

靈氣

*Reiki*

USUI SHIKI RYOHU

## SUMÁRIO

1. Nota Introdutória.....	3
2. O que é Reiki? .....	3
3. História .....	5
4. Os cinco Princípios do Reiki.....	7
5. Como Funciona o Reiki?.....	7
6. Os Níveis do Reiki.....	8
7. Os Diversos Sistemas de Reiki.....	9
8. Determinando sua Mão Dominante.....	9
9. Posições de cura e Posições das mãos.....	10
10. Limpando Energia Negativa.....	14
11. Reiki à Distância.....	14
12. Reiki em grupos .....	15
13. O Reiki, as Pedras e os Chakras.....	16
14. Cobrando pelo Reiki.....	18
15. Referências .....	19



## 1. Nota Introdutória

Para se tornar um canal de Reiki e aprender a usar essa energia, é necessário participar de um seminário de um ou dois dias para a iniciação em Reiki ministrado por um Mestre habilitado.

A partir do momento da iniciação, abrem-se os canais energéticos da pessoa (chakras), levando-a para uma nova realidade energética vibracional.

Desde o momento da iniciação e pela vida afora, tudo o que o praticante precisa fazer para se conectar com a energia Reiki é colocar as mãos sobre si mesmo ou em outra pessoa, com a intenção de curar. E com isto, a energia fluirá naturalmente através de si.

O processo de iniciação é o que difere o REIKI de todas as outras técnicas de cura. A iniciação tem de ser vivida, não pode ser descrita racionalmente. Os que já receberam iniciações sabem que sua vida se altera profundamente.

## 2. O que é Reiki?



O Reiki é uma arte milenar de cura pela imposição das mãos, que aproxima o indivíduo do corpo Físico e de sua consciência. Ajuda no tratamento de todas as doenças. É um método muito simples, seguro e está ao alcance de todos. Equilibra nossa saúde Física, Emocional, Mental e Espiritual.



Reiki é o nome dado aqui no ocidente ao Sistema de Cura Natural criado no Japão em torno de 1900, pelo Sensei Mikao Usui.

Reiki é uma palavra japonesa formada por dois ideogramas kanjis: Rei e Ki.

Rei - Expressa a energia universal ilimitada e inesgotável.

Ki - Constitui uma parte desta energia, nossa força vital pessoal. Assim, Reiki significa a junção da energia universal com a nossa força vital.

Esta energia se conhece em outras culturas. Exemplo, os chineses a chamam de Chi, os índez de Prana, os cristãos de Luz, a Força Divina, os russos de Bioplasma.

Reiki quer dizer energia vital universal. Essa energia é disponível para todos, sem limites, e é a base do ser. O Reiki torna acessível tal energia, coloca em sintonia a própria energia universal.

Baseado nos conhecimentos da medicina tradicional e do budismo, o Sensei Mikao Usui redescobriu o reiki. Método simples de cura natural pela imposição das mãos que sem exercícios complicados ou longos ensinamentos, pudesse recuperar, harmonizar e estimular a cura dos seres vivos.

O Reiki não é um sistema religioso, não tem preconceitos nem restrições. Pode ser aprendido e praticado por todos. Auxilia nos tratamentos da medicina tradicional, porém não elimina a necessidade de um encaminhamento ao médico quando for necessário.

O Reiki é uma das terapias alternativas reconhecidas pela OMS (Organização Mundial da Saúde), Órgão da Organização das Nações Unidas (ONU).

Reiki é a "Energia da Vida". Quando aplicada, vitaliza o sistema orgânico e nos faz entrar em um estado de profundo relaxamento. Esta energia irradia sensações de bem estar, nos elevando a um estado de Harmonia. Reiki ajuda o organismo a restabelecer seu funcionamento, ativando glândulas, revitalizando o sistema nervoso, reativando o sistema imunológico.

A energia Reiki nunca é enviada ou forçada para dentro do corpo - ela é atraída, "puxada" pelo receptor. É uma energia inteligente.

O Reiki aproxima o indivíduo do seu corpo, da sua mente e da sua consciência. O Reiki só pode se manifestar através do Amor.

A fé não afeta, não aumenta ou diminui o efeito benéfico da cura. Mas é importante que a pessoa queira se curar. O livre-arbítrio deve ser considerado acima de tudo. O próprio Cristo curou somente os que realmente o desejavam.

Quem recebe Reiki, com o tempo vão se notando profundas modificações no interior do corpo, e todos os órgãos internos e glândulas começam a funcionar com vigor e ritmos bem melhores. As toxinas acumuladas por tantos anos são eliminadas.

### **3. História**

Dr. Mikao Usui redescobriu Reiki no Japão no século XIX, porém o conhecimento desta energia já era antigo, por ser uma energia universal.

Mikao Usui, diretor da Universidade de Doshisha em Kioto, Japão, sendo também ministro Cristão, foi um dia questionado por seus alunos sobre o método de cura usado por Jesus e Buda, e não sabendo o que responder Mikao Usui inicia sua pesquisa que durou aproximadamente 10 anos, aprendendo assim sobre a tal energia que ele chamou de Reiki.

A redescoberta do REIKI começou com Mikao Usui, pesquisando junto ao Cristianismo. As autoridades cristãs lhe falaram que esse tipo de cura não era conhecido e então Usui buscou informações no Budismo. Os monges budistas disseram-lhe que o antigo método de cura tinha sido perdido e que a única forma de descobri-lo seria pesquisar os ensinamentos budistas.

Mikao continuou pesquisando, empreendendo longas viagens ao Japão, indo em diversos mosteiros. E para ler os textos originais budistas aprendeu chinês e sânscrito, e através destes textos de ritos tibetanos, descobriu fórmulas para captar uma energia poderosíssima, que poderia levar a um ilimitado poder de cura.

Mas, somente a fórmula, sem o devido conhecimento de ativação não lhe dava a habilidade de curar e tentando achar soluções e pensando em praticar a fórmula recém descoberta, Mikao Usui viajou ao Monte Koriyama, onde se recolheu em jejum por 21 dias.

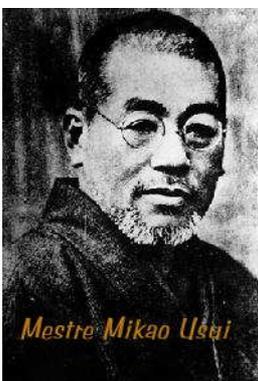
Usui se manteve em meditação e no vigésimo primeiro dia acordou numa manhã escura e rezou antes de jogar a última pedra das 21 que havia levado para o alto da montanha, e na sua oração pediu confirmação sobre a sua descoberta e na forma como usá-la, e então uma luz apareceu do leste e ao olhar esta luz, sentiu uma consciência profunda em comunicação com seu eu-interior e deixando-se invadir por esta consciência se colocou disponível, física e espiritualmente para o contato.

Projetou-se então, fora do seu corpo e pode ver muitas luzes, em forma de bolhas coloridas, contendo em seu interior símbolos sagrados. E ao contemplar cada símbolo Mikao recebeu sua iniciação e o conhecimento de como ativar tal poder em outras pessoas e como usá-lo.

Ao descer o Monte Koriyama, Mikao tinha conseguido decodificar, reestruturar e resgatar o método milenar de terapia REIKI.

Mikao Usui tornou-se um peregrino pelo Japão, levando o Reiki, onde conhece Chujiro Hayashi, médico aposentado da marinha, que após ter sido iniciado no Reiki monta uma clinica em Tóquio. Em 1930 Mikao Usui morre, porém antes em 1925, já havia iniciado como Mestre e sucessor Chujiro Hayashi.

Em 1939 Chujiro Hayashi com a aproximação da guerra sentiu necessidade de iniciar mestres e escolhe Hawayo Takata como sua sucessora. Takata trabalha intensamente o Reiki no Hawaii, Japão e EUA. Ela formou 22 Mestres entre homens e mulheres. O ocidente veio conhecer o Reiki em meados de 1970. E o Brasil somente em 1982.



Dr. Mikao Usui



Dr. Chujiro Hayashi



Hawayo Takata

#### 4. Os cinco Princípios do Reiki

- 1 - Só por hoje, eu não me irritarei.
- 2 - Só por hoje ,eu não me preocuparei.
- 3 - Só por hoje, eu expressarei gratidão.
- 4 - Só por hoje, eu farei meu trabalho honestamente.
- 5 - Só por hoje, eu mostrarei amor e respeito por todo ser vivente.

- O que é um Reikiano?

Aquele que trabalha com as mãos é um artesão!

Aquele que trabalha com a mente é um sábio!

Aquele que trabalha com a inspiração é um artista!

Aquele que trabalha com a técnica é um profissional!

Aquele que trabalha com a intuição é um místico!

Aquele que trabalha com o coração é um espiritualista!

Aquele que trabalha com as mãos, mente, inspiração, técnica, intuição e com o coração é um Reikiano!

靈氣

#### 5. Como Funciona o Reiki?

Com os desequilíbrios físicos, emocionais e mentais, que acontecem em nossas vidas diariamente, vamos adquirindo tensões, bloqueios energéticos devido ao grande desgaste da Energia "Ki" e acabamos debilitados e às vezes até doentes.

Reiki

Ao recebermos a energia Reiki produz-se um relaxamento profundo, aumenta a frequência vibratória do corpo, desintoxica e dissolve os bloqueios energéticos. Com a liberação das tensões e dos bloqueios energéticos normaliza-se o fluxo da energia Vital "Ki" em todos os níveis - físico, emocional, mental e espiritual.

Pode acontecer que num processo de tratamento com o Reiki, sentimentos reprimidos venham à superfície para limpezas necessárias ao crescimento pessoal do indivíduo; causando, por exemplo, dores fortes de cabeça, enjôos, vômitos, diarréias, dores de ouvido, etc.

No plano físico, depois deste processo, todos os órgãos começam a

trabalhar harmoniosamente; necessitando apenas de muita paciência consigo mesmo, para desenvolver uma melhor qualidade de vida.

A terapia Reiki pode ser aplicada sem restrições e para recebê-la não precisa de conhecimento prévio. Deve-se apenas ter o coração aberto, para se beneficiar desta "energia" e fazer a si mesmo um firme propósito de melhora e disposição de caminhar ao encontro da harmonia e das transformações curadoras que estarão ao seu alcance.

Lembre-se que o Universo coloca a energia a nossa disposição, o crescimento evolutivo ao nosso alcance, porém a escolha é nossa. Reiki é "consciência total", é uma técnica efetiva para ajudar a si mesmo e criar um "jeito especial de ver a vida"!

REIKI é vida contínua, é o caminho para a luz interior!

## 6. Os Níveis do Reiki

O aprendizado de REIKI se divide em quatro níveis: REIKI I, REIKI II, REIKI III-A e REIKI III-B (Mestrado).

Reiki I - Desperta principalmente a abertura do corpo físico para que ele se torne receptivo à grande quantidade de energia vital que irá receber. O aluno recebe o treinamento básico e aprende as posições das mãos para transmitir REIKI para si e para os outros.

Reiki II - Vai atuar no mental e no emocional. Conduz o iniciado a uma abertura psíquica atuando principalmente nos corpos sutis do participante. A intuição e a capacidade de cura ficam muito ampliadas, proporcionando um crescimento no nível vibratório maior do que o experimentado no nível I.

Na iniciação do segundo grau, o aluno recebe os símbolos sagrados e os mantras correspondentes. As energias de cura se tornam mais intensificadas e o aluno aprenderá a trabalhar com os símbolos do REIKI, independente do tempo e do espaço. Trata-se de curar à distância, usando o processo de cura mental.

Reiki IIIA (O Mestre Interior) - Este grau é o início do caminho da iluminação. O aluno recebe o Símbolo Sagrado do Mestre que amplia e intensifica os efeitos dos símbolos recebidos no segundo nível. O terceiro nível leva o aluno a encontrar sua verdade mais real, através de um aprendizado consciente e constante.

Reiki IIIB (O Mestrado) - Este nível é o do mestre REIKI ou professor, também chamado de Espiritual. A pessoa é sintonizada como mestre REIKI, recebendo os conhecimentos e a permissão divina de como iniciar novos praticantes de Reiki. Adquire a grande responsabilidade do mestre Reiki de transmitir conhecimentos, amor, luz, harmonia e respeito ao Universo.

## **7. Os Diversos Sistemas de Reiki**

Atualmente, o Reiki está sendo muito divulgado no mundo. Existem vários sistemas de Reiki, que surgiram graças às pesquisas e descobertas feitas por vários mestres, estudiosos do assunto, e também graças às revelações de antigos e novos métodos de Reiki pelos mestres ascencionados e mestres de luz do mundo espiritual.

Existem, pelo menos, mais de 30 variantes de Reiki, que surgiram devido à necessidade de se aperfeiçoar as técnicas curativas e necessidades culturais e religiosas de cada povo. Esses novos métodos incluem novos símbolos curativos, novas sintonizações (ritual para poder ser reikiano) e técnicas espirituais de meditação, mantras, etc., para auxiliar no ensino e aplicação de Reiki.

Há muitos sistemas de Reiki como: Osho Reiki, Kahuna Reiki, Reiki Tera-Mai, Seichim Reiki Plus, The Way of Heart e também formas provenientes ou não do Sistema Usui Japonês.

## **8. Determinando sua Mão Dominante**

Coloque suas mãos a uma distância confortável de você, com suas palmas estando viradas para você. Se concentre, esfregue suas mãos e direcione sua mão esquerda acima da sua cabeça, no chakra coronário. Sinta a

energia fluindo da mão ao chakra. Sinta a energia em sua palma. Agora vire para sua mão direita e faça a mesma coisa. Seja qual for sente mais forte, mais quente ou frio, etc., esta é sua "mão de poder". Pode levar um pouco de tempo para começar sentir alguma coisa, mas é certo que logo você vai estar sentindo com intensidade a energia.

## 9. Posições de cura e Posições das mãos

É recomendado, que ao se começar uma sessão de Reiki, a pessoa esteja se sentindo totalmente confortável, com roupas leves e de cores claras. Se preferir, faça alguns exercícios de respiração, yoga ou meditação antes de começar. A duração de cada sessão pode variar, dependendo da situação.

As posições são feitas começando de cima para baixo, desde o chakra coronário até os pés. As mãos são posicionadas sobre o corpo da pessoa em forma de duas conchas. A energia do Reiki sai pelas mãos do praticante, que é absorvida pelo corpo da pessoa. Essa energia é passada para os chakras, abrindo, limpando e purificando de todas as obstruções do corpo, trazendo o equilíbrio de uma forma natural.

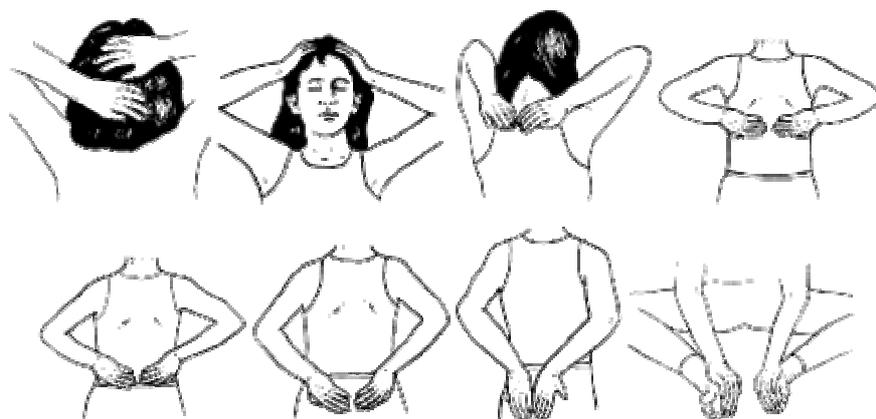
Veja abaixo as diferentes posições de aplicação do Reiki.



Posições da frente



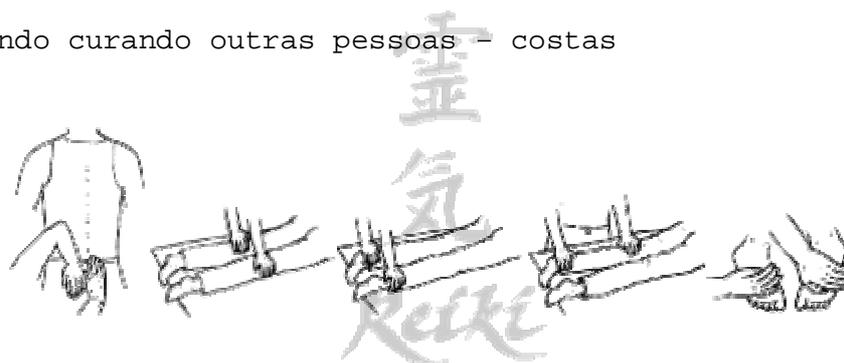
Posições das costas



## Posições quando curando outras pessoas - frente



## Posições quando curando outras pessoas - costas



O Reiki é uma coisa maravilhosa para compartilhar com outros. Comece fazendo suas curas interiores e quando você sentir pronto, passe para sua família e amigos. Quando você dá uma sessão de Reiki, você precisa estar relaxado. Se você não estiver, será mais difícil ser um canal aberto para a energia.

Também, o receptor precisa ser relaxado, preferivelmente em uma mesa de massagem. Você ou pode estar sentado de forma. Tenha certeza que a pessoa sabe o que você estará fazendo exatamente, explique o que Reiki é e as posições das mãos que você estará usando, assim não ficarão nervosos ou incomodados. Mostre o quadro do chakras ou das posições.

É interessante tocar um pouco de música e iluminar o ambiente com algumas velas e incenso. Fale o menos possível durante a sessão, porque pode

causar distração e em alguns casos pode perturbar o seu cliente. Remova qualquer jóia vultosa ou objeto de metal.

1. Comece fazendo sua intenção. Se focalize na sua respiração e relaxe. Você também pode traçar o símbolo utilizado no nível I em ambos suas palmas antes de você iniciar. Feche os olhos durante a sessão, mas isto só se você quiser. Fique em cada posição de 3 a 5 minutos, a menos que você sinta guiado para fazer mais tempo.

2. Coloque suas mãos, com dedos fechados (a menos que seja incômodo), no chakra coronário. Imagine aquela pura energia amorosa (Reiki) está fluindo dentro do chakra, através de suas mãos.

3. Mova suas mãos suavemente em cima dos olhos, no chakra do 3º olho.

4. Agora em cima das orelhas.

5. Deslize eles até a garganta, o chakra laríngeo. Tenha certeza você não está apertando, pois esta é uma área extremamente sensível na maioria das pessoas.

6. Agora passe para cima do chakra cardíaco. Nas mulheres pode-se ficar com as mãos até 40 centímetros de distância para não necessitar tocar nos seios.

7. Erga suas mãos e os mova ao plexo solar.

8. Passe para o chakra sacro.

9. Por último imponha suas mãos ligeiramente sobre o chakra básico. Por se tratar de um chakra que se situa na região dos órgãos sexuais, pode-se deixar as mãos afastadas em até 40 centímetros.

10. Por último, vire a pessoa e trabalhe na parte de trás. Os joelhos, as mãos, os pés e o tornozelo, é bom fazer.

11. Depois que você termine a sessão que você deveria fazer o que é chamado "varredura da aura". Começando pela cabeça, use suas palmas (face abaixo com golpes curtos) escove a aura para retirar o resto das energias

negativas. Uma vez você passa dos pés, você deve sacudir suas mãos para o chão e imagine que suas mãos estão envolvidas por uma energia de luz branca. Isto também libertará qualquer energia trocada entre você e seu cliente durante a sessão.

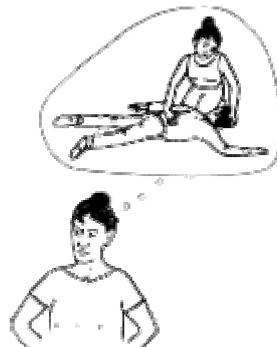
## 10. Limpando Energia Negativa

Se você achou que depois que você fez uma sessão, adquiriu os sintomas da pessoa que tratou ou pegou um pouco da carga energética, ou você usou sua própria energia para fazer a cura, coisa que não deve ser feita, não preocupe. Isto pode ser corrigido facilmente. Imagine que você está rodeado de uma luz branca. A luz penetra seu corpo inteiro.

Inspire e imagine chupar a luz branca e encha seu corpo todo, da cabeça aos pés. Expire e imagine que tudo o que não seja uma luz branca esteja sendo soprado fora.

## 11. Reiki à Distância

O Reiki à distância pode ser feito de várias maneiras. Veja alguns exemplos abaixo de alguns métodos:



- O praticante senta em uma posição confortável e começa uma sessão de Reiki em si mesmo. O praticante imagina aplicando Reiki na pessoa, e ao mesmo tempo visualizando os símbolos (que são dados no curso do Reiki) entrando no corpo da pessoa.

- O praticante fica sentado, e posiciona suas mãos em um dos joelhos, visualizando a pessoa que irá receber o Reiki. Depois de acabar a energização, permaneça mais cinco minutos sem tirar as mãos do joelho.



- Visualize a pessoa ou a ser energizada entre as palmas da mãos.



## 12. Reiki em Grupos

Várias posições de reiki podem ser usadas quando se pratica Reiki em grupos. A vantagem de praticar Reiki em grupos é que o paciente recebe energia em dobro, dependendo do número de pessoas aplicando reiki ao mesmo tempo. As chances do paciente se recuperar são bem maiores quando recebendo Reiki de várias pessoas.

Um grupo pode ser formado de duas à nove pessoas (dependendo do espaço disponível). Se não houver espaço suficiente para mais pessoas, então, os praticantes deverão ficar atrás dos praticantes que estão aplicando Reiki no paciente, colocando suas mãos sobre os ombros dos praticantes que estão na frente.

Quando uma sessão só é feita por dois praticantes, um deles irá fazer Reiki da cabeça até o coração e o outro irá fazer Reiki do plexo solar até os pés. Muitas vezes, enquanto uma sessão se prossegue, os praticantes podem vir a perceber onde é que as energias estão sendo

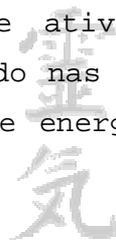
bloqueadas e algumas vezes conseguem até captar informações sobre a pessoa que está recebendo reiki.



### 13. O Reiki, as Pedras e os Chakras

Pode-se utilizar a ajuda e poder de cura das pedras juntamente com a sessão de Reiki.

O Reiki, por sua capacidade de ativação da energia, possibilita a ampliação do poder de cura contido nas pedras. Cada pedra é colocada em seu respectivo chakra (centros de energia ou força vital) e permanecem por volta de 20 minutos.



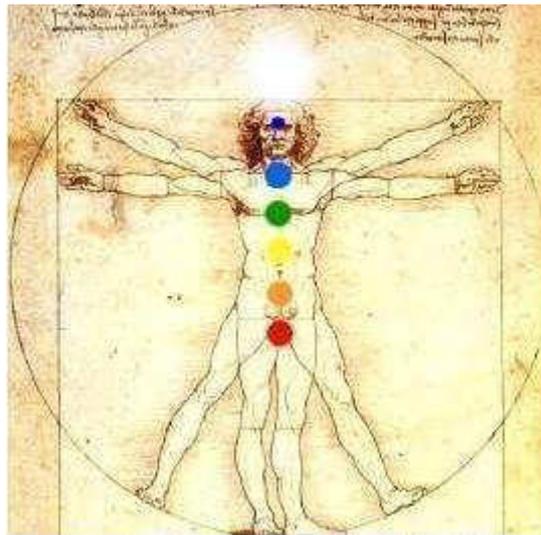
<i>Nome dos Chakras</i>	<i>Cor das Pedras</i>	<i>Nome das Pedras</i>
<i>1 - Chakra Básico</i>	Vermelho	Jaspe Vermelho, Ágata Vermelha
<i>2 - Chakra Sacral</i>	Laranja	Calcita Alaranjada, Cornalina, Pedra da Lua
<i>3 - Chakra do Plexo Solar</i>	Amarela	Citrino, Olho de Tigre, Âmbar
<i>4 - Chakra do Coração</i>	Verde / Rosa	Amazonita, Esmeralda
<i>5 - Chakra Laríngeo</i>	Azul Claro	Água - Marinha, Turquesa
<i>6 - Chakra do 3º Olho</i>	Azul Escuro	Sodalita, Lápis Lázuli, Ágata azul
<i>7 - Chakra Coronário</i>	Lilás / Branco	Ametista, Cristal de Quartzo Branco

Chakras são centros energéticos que trabalham em sintonia entre si e com todo nosso corpo físico e psíquico, estando inter-relacionados com os sistemas parassimpático, simpático e sistema nervoso autônomo.

Sua função é vitalizar, equilibrar e interagir com o corpo físico e psíquico, trazendo o desenvolvimento da nossa consciência.

Chakra é um termo sânscrito que quer dizer roda, círculo em movimento. São vórtices por onde flui nossa energia vital.

Veja abaixo os sete chakras principais, cores e localização.



1o. Muladhara Chakra - O chakra raiz ou básico fica situado na direção da base da coluna, bem acima dos órgãos de reprodução, e se relaciona com a parte inferior do corpo, os pés, o ancoramento e os instintos físicos. É através dele que plantamos nossos pés no chão e nos relacionamos com o mundo físico. Sua cor é o vermelho.

2o. Svadhisthana Chakra - O chakra esplênico ou sacro sexual situa-se dois a quatro centímetros abaixo do umbigo, e trabalha com a energia sexual e a criatividade. É ligado também à produção da adrenalina, e ao amor do homem pela Terra e pela Natureza. Tudo que criamos em nossa mente se ativa para manifestação através deste centro de energia. Fisicamente rege os órgãos sexuais. Sua cor é laranja.

3o. Manipura Chakra (Plexo solar) - Este chakra se localiza de quatro a seis centímetros acima do umbigo. Controla toda a nossa energia emocional e é fortemente ligado ao Ego individual. Fisicamente rege o aparelho digestivo. Não é por coincidência que problemas emocionais sempre causam problemas digestivos. A emoção e a digestão estão intimamente ligadas. A cor do terceiro chakra é o amarelo e ele se associa diretamente ao pâncreas.

4o. Anahata Chakra - Localiza-se bem no centro do peito, entre os mamilos. É associado ao timo e é nele que se concentra a energia do Amor

Incondicional, nossa fonte vital. É responsável também pela saúde e vitalidade do corpo físico, o coração e os pulmões. Sua cor é o verde.

5o. Vishuddha Chakra - O quinto chakra situa-se na região da garganta e se associa à tiróide, que por sua vez está ligada ao metabolismo do corpo. Este centro energético é responsável pela verbalização, pela comunicação de nossa verdade interior e pela respiração. Fisicamente rege a garganta, a laringe, a boca e o nariz. É através desse chakra que purificamos nossas energias. Sua cor é o azul.

6o. Ajna Chakra - Está localizado entre as sobrancelhas, e é também conhecido como terceiro olho ou terceira visão. Associa-se também com a glândula pituitária e é responsável por nossa concentração, memória, imaginação e visualizações. Pode-se compará-lo ao computador que registra em nosso cérebro as informações e sensações recebidas através do chakra coronário, para que possamos compreendê-las e dar forma a elas através de pensamentos ou imagens. Sua cor é o índigo (azul anil).

7o. Sahasrara Chakra - Situa-se na cabeça, bem no centro, e é também conhecido como coroa. Relaciona-se com a glândula pineal, sua cor é violeta, e está diretamente ligado à espiritualidade, ao contato com o Eu Superior, canalização e meditação. Fisicamente, rege nossa cabeça e o sistema nervoso central. É através do chakra coronário que entram no corpo as energias de transmutação, purificação e espiritualidade.

#### **14. Cobrando pelo Reiki**

Algumas pessoas não cobram por sessões de Reiki. Oferecer seus serviços gratuitamente. É um gesto muito generoso, mas se você quiser isto para ser seu trabalho de vida, obviamente você precisará cobrar. Você tem que começar percebendo sua habilidade. Você tem que ser confiante. É necessário ter os conhecimentos teórico e empírico (prático). Eu sugestiono dar sessões de ensaio grátis aos amigos e família ir começado a ganhar confiança.

Você estará cobrando não pela energia, pois ela é gratuita, mas pelo seu tempo e compromisso, pelo que você estudou e pela sua experiência.

Eu participei de várias sessões comunitárias gratuitas, dando também o Reiki à distância, pesquisando e oferecendo materiais de pesquisa.

Eu sinto e pude comprovar que fez diferença em muitas pessoas, tendo também ótimos resultados a energização à distância.

## 15. Referências

<http://www.evaramalho.com.br/reiki.htm>

<http://www.vivernatural.com.br/>

<http://www.espacointegracao.com.br/reiki.htm>

<http://www.reikimikaousui.com.br/>

<http://www.portalangels.com/>

<http://www.neotantra.com/chakras.asp>

<http://www.umbandaracional.com.br/reikiniveis.html>

<http://www.reikijpmg.com/>

