

# 靈氣

*El método secreto de invitar bendiciones. Maravillosa medicina, para el cuerpo y el alma.*

***Solo por hoy:***

***Dejo de enfadarme***

***Dejo de preocuparme***

***Soy agradecido y humilde***

***Trabajo con dedicación y perseverancia***

***Soy amable con los demás.***

*En la mañana y en la noche, une tus manos para orar.  
Piensa esto con tu mente y entónalo en voz alta para el  
mejoramiento del cuerpo y del alma.*

*El Fundador Mikao Usui*

[www.reikibarcelona.info](http://www.reikibarcelona.info)