

## Testemunhos

Estes são alguns depoimentos dos meninos que iniciei em Reiki:

*Gostei muito de fazer o curso de Reiki porque aprendi a ficar menos nervosa. Em muitas situações, mas sobretudo quando tinha um teste, ficava com medo do que podia acontecer. Agora, quando me sinto assim, faço Reiki e sinto-me mais confiante.*

Ana Isabel Horta, 14 anos



*Foi bom fazer o curso de Reiki porque aprendemos a ficar mais descontraídos com as coisas.*

Filipa, 9 anos



*O Reiki ajudou-me a ter menos medos em relação ao futuro e a aceitar cada dia.*

Mafalda, 11 anos



*O Reiki foi giro para mim. Gostei muito. Agora é relaxante quando fazemos em grupo na minha família.*

Alexandre, 9 anos



Este livro foi escrito para explicar às crianças o que é o Reiki e mostrar-lhes que ele permite – através das suas próprias mãos e do Amor no seu coração – transformá-las e curá-las naquilo que elas sentem que mais precisam. Como é um método muito simples, até as crianças podem utilizá-lo para as ajudar a curar os seus familiares, os amigos e os companheiros de escola.

O contacto com as técnicas que se apresentam neste livro não dispensa a frequência de um curso para se ser iniciado, pois só depois disso se pode transmitir o Reiki. Mas os benefícios da aprendizagem e da prática regular, faz com que as crianças nunca mais sejam como dantes.



ISABEL GONÇALVES

O PEQUENO REIKIANO

Ariana  
e d i t o r a

# O pequeno reikiano

ISABEL GONÇALVES



**Isabel Gonçalves** nasceu em Évora em 1952 e viveu em Moçambique de 1954 até 1976, tendo também estudado na África do Sul. É licenciada em Serviço Social (Assistente Social) e é Mestre em Gestão de Recursos Humanos pelo ISCTE.

Tem um filho que ela própria iniciou em Reiki.

É Terapeuta e Professora de Reiki pois fez o grau de Mestre em vários sistemas de Reiki que derivam de escolas diferentes (Reiki Essencial, Reiki Usui Shiki Ryoho e Karuna Reiki). Ministrou já diversos cursos a crianças (8-12 anos), a adolescentes (13-17 anos) e a adultos, tentando sempre que todos entendam a importância da transformação das suas vidas para melhoria da sua saúde e uma maior felicidade.

Na área da Meditação, que pratica desde 1984, é instrutora no Centro Harmonizando, tendo já ministrado vários cursos no país e conduzido palestras, sessões e retiros. Escreve artigos sobre Meditação em várias revistas com a intenção de levar as pessoas a incluírem esta prática diariamente nas suas vidas pelos benefícios que daí advêm.

Tem experiência na condução de actividades de cariz espiritual para crianças em ateliers infantis em que participou em equipa desde 2005.

O trajecto espiritual e o serviço aos outros – enquanto função pedagógica e terapêutica numa base humanista – são actualmente o seu sentido de vida.

Ariana  
e d i t o r a