

## Léčivá energie REIKI



### CHCETE TO TAKÉ UMĚT?

Máte-li zájem s reiki sami pracovat, měli byste projít takzvanými iniciacemi neboli naladěními pod vedením zkušeného terapeuta. Rozlišují se tři stupně. Po absolvování prvního stupně dokážete předávat energii přiložením rukou. Po druhém stupni se vaše schopnosti utuží, můžete pracovat i na dálku. A třetí stupeň je synonymum pro úroveň mistra, který by měl umět iniciovat i další zájemce.



upozornit, že terapeut praktikující reiki sice pomáhá, ale není diagnostik. Ač může diagnózu tušit, neměl by vám ji říkat, od toho je lékař.

*Necítíte se ve své kůži? Trápí vás všelijaké bolesti či nevytlačené vztahy? Jste unavení a potřebujete dobít baterky? Vyzkoušejte reiki.*

**R**eiki v překladu z japonštiny znamená Božská Energie (Rei Ki). Ať jste věřící, nebo ne, při jejím působení přijímáte něco, co vás přesahuje, být se na to nedá sáhnout. Reiki pomáhá nejen lidem, ale také zvířatům, proto lze vyloučit placebo efekt. Podle legend ho praktikoval i Buddha, za zakladatele je však považován japonský misionář Mikao Usui, který v 19. století působil na univerzitě v Kjóto.

### ENERGIE VŠUDE KOLEM

Podstata reiki spočívá v tom, že terapeut přikládá dlaně na různá místa na těle a jimi předává energii tam, kde chybí. Jeho osobu si můžete představit jako anténu, která energii přijme a následně ji „vysílá“. Terapeut se ale nemusí vždy dotýkat těla, může jen držet dlaně nad problematickou partii, nebo léčit na dálku. A co budete cítit? Většina lidí udává teplo, ale může to být i brnění, či dokonce chlad nebo bolest.

Pro srovnání – energie čchi, známá z čínské medicíny, proudí energetickými drahami a při léčení uvolňuje různé blokády, jež toku energie brání. Podobně jako voda v potůčcích a řekách uvolňuje nánosy. Kdežto energii reiki lze přirovnat k dešti, který zavlažuje a čistí celý kraj.

Terapeut ji přenáší na „vyschlý“ orgán, například na průdušky, když máte astma, a pokud je energie více, „rozlije“ se dále po těle. Jako kdybyste dobře promazali stroj. Důležité je

### S ČÍM MŮŽE POMOCI

Smyslem reiki je dodat vám energii, abyste si pak sami dokázali pomoci k uzdravení na fyzické i psychické úrovni. Podporuje samoléčebné procesy těla a duše. Například „nespraví“ zlomenou nohu, ale pomůže, aby se lékařem srovnaná zlomenina rychleji zahojila. Pozitivně působí na různé rány, záněty nebo třeba popáleniny, běžné bolesti (hlavy, páteře a podobně), civilizační choroby i psychickou nepohodu, stres nebo vyčerpání.

Reiki má dlouhou tradici v USA. V některých amerických nemocnicích je součástí terapie k urychlení hojení. Ale stejně tak se na tuto energii spoléhá řada sportovců, využívají ji k urychlení léčebných procesů, ke zmírnění bolesti i relaxaci. A jak často je vhodné reiki absolvovat? Někomu stačí jedna dvě návštěvy u terapeuta, jiný dochází pravidelně. Je to velice individuální a záleží na tom, zda máte problém akutní, nebo chronický, zda vás trápí jen jedna potíže, nebo jich máte více, a hlavně na tom, jak dokážete energii přijmout. A nebojte se, reiki se nikdy nemůžete předávkovat. ■

### CO NA TO ODBORNÍK

#### Jak poznáte dobrého terapeuta?

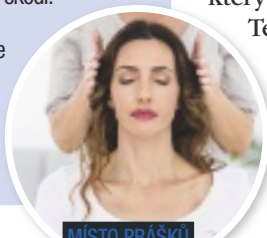
Stejně jako dobrého kadeřníka, doktora nebo kohokoliv jiného. energii a vlastně cokoliv lépe přijmete od člověka, k němuž máte důvěru. V tomto pocitu důvěry jsou

zúročeny miliony let evoluce, které umožňují vnímat to, co vám prospívá a co škodí.

Může se stát, že pro některého klienta terapeut není vhodný, ale jiný ano. Dobrý terapeut však přijímá i spolupráci s lékaři. Hlavním kritériem by měl být prospěch klienta. Více se dozvíte na [www.iljazacek.cz](http://www.iljazacek.cz).



Ilya Žáček  
reiki terapeut



MÍSTO PRAŠKŮ  
zkuste léčivou energii.