

Zavřu za sebou dveře a jsem v jiném světě. Proudí aut na frekventované zaprášené průjezdní trase, hluk a smog jako by ode mě neoddělovalo pár metrů nevládného dvora, ale tisíce kilometrů. Ve dvou místnostech v prvním patře oprýskaného pražského činžáku vládne ticho a klid.



Gainen – životní zásady reiki

Právě dnes se nerozčiluj
Právě dnes si nedělej starosti
Právě dnes měj rád ostatní
Právě dnes pracuj poctivě
Právě dnes buď vděčný

„Reiki přináší klid a harmonii tělu i mysli,“ říká Ilja Žáček

ENERGIE proudí z rukou

Ilja Žáček, původní profesí kybernetik (vystudoval obor technická kybernetika na elektrotechnické fakultě) se reiki věnuje už téměř 20 let. Je u nás jeden z prvních, kdo získal certifikát pro provozování této léčebné metody vycházející z východní filozofie. „V reiki se pracuje s energií. Terapeut se rukama dotýká pacienta a předává mu energii, která sama proudí do nejvíce poškozených míst, kde je jí nejméně, kde obvykle vzniká nemoc. Teče jako voda do nejnižšího místa,“ vysvětluje terapeut, kterého od elektrické energie k léčení „božskou energií“ přivedly vlastní problémy. Akademická medicína mu tehdy pomoci neuměla. Víc než tělo tehdy trpěla asi jeho psychika. Přestože své klienty v mnoha případech k lékařům posílá, má na sobě vyzkoušené, že k úspěchu každé léčby, ať už chirurgické, nebo konzervativní, reiki přispívá.

■ Vyladění přijímače

Slovo *rei* znamená v japonštině ducha nebo duši, znalost pocházející z vesmíru, Božskou energii nebo vyšší Já. *Ki* označuje sílu, prvotní energii žití, plazení. Název tohoto systému léčení vznikl

Pro koho je?

Tato metoda „samoléčení“ může pomoci chronicky nemocným, lidem se sníženou imunitou a alergikům. Je vhodná pro osoby s psychickými problémy i pro těhotné ženy jako prenatální péče o dítě společně s matkou. Je rovněž přínosná pro lidi pracující s jinými lidmi – například maséry, pedagogy apod. Ilja Žáček technikami reiki léčí i zvířata.

spojením obou slov v polovině 19. století a tehdy také nastal jeho rozvoj. Ale léčení pomocí doteků rukou není nic nového – podle legend ho provozovali například i Ježíš nebo Buddha. Konečně, když nás bolí zub, hlava nebo břicho, pokoušíme se intuitivně sami bolest tlumit přiložením dlaně. Dotek uklidňuje, uvolňuje a tak léčí. „Reiki je něco jako ‚božská energie‘. Ta je všude kolem nás, v prostoru, v každém živém tvoru. Bez ní není žádný organismus schopen života. Pokud se naladíme na energii reiki, můžeme ji přijímat jako radiopřijímač radiové vlny a předávat jí dál těm, co mají energie málo. Ten, kdo je

naladěn na tuto ‚vlnu‘, má dost vitální energie stále,“ vysvětluje Ilja Žáček, těžko vysvětlitelné.

■ Netoxický doping

Kdysi jsem v jednom elegantním hotelu pětáctýřicetiminutovou „masáž“ reiki absolvovala. Nikdo mi tehdy nic nevysvětlil. Pletla jsem si reiki, shiatsu a akupunkturu a z výsledku jsem byla zklamaná. A tak když oblečená, ale bez hodinek, náušnic i prstýnku uléhám na lehátko, abych si vyzkoušela reiki v podání Ilji Žáčka, žádný efekt raději nečekám. Jeho vyrovnaný hlas mě však uklidňoval už při povídání ve vedlejší místnosti a teď navíc působí i teplo jeho rukou. Napětí, které mi už pár dnů „sedí za krkem“, opravdu povoluje. Aniž by mě Ilja Žáček pobízel, začínám se mu svěřovat se svými problémy. Zdá se, že terapie funguje i na skeptiky. Minimálně antistresově.

„Když na mě začalo reiki poprvé působit, tak jsem se úplně uvolnila a rozpovídala se. Při každé další hodině jsem řešila něco jiného. Jednou to byla moje bulimie, podruhé nemocný močový měchýř a pak zase bolesti ramene. A do toho problémy s partnerem.

Všechno jsem na sebe pověděla, byly to hotové emoční výlevy,“ svěřuje se jedna z pacientek Ilji Žáčka, 38letá Veronika, která dnes už sama technikami reiki pomáhá svému otci při bolestech nohou. Posilující účinky reiki „berou“ i někteří představitelé západní medicíny. Některé nemocnice v USA například nabízejí tyto metody jako součást nemocničních služeb, jako podpůrnou složku léčby. Využívají je i mnozí sportovci jako „netoxický doping“. „Reiki nejen odstraňuje bolest, ale pomáhá zasáhnout i její příčiny. Neléčí samo, ale dodává tělu energii, aby bylo schopné zvládnout problém,“ říká Ilja Žáček. „Kdo projde kurzem, v reiki se mu říká zasvěcování a má čtyři stupně, změní se. Je vnímavější, citlivější, pomůže mu to lépe pochopit sebe i okolí. A často začne žít jinak. Možná ne tak úspěšně – do mých kurzů chodí nemálo přepracovaných manažerů a jiných špičkových pracovníků – , ale určitě šťastněji.“ ■

Další informace na webech:
www.iljazacek.cz
www.sakuragarden.cz
www.reiki.cz