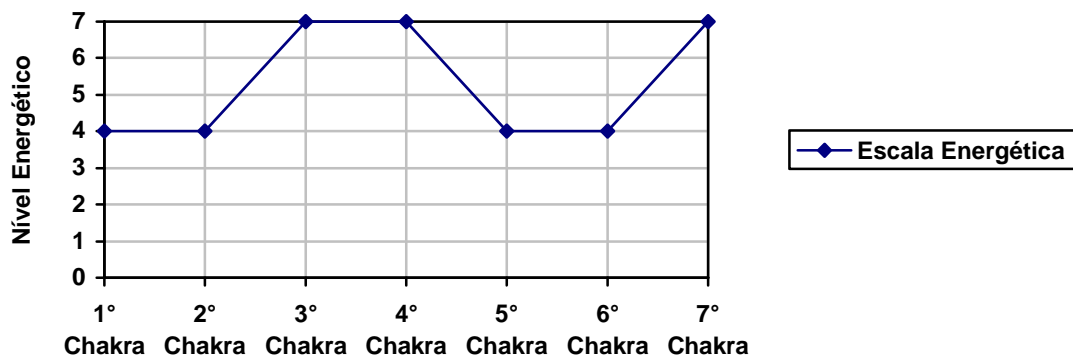
**Gráfico 1**

Gráfico da avaliação dos centros energéticos da interagente V.S no dia 15 de agosto de 2007



**Gráfico 2**

Gráfico da avaliação dos centros energéticos da interagente V.S no dia 22 de agosto de 2007



**Gráfico 3**

Gráfico da avaliação dos centros energéticos da interagente V.S no dia 29 de agosto de 2007

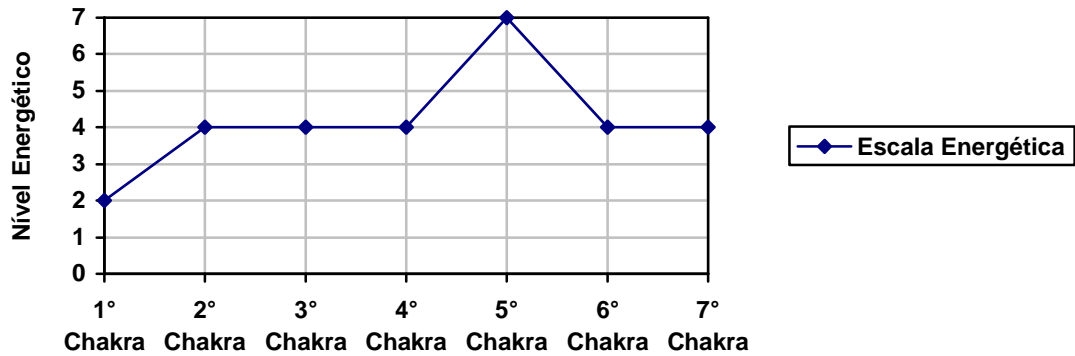
**Gráfico 4**

Gráfico da avaliação dos centros energéticos da interagente V.S no dia 05 de setembro de 2007

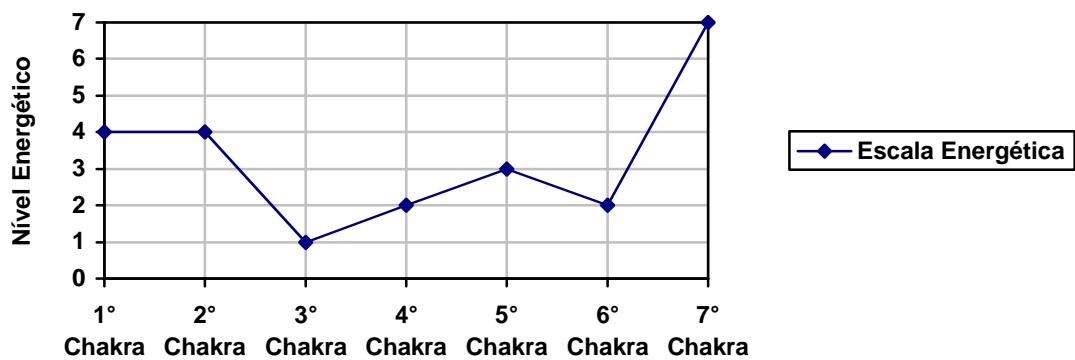
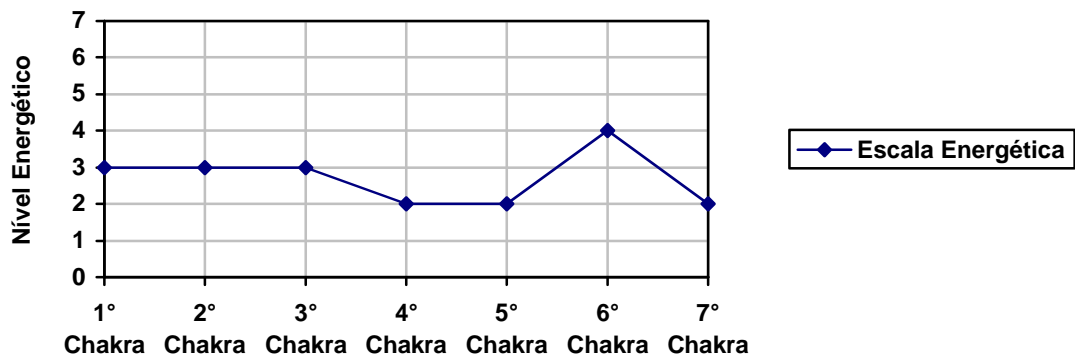
**Gráfico 5**

Gráfico da avaliação dos centros energéticos da interagente V.S no dia 12 de setembro de 2007



**Gráfico 6**

Gráfico da avaliação dos centros energéticos da interagente V.S no dia 19 de Setembro de 2007

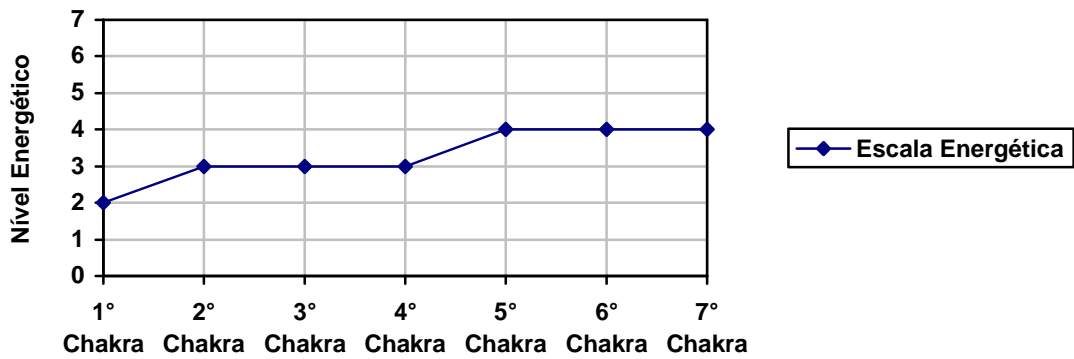
**Gráfico 7**

Gráfico da avaliação dos centros energéticos da interagente V.S no dia 26 de setembro de 2007

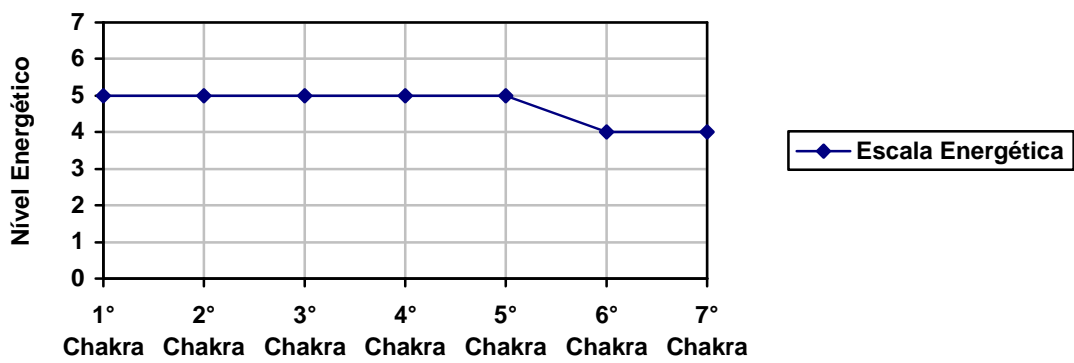
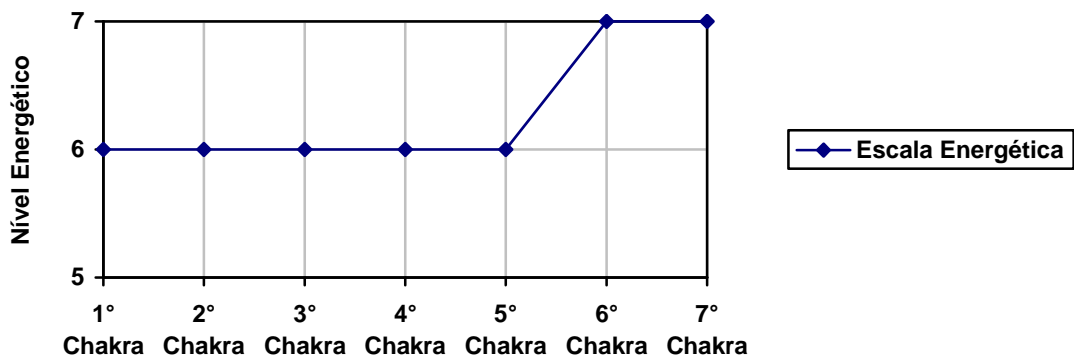
**Gráfico 8**

Gráfico da avaliação dos centros energético da interagente V.S no dia 03 de Outubro de 2007.



**Gráfico 9**

Gráfico da avaliação dos centros energéticos da interagente V.S no dia 10 de Outubro de 2007.

