**PARTE 2**

**Terapias contemporâneas sob o Olhar da Psicanálise: Energia, Cura e Métodos Alternativos**

**META DESCRIÇÃO (até 140 caracteres):**
Aprofunde-se no diálogo entre a psicanálise e terapias alternativas como reiki, hipnose, thetahealing e abordagens quânticas.

**TAGs (separadas por vírgula):**
terapias contemporâneas, psicanálise, terapias alternativas, cura energética, thetahealing

**PARÁGRAFO “Neste artigo”:**
Neste artigo, vamos analisar como as **terapias contemporâneas** de base energética e espiritual dialogam com os conceitos da psicanálise. Reiki, hipnose, thetahealing e outras abordagens alternativas serão exploradas a partir de suas semelhanças, limites e possíveis intersecções com a escuta analítica.

**Terapias contemporâneas sob o Olhar da Psicanálise: Energia, Cura e Métodos Alternativos**

Este artigo faz parte da série “Terapias contemporâneas e a Influência da Psicanálise”, que investiga as contribuições e ressonâncias da teoria psicanalítica em diversas abordagens clínicas atuais.

A ideia principal por trás das chamadas terapias quânticas é que o corpo humano possui a capacidade natural de se curar. Para isso, é necessário considerar que cada pessoa tem uma experiência única em relação à cura, à dor e ao próprio corpo.

Dentro dessa abordagem, o indivíduo deve encontrar o equilíbrio mental, físico e espiritual para que a cura se torne possível. Por conta dessa visão holística, que considera o ser humano como um todo, atividades complementares como alimentação saudável, exercícios físicos, meditação e outras práticas ganham relevância semelhante aos próprios tratamentos.

**Terapias contemporâneas e abordagens de cura integrativa**

Os benefícios das terapias quânticas vão além da promoção da cura física. Defensores dessas práticas acreditam que, por meio delas, uma pessoa pode lidar de maneira mais positiva com as circunstâncias da vida — como relacionamentos, trabalho, finanças e demais aspectos que compõem sua realidade.

Um exemplo disso é a Homeostase Quântica Informacional, uma metodologia terapêutica que permite ao indivíduo acessar, por meio da consciência, traumas que desequilibram o sistema corpo-mente-emoção.

Essa terapia combina fundamentos científicos da física quântica com bases empíricas. O objetivo é ensinar como adquirir autocontrole sobre a saúde emocional, mental e física. Para isso, a técnica se apoia na ideia de que as doenças são manifestações físicas de instabilidades informacionais que podem ser transformadas a partir da consciência.

**Energia, informação e transformação interna**

Segundo autores como Wheeler e Di Biasi, os estados do universo podem ser vistos como estados puros de informação. Essa informação gera consciência, a consciência gera energia e a energia, por sua vez, gera matéria — incluindo o corpo e as doenças. Dessa forma, a doença corresponderia a uma quebra na estabilidade informacional do sistema.

A proposta dessa metodologia é eliminar essas informações que geraram desequilíbrio, de modo a restaurar o estado de estabilidade. O corpo, como consequência, voltaria naturalmente a um equilíbrio emocional, mental e físico.

Esse processo terapêutico, apesar de controverso, carrega em sua lógica uma busca por autoconhecimento, que se aproxima da perspectiva psicanalítica sobre a importância do inconsciente e da escuta subjetiva.

**Terapias contemporâneas e espiritualidade aplicada**

Outro exemplo é o ThetaHealing, técnica criada por Vianna Stibal, que combina ciência e espiritualidade com a promessa de transformar padrões de pensamento negativos registrados no inconsciente.

A proposta é identificar e ressignificar crenças, traumas e bloqueios — supostamente gravados até mesmo no DNA — substituindo-os por crenças positivas. O objetivo é liberar limitações nos planos mental, espiritual, emocional e físico que impedem o desenvolvimento pessoal.

A técnica se baseia na ideia de que nossos pensamentos moldam nossa realidade. Mudar padrões internos seria, então, uma forma de alterar o mundo externo — perspectiva que também dialoga, à sua maneira, com os efeitos dos sintomas inconscientes trabalhados na clínica psicanalítica.

**Do toque à canalização energética: o Reiki e seus efeitos**

O Reiki é uma técnica japonesa que utiliza a imposição das mãos para canalizar e transmitir energia universal vital. Segundo seus praticantes, essa energia revitaliza o corpo e promove bem-estar, equilíbrio e cura emocional ou física.

Durante o tratamento, o terapeuta aplica as mãos nas regiões do corpo que mais precisam de energia, especialmente sobre os chakras — centros energéticos responsáveis por regular as dimensões física, emocional, mental e espiritual.

A técnica não tem contraindicações e é aplicada presencialmente ou à distância. Há quem a utilize também em animais, plantas, alimentos, medicamentos e ambientes, com a intenção de purificação energética. A prática se popularizou mundialmente como método complementar de bem-estar.

**Terapias contemporâneas e estados de consciência**

A hipnose, por sua vez, é definida como um estado alterado de consciência com atenção focada e consciência periférica reduzida. Nesse estado, o indivíduo se torna mais suscetível à sugestão, o que pode ser utilizado terapeuticamente em tratamentos de fobias, traumas e transtornos diversos.

A prática é conhecida como hipnoterapia. Ainda que o nome "hipnose" tenha origem na palavra “sono”, o estado hipnótico é diferente do sono comum, o que pode ser demonstrado por padrões distintos de ondas cerebrais.

Durante o transe hipnótico, o sujeito acessa conteúdos inconscientes de forma indireta, sendo possível trabalhar conflitos reprimidos — ponto que se aproxima da proposta psicanalítica de escuta do inconsciente, ainda que por vias técnicas distintas.

**Pontes e distâncias entre a psicanálise e os métodos alternativos**

Apesar de apresentarem discursos e fundamentações muito diferentes, essas terapias contemporâneas compartilham com a psicanálise o interesse por camadas subjetivas profundas, por vezes inconscientes, que influenciam o comportamento, a saúde e os processos de cura.

A psicanálise, com sua escuta clínica fundamentada na fala e no sintoma, pode contribuir para uma compreensão crítica e ética dessas novas práticas. Ao mesmo tempo, o crescimento das terapias alternativas revela a busca contínua do sujeito moderno por autoconhecimento e transformação.

Este artigo faz parte da série “Terapias contemporâneas e a Influência da Psicanálise”. No próximo artigo, exploraremos como a psicanálise dialoga com abordagens cognitivo-comportamentais e humanistas, revelando tanto aproximações quanto rupturas teóricas.

Parte 1: Terapias contemporâneas e os Fundamentos da Psicanálise: Freud, Inconsciente e Escuta Clínica

Parte 3: Terapias contemporâneas e o Encontro com a Psicanálise nas Abordagens Cognitivas e Humanistas

Parte 4: Terapias contemporâneas nas Vertentes Sistêmicas e Junguianas: Heranças do Inconsciente

Parte 5: Terapias contemporâneas em Diálogo com a Psicanálise Atual: Ética, Neurociência e Interdisciplinaridade

--

Esta série foi baseada no Trabalho de Conclusão de Curso de Formação em Psicanálise Clínica da aluna Elisangela Ferreira Guimarães, originalmente apresentado sob o título: *A influência da psicanálise nas terapias contemporâneas*.