

靈氣

PRŮVODCE

Reiki

kompletní průvodce
ke starobylému léčebnému umění

*Diane
Steinová*

PRŮVODCE

Reiki

kompletní průvodce
ke starobylému léčebnému umění

Diane Steinová

Diane Steinová

PRŮVODCE
Reiki

kompletní průvodce ke starobylému léčebnému umění

přeložil Miroslav Kokinda

Copyright © 1995 by Diane Stein,

originál title: *Essential Reiki* First published by The Crossing Press, Santa Cruz, USA

Translation

© Miroslav Kokinda, 2004

ISBN 978-80-7207-973-5

Z anglického originálu *Essential Reiki* vydaného nakladatelstvím

The Crossing Press Inc., Freedom, CA roku 1995 v USA

přeložil a doplnil Miroslav Kokinda

Odpovědná redaktorka Kateřina Rubášová

Obálka Pavel Hogen

E-kniha pureHTML.cz

Vydalo nakladatelství a vydavatelství

VOLVOX GLOBATOR

Štítného 17, 130 00 Praha 3 www.volvox.cz

celkově jako 651. publikaci

Vydání první Praha 2004

Adresa knihkupectví VOLVOX GLOBATOR:

Štítného 16, 130 00 Praha 3

PODĚKOVÁNÍ

Za to, že tato kniha mohla vzniknout, vděčím mnoha lidem. Především chci poděkovat Elaine Goldmanové-Gillové a Johnu Gillovi, spolumajitelům nakladatelství The Crossing Press, za jejich podporu a ochotu vydat knihu obsahující informace, jejichž zveřejnění může být považováno za diskutabilní. Učila jsem Elaine reiki I, II i III v knihkupectví Mystical Dragon Bookstore v Carlsbadu v Kalifornii (Lammas, 1993) a byl to pro mne jeden z nejhezčích zážitků mého života. Děkuji Richardu Donovanovi za právní poradenství, Dianě Acunové za informace o alternativních výukových metodách a symbolech a Sashe Daucusové za pomoc při vyhledávání vzácných knih a neustálou podporu. Jane Brownová a Linda Pageová četly a zrevidovaly rukopis a Jane Brownová společně s Carol Hunnerovou poskytly důležitý materiál ke cvičením ki. Rovněž Patty Callahanová z Brigit Books v St. Petersburgu na Floridě a Joy Weaverová z Treasures Bookstore v Tampě na Floridě mi velice pomohly při vyhledávání potřebné literatury.

Laurel Steinhiceová a Suzanne Wagnerová patří k ženám, které se se mnou po léta účastnily spiritistických seancí o reiki. Detong Cho Jin mi trpělivě vysvětloval buddhismus, protože jsem o něm nic nevěděla, a poskytl mi další informace důležité k napsání této knihy. Děkuji také těm několika lidem, kteří mne vyškolili v reiki, přičemž věděli, že vše, co se naučím, budu předávat dál a dříve či později o tom napíšu. Zaškolili mne v tradičních i moderních metodách v období mého života, kdy jsem jim za to nemohla zaplatit. Někteří z nich mi poskytli informace po telefonu nebo poštou, jiní zase tradiční výuku k doplnění mých netradičních metod a další mi předali informace a dokonce i zasvěcení již při našem prvním setkání. I když neuvádím jejich jména, ze srdce jim děkuji.

Chci také poděkovat mým mnohým studentům, kteří pokračují v předávání reiki každému, kdo se mu chce naučit, za dostupné

ceny. Patří mezi ně Jill Elizabeth Turnerová, Anastasia Marie Zeppová, Jane Brownová, Sasha Daucusová, Diana Acunová, Tom Oakley, Carolyn Taylorová, Lisa Severnová a Liz Tarrová. Děkuji jim za jejich přátelství a práci.

Pro Elaine Goldman Gillovou

To, co doposud bylo tajemstvím, již tajemstvím nebude a to, co bylo ukryto, bude odhaleno; to, co přebývalo v ústraní, vstoupí do světla a všechny ženy prohlédnou a budou se společně radovat.

Alice Baileyová [1]

Když léčíš sám sebe a pomáháš druhým v jejich sebeléčení, léčíš tím i naši planetu Zemi.

Přispíváš pozitivním způsobem k dobru.

Laurel Steinhiceová

Channelování Matky Země [2]

Věřím, že existuje Jediná Svrchovaná Bytost – Absolutní Nekonečno – Dynamická Síla, která ovládá svět a celý vesmír.

Je to neviditelná duchovní síla, která pulsuje a veškeré jiné síly jsou vedle ní bezvýznamné. Je proto Absolutnem!...

Já ji budu nazývat „reiki“...

Tím, že je kosmickou silou vycházející z Velikého Božího Ducha, patří všem, kdo hledají a přejí si naučit se umění léčit.

Hawajo Takatová [3]

[1] Alice Baileyová: *The Rays and Initiations*, Svazek V (New York, NY, Lucius Publishing Co., 1972), str. 332. Dle citace v knize Rosalyn L. Bruyerové a Jeanne Farrensové: *Wheels of Light: The Study of the Chakras*, svazek I (Sierra Madre, CA, Bon Productions, 1989), str. 17.

[2] Laurel Steinhiceová v knize Dianě Steinové: *Dreaming the Past, Dreaming the Future: A History of the Earth* (Freedom, CA, The Crossing Press, 1991), úvodní strana.

[3] Flawajo Takatová v knize Paul David Mitchella: *Reiki. The Usui System of Natural Healing* (Coeur d'Alene, Idaho, the Reiki Alliance, 1985), str. 5–6.

PŘEDMLUVA AUTORKY

K tomu, aby se člověk mohl stát praktikem reiki, je třeba osobního zasvěcení od učitele, který byl rovněž zasvěcen a vyškolen. Tato kniha nemůže proces zasvěcení nahradit. Má sloužit praktikům a učitelům reiki jako průvodce. Je to první kniha, která zveřejňuje kompletní učení reiki v písemné formě a v moderním formátu pro léčitele na Západě a zároveň snad i první na celém světě, která tyto informace zveřejňuje v takovém rozsahu od dob starověku.

V této etapě vývoje, kdy lidé i naše planeta trpí změnami a krizemi, jež probíhají, je léčení vyžadováno příliš naléhavě na to, aby se i nadále mohlo udržovat v tajnosti a exkluzivitě. Informace, které následují, a Bohynin dar reiki uchovávejte vždy v úctě. Používejte je pouze k nejvyššímu dobru všech a poskytněte je každému, kdo o ně požádá. Cokoli vyšlete, se vám mnohonásobně vrátí. Reiki je Vesmírná Láska.

Úplněk ve znamení Panny
26. březen 1994

PŘEDMLUVA PŘEKLADATELE

Píši tento úvod s hlubokým povděkem za to, že mi byl svěřen zodpovědný úkol přeložit tuto jedinečnou knihu o léčebném systému reiki a umožnit tak poprvé českým i slovenským zájemcům o tento předmět přístup k informacím, které byly většině z nich doposud nedostupné.

O reiki byla napsána již dlouhá řada knih, ale Dianě Steinové čtenářům poprvé předložila v tištěné formě kompletní systém, včetně informací, které byly po desítky let předávány pouze úzké skupině vyvolených. A také mnoho cenných poznatků, které byly již ztraceny, ale podařilo se je získat zpět, ať už prostřednictvím tzv. channelingu, průvodců reiki či bohatých zkušeností autorky. Sám jsem se s touto knihou poprvé setkal před několika lety za svého pobytu v Jihoafrické republice, kdy mi ji vřele doporučili moji dva indiští učitelé reiki, kteří s ní rovněž pracovali. V té době jsem na sobě již několik let duchovně pracoval a reiki bylo pro mě krásným pokračováním.

Proč jsem se rozhodl napsat tuto předmluvu?

Ze zkušenosti vím, že nově přichází do světa práce s energií může být vystaven různým nebezpečím. Autorka tvrdí, že reiki nemůže nikdy nikomu ublížit, že jeho posvátné symboly mají v sobě zabudovanou ochranu, jež znemožňuje jeho zneužití. Zabývá se jím intenzivně řadu let.

Ale především – reiki se nám zachovalo v tibetském – mahájánovém buddhismu, jehož nejniternejší podstatou je empatie a bezpodmínečná láska ke všemu živému. Lze si těžko představit, že by přechovával něco, co by mohlo jakkoli ublížit. Přesto jsem byl znepokojen, když mi po návratu do vlasti jedna léčitelka řekla, abych proboha nedělal reiki. Ze „dávala dohromady“ lidi, kteří za ní

přišli po zasvěcení. Od jiné ženy jsem se zase dozvěděl, že její známá měla měsíc po zasvěcení vážné psychické poruchy. Nikdy dříve jsem se s ničím podobným nesetkal, přestože jsem žil dlouhá léta v Jihoafrické republice, kde je reiki velice rozšířené a populární a učí je tam spousta lidí různé úrovně. Kontaktoval jsem proto svého duchovního učitele – pana Ivana Kaplana z Johannesburgu, který zasvětil celý svůj život šíření Světla a velice intenzivně po desítky let nejen studuje, ale především několik hodin denně svědomitě praktikuje techniky duchovního růstu, které na svých kursech vyučuje, i když konkrétně reiki se nezabývá. Vzhledem k jeho znalostem a bohatým zkušenostem je považován za nejfundovanějšího a nejdůvěryhodnějšího esoterického učitele v Jihoafrické republice a mnoha zcestovalými lidmi, kteří měli to privilegium jej poznat, včetně mě, i za jednoho z nejlepších duchovních učitelů v celosvětovém měřítku. Jeho odpověď byla, že přesto, že je v každodenním styku s lidmi, kteří se léčením sami zabývají nebo se nechávají léčit, nikdy neslyšel o tom, že by reiki kdy způsobilo nějakou újmu. Pokud někdo tvrdí, že měl po zasvěcení do reiki nějaké problémy tak je to pravděpodobně tím, že byl nevyrovnaný už předtím, ale obviněno bylo reiki. Bez něj by tyto problémy možná vypluly na povrch už dříve. Upozornil mě však na to, že pokud je léčitel negativní osoba, je lepší se mu vyhnout. Reiki samo, podle něj, ublížit nemůže, ale kontakt s takovým člověkem někdy ano. Řekl mi, že zná řadu případů, kdy negativita „duchovních učitelů“ nebo médií vedla často i k velmi závažným problémům a neštěstím v životech lidí, kteří dovolili, aby tito nějakým způsobem vstoupili do jejich života.

Pokud je léčitel negativní osoba nebo je dominantní a usiluje o to, aby měl nad svým pacientem nebo studentem moc a mohl mu vnucovat svou vůli, neponechává mu téměř žádný prostor, je to opravdu léčitel? Definujeme-li léčení jako praktický projev empatie a bezpodmínečné lásky, může být dominantní nebo

negativní člověk vskutku považován za léčitele? Je dominantní nebo negativní člověk empatický? Ve Védách se praví, že člověku, který je opojen sám sebou, nezbyvá již místo pro Boha.

Stejně tak jako oheň lze použít k ochraně před chladem a přípravě pokrmů, vodu k pití a očistě, nůž ke krájení chleba..., mohou se stát i nástroji smrti a utrpení. Podobně energie. Energie sama o sobě není dobrá nebo špatná. Záleží na úmyslu, s jakým ji použijeme. Kamarád mi vyprávěl o ženě, která svou energií zabíjí kytky. Když jsem se o tom zmínil svému učiteli, odpověděl mi: „I tady v Jižní Africe máme lidi, kteří svou energií zabíjejí kytky!“ A kdyby „jen“ kytky... Někoho bohužel neodradí od zvrhlostí ani vědomí si skutečnosti, že vše, co vyšleme – ať již ve formě myšlenky, záměru či skutku, se dříve či později vrací jako bumerang zpět ke svému zdroji.

Můj duchovní učitel říká, že 95 % léčení spočívá v empatii a lásce, upřímné snaze pomoci. Zdůrazňuje důležitost léčení přes srdeční čakru. Lidé, kteří léčí přes sluneční pleteň, často přebírají negativní příznaky od svých pacientů a musí se pečlivě chránit a po každém léčení očišťovat. Je velice málo pravděpodobné, že taková opatření by musel podstoupit léčitel léčící přes srdce. Právě naopak. Léčíme-li přes srdeční čakru, cítíme se po léčení nikoli vyčerpaní a někdy navíc i se symptomy, na něž si stěžoval náš pacient, ale osvěžení a posílení. Je to z toho důvodu, že kosmická energie lásky poskytuje léčení každému – léčenému člověku i jeho léčiteli. Sám to mám velice dobře ověřené z praxe. Když jsem se nedávno otázel jednoho věhlasného českého léčitele, před jehož domem již v dobách hluboké totality stávaly od časného rána fronty hdí doufajících v uzdravení, co je podle něj důležité při léčení, odpověděl mi, že láska. Řekl mi v podstatě tohle: „Nemusíš nic umět, nemusíš mít žádné vzdělání, ale musíš mít v sobě hlubokou lásku, kterou těm lidem předáváš. Já léčím láskou.“ Neznamená to,

že ten léčitel nic neumí. Má obrovské zkušenosti, znalosti i vrozené schopnosti, ale podle jeho vlastních slov by bez lásky nebyl ničím. Podobně dalajláma v jednom rozhovoru uvedl: „My v Tibetu říkáme, že spoustu nemocí lze léčit jediným lékem – láskou a empatií.“ Slova těchto lidí, myslím si, krásně vystihují celou podstatu léčení.

Zároveň k tomuto bych chtěl říci, že lidé, kteří si přejí zasvěcení, by měli, podle mého názoru, pečlivě zvážit volbu učitele. Doporučoval bych, aby si vybrali učitele známějšího, někoho, kdo má dlouhodobě pozitivní výsledky, a mohou se mu bez obav svěřit. Tím nechci říci, že noví učitelé reiki by neměli dostat šanci. Ale člověk, který teprve začíná učit, zkouší obvykle zasvěcování nejprve na své rodině, kamarádech a známých, a pokud je jeho zasvěcování účinné a úmysl čistý, jistě si časem vybuduje kredit. Považuji toto doporučení, vzhledem k výše uvedenému, za velmi důležité.

Většina lidí má o reiki vžitou představu, že je to metoda přikládání rukou. To je sice pravda, na druhé straně ale není vůbec nutné ruce přikládat. Zcela postačí držet je několik centimetrů nad tělem. Rozhodně si nedovedu představit heterosexuálního muže, který by měl příjemný zážitek z léčení jiným mužem, který by na něj při reiki přikládal ruce. Je možné, že někdo to bude nazývat homofóbií, ale na tom nezáleží. Reiki by mělo poskytnout léčenému člověku pocit pohody a bezpečí a domnívám se, že nejsem jediný, kdo se na to dívá tímto způsobem. Jako příklad mohu uvést jinak vynikající kursy mého učitele, z nichž některé byly na můj vkus příliš „na tělo“, co se týče jejich komunikačních procesů. On tvrdil, že to nemá nic společného se sexualitou. Víím, že to myslel dobře, ale i to, že účastníci kursů to často tak nebrali. Dvě moje kamarádky vždy „polapily“ toho pro ně nejatraktivnějšího muže a potom si v autě vzájemně vyměňovaly zážitky a chichotaly se, jak

si užily. (Přitom šlo třeba právě jen o léčení – navíc bezkontaktní a na pokročilých kursech o masáž.) Taky si pamatuji jednoho Inda, který chodil opakovaně na tytéž kurzy a jeho hlavní zájem, jak se zdálo, bylo „balit tam kočky“. Pravda je prostě taková, že ať chceme nebo ne, jsme sexuální bytosti a ani při duchovní práci neustoupí toto vědomí pokaždé do pozadí.

Proto ještě jednou opakuji. Není vůbec nutné ruce přikládat; stačí je držet několik centimetrů nad tělem, i když je to pro léčitele namáhavější. Pocit pohody a příjemný zážitek z léčení člověka, jehož léčíme, by však měl být na prvním místě! Rukama můžete při léčení i pohybovat. Já například takto energii lépe vnímám.

Lidé, kteří reiki vyučují, se o něm často vyjadřují v patetických superlativech a tvrdí, že reiki je láska a nevyžaduje znalost meditačních technik, které nás učí, jak pracovat se srdeční čakrou.

Vzhledem k jistým zkušenostem, které jsem časem získal, jsem o tomto tvrzení začal vážně pochybovat a měl jsem proto v minulosti o tom několik delších osobních a při práci na této knize i telefonických rozhovorů s panem Kaplanem, který jednoznačně říká, že jeho zkušenosti to rovněž nepotvrzují. Na jednom ze svých nejpopulárnějších kursů meditace vyučuje již téměř 30 let také léčení a od té doby, co se v Jižní Africe zhruba od druhé poloviny 90. let rozšířilo reiki, prošla tímto i dalšími jeho kurzy řada tzv. mistrů reiki. On sám se po svých zkušenostech s těmito lidmi titulu „mistr reiki“ jen pobaveně směje. Říká, že se často stává, že lidé, kteří před příchodem na kurs neměli o léčení žádnou představu, dosahují hned při prvním pokusu daleko lepších výsledků než tito tzv. mistři.

Podle jeho názoru žádné léčení nemůže fungovat, je-li do něj přespříliš zapojeno ego. Ani symboly reiki ne; srdeční čakra se prostě zablokuje. A mnozí z těchto lidí mají ego přinejmenším značně přebujelé a duchovní vnímání a porozumění prakticky

žádné.

K tomu bych ještě dodal, že s láskou se nekšeftuje. Z duchovní lásky si mnozí udělali výnosnou živnost a skloňují ji proto ve všech pádech.

Stát se skutečným mistrem reiki vyžaduje hlubokou pokoru, lásku, odhodlání a soustavnou systematickou práci na sobě.

V páté kapitole jsem ve svých poznámkách předložil strukturu lidské psychiky na schématu kabalistického Stromu života. Strom života, který je podle učení mystické kabaly nejméně pět tisíc let starý, představuje slovy pana Kaplana úžasnou praktickou systematizaci a klasifikaci celé lidské psychiky a její zrcadlení našeho slunečního systému v souladu s hermetickým axiomem: „Jak nahoře, tak dole“; mikrokosmos je odrazem makrokosmu; to, co je skryto uvnitř, se odráží na povrchu. Strom je multidimenzionální a čím více pronikáme do jeho tajemství a aplikujeme naše poznání v každodenním životě, tím více jsme schopni absorbovat z Nekonečné Moudrosti Velikého Architekta vesmíru.

Na schématu Stromu života můžeme vidět, že lidská duše má následující strukturu: Neomezená Inteligence + Bezpodmínečná Láska tvoří část naší bytosti, která je v angličtině označována jako „The Higher Self“. Do češtiny lze přeložit snad jako *Vyšší Já*. Toto je skutečná podstata každého člověka, u velké většiny lidí však více či méně zastřena závojem kosmické iluze Máji.

Většina lidí tak prožije prakticky celý svůj život, obrazně řečeno, ve sklepních místnostech svého ega a překrásné domény nadzemních částí jejich úžasné vily zůstávají téměř či zcela nevyužity a neprobádány.

Bezpodmínečná Láska má inherentní léčivý aspekt; na Stromě života je atributem centrálního sefirotu Tiferet, jehož astrologickým ekvivalentem je planeta Slunce a který integruje

lidskou psychiku do harmonického systému, podobně jako Slunce integruje prostřednictvím gravitace náš sluneční systém.

Carl Gustav Jung, jeden z nejvýznačnějších psychologů a psychiatrů minulého století dospěl po mnohaletém studiu řady primitivních kmenů a intenzivním zkoumání psychiky lidí jak z Východu, tak i ze Západu k poznání, že existují určité symboly, jež jsou inherentní součástí univerzálního podvědomí celého lidstva. Zjistil, že symbolika, již se mu technikou volné asociace podařilo vydolovat z hlubin mysli tisíců subjektů, má obecnou platnost a nazval tyto symboly archetypy.

Takovýmto archetypním symbolem v sefirotu Tiferet je, mimo jiné, archanděl Rafael, jehož jméno v překladu znamená Léčitel boží.

Základem Východních systémů léčení je rovnováha energetického pole člověka. Jsou-li zejména srdeční (anaháta) čakra a třetí oko (ádžna čakra) v rovnováze, potom i zbytek energetického pole má tendenci se vyrovnat, což je základním předpokladem dobrého zdraví a uzdravení.

Jedna pražská léčitelka byla velice pobouřena, když jsem s ní o tomto hovořil. Podle jejího názoru je léčení řemeslo a člověk musí léta studovat práci s virgulí a spoustu dalších psychotronických jevů a poznatků, jako studovala ona. Když jsem jí řekl, po svých vlastních několikaletých zkušenostech coby student pana Kaplana v Johannesburgu, že jsem přesvědčen, že člověk potřebuje k léčení jen Bezpodmínečnou Lásku a něco málo vědomostí, nedokázala to vůbec přijmout. „Jak to změříš?“ „Jak víš, kde máš energii přidat nebo naopak zase ubrat? Kdybys tomu člověku teď přidal energii, tak ho zabiješ! Doufám, že to v té tvojí knize bude!!!“ A tak podobně... Jistě, myslela to dobře. Ale její představa o léčení vycházela z ega. Tento typ lidí studuje energii v laboratořích, provádí různá měření, pořizuje kirliánské fotografie čaker

a analyzuje je atd. Umožňuje jim však toto vědecké bádání opravdové poznání hlubokého tajemství? Kolik vysokoškolsky vzdělaných psychotroniku dosáhlo velikosti často nigramotných indických jogínů?

Nechci psychotroniku bagatelizovat. Mnoha léčitelům je neocenitelným pomocníkem v jejich bezesporu úspěšné práci. A také této léčitelce její virgule nepochybně dokáže poskytnout užitečné diagnostické i jiné informace. Ale která virgule změří Bezpodmínečnou Lásku a Inteligenci za ní? Naštěstí v posledních letech již podobné pověry a nesmysly pomalu ustupují.

Zmiňuji se zde o těchto věcech proto, že každý člověk, který se začne zajímat o léčení a jiné duchovní záležitosti, dříve či později narazí na nejrůznější druhy lidí, kteří na něj nějakým způsobem zapůsobí a dost možná, že se jej pokusí ovlivnit.

Žijí mezi námi lidé s psychickými schopnostmi, kteří jsou čistí a láskyplní a jejichž posláním v tomto životě je nezištně pomáhat druhým. A jsou dostatečně moudří a empatičtí na to, aby tomu druhému ponechali vlastní prostor k učení a růstu a přijdou na pomoc pouze tehdy, jsou-li o to požádáni a jen do takové míry, jakou situace vyžaduje, aby neoprávněně nezasahovali do života toho člověka.

Potom se setkáme s lidmi, kteří mají psychické schopnosti, jichž užívají pozitivním způsobem k léčení či konzultacím, ale jejich výjimečné schopnosti a skutečnost, že je lidé pro ně obdivují, vedou k tomu, že zapomínají na pokoru, nabývají dojmu, že už se dále nemají od nikoho co učit a občas hlasitě ventilují své ego dobře míněnými „radami“ a kategorickými prohlášeními o věcech, jimž podle všeho příliš nerozumí. Poznáte je snadno podle toho, když uslyšíte například: „Jen nedělej to a tohle!“ Vysmějí se Vám, když za nimi přijdete s dotazem na téma, které je pro Vás velice důležité a domníváte se, že by Vám ten člověk mohl snad poradit, a on se místo toho odmítne s Vámi o tom dále bavit, protože on „ví“

svě...

A jsou tu také lidé, kteří sice mají jisté psychické schopnosti, ale využívají jich převážně k tomu, aby je vystavovali na odiv. Tito lidé se díky svým neobvyklým schopnostem často rovněž považují za vysoce „duchovně vyspělé“, jako kdyby tyto schopnosti měly něco společného s duchovnem. Svědčí prostě jen o tom, že buď v současnosti či někdy v minulosti pracují nebo pracovali s energií způsobem, který rozvíjí vnímavost jiných (zejména éterických a astrálních) dimenzí existence. A tato cvičení nemusí být vždy zaměřena pozitivním směrem. Vždyť například i někteří satanisté a čarodějky dokáží „věci“ využitím takových schopností a znalostí.

Pan Kaplan mě sice uklidnil, že lidé této kategorie se od pozitivní energie typu reiki drží „na míle daleko“, poznání dychtivý člověk však na ně může nicméně narazit a zcela jistě se setká s nejružnějšími odstíny těch ostatních.

Studentům reiki mohou uškodit nejen ti, kdo proti reiki brojí, přestože o něm nic nevědí, a vyvolávají hysterii, jako výše zmíněná léčitelka, ale i ti, kdo volí patetický a senzacechtivý přístup k jeho výuce. Sugescí tak jistě dosáhnou adekvátních výsledků. Pan Kaplan mi vyprávěl, že se ve své praxi setkal s mnoha lidmi, kteří měli hrůzu třeba i meditovat, vzhledem ke zkušenostem, které získali u některých učitelů. Totéž se může stát i při léčení. Proto bych tu rád ještě jednou zdůraznil důležitost pečlivého výběru učitele.

Vzhledem k tomu, že reiki je práce s energií, souvisí i s různými systémy energetických cvičení, především s duchovní disciplínou kundalíni či laya jógy a čchi-kungem. V netradičním reiki jsou cvičení sloužící k pročišťování energetických kanálů (nádí) považována za velice důležitá. Jejich účelem je to, aby se budoucí mistr reiki stal co možná nejčistším a nejsilnějším vodičem kosmické energie. Kromě cvičení čchi-kungu, uvedených v této knize, mohu doporučit vynikající knihu MUDr. Radomíra Růžičky

a Ing. Rudolfa Sosíka nazvanou *ČCHI KUNG*, z níž jsem zde použil některé materiály. MUDr. Radomír Růžička CSc. je předním českým odborníkem v oblasti tradiční čínské medicíny, který se výrazně zasloužil o její etablování v české a slovenské klinické i experimentální medicíně a napsal o ní řadu knih. Ing. Rudolf Sosík se již více než 15 let systematicky zabývá cvičením čchi-kungu a studoval je rovněž v Německu u čínského učitele Cchin San Lina. Kniha vyšla v roce 2002 v olomouckém nakladatelství Poznání. Autory jsem při překladu této knihy konzultoval a rád bych jim tu poděkoval za cenné informace a připomínky i svolení použít některé jejich materiály. Zároveň děkuji i majiteli nakladatelství Poznání panu Lukešovi, že mi toto také umožnil.

Zatímco mnohým zájemcům o hlubší práci s reiki budou cvičení čchi-kungu plně vyhovovat, pro jiné by byla vhodnější spíše kundalíni jóga. Bohužel, domnívám se, že opravdu kvalitních učitelů této disciplíny je u nás ještě nedostatek a bez zkušeného a svědomitého učitele ji nelze začít s plnou účinností a bezpečně praktikovat. Vzhledem k závažnosti tohoto tématu bych se u něj trochu pozastavil.

Učení jógy i dalších systémů duchovního růstu v přibližně 2000 let trvajícím období tzv. *Piscean Age* (*Věku Ryb*), který nedávno skončil, prošlo hlubokým úpadkem. *Piscean Age* je znám jako *Age of ignorance* (*Věk nevědomosti*). Svámí Vivékánanda uvádí, že v tomto období povstal veliký učitel Sankaračárya, aby spasil Indii před tou nejhrubší formou materialismu, jakou už asi 1400 let před ním vymýtil Buddha. Buddhismus však již zatím mezi nevzdělanými masami zdegeneroval a situace z časů Buddhy se opakovala. Sankaračárya systematizoval filosofii ádvaity (postulující jednotu všeho stvoření) a podařilo se mu oživit poslání Véd. Vypráví se, že pověřil čtyři jogíny, aby šířili toto učení po celé Indii. Jednoho vyslal na sever, druhého na jih, třetího na východ a čtvrtého na západ. Dodnes v Indii existují hnutí, jež tvrdí, že jejich kořeny