

Mirek Čapek

Moto: Ásany jsou duchovní pozice. Nezáleží na tom, napnete-li se o centimetr více či méně! A napnete-li se o centimetr více, již to není jóga, ale gymnastika!
Matadží Indra Dévi

JÓGA A REIKI

Již ve spisu „Hathajóga pradípika“ je psáno, že Hathajóga bez Rádžajógy není jóga a Rádžajóga bez Hathajógy není také jóga. Tedy ideál: osmistupňová „Aštangajóga“.

Jeden z významů slova Jóga je Cesta, nebo podle původního starosanského kmene „YUDŽ“ se dá také přeložit jako „jho“ to znamená, že adept dá-li se na Cestu, vkládá na sebe také jho, že se bude snažit z Cesty neseštopit a přijímat vše, co jej na Cestě potká.

Je více „druhů“ reiki ve světě – i u nás. Ovšem tradiční Reiki Usui Shiki Ryoho se shoduje právě s Jógou v Cestě, protože dává důraz na duchovní vývoj člověka a také ho tomu učí.

REI-KI je to složení dvou japonských slov: Rei znamená Vesmír, nebo univerzální, také duch, nebo duše a Ki znamená životní energii.

Dlouhá léta jsem lidi učil, jak lze jógovým cvičením i jinými jógovými technikami přijímat vesmírnou energii a opět ji vydávat k pomoci našim bližním – buď k zmírnění či odstranění bolestí, nebo prostým dodáním chybějící energie. Jógovou cvičební sestavu, kterou jsem dlouhá léta „piloval“ a posléze lidi učil, nazvali v Ostravě „Vitalizační“.

Proč tedy Reiki?

Lékařským přístrojovým výzkumem, který probíhá již přes osm let a který iniciovala a vymyslela MUDr. Nina Kořínková z Mělníka, lze prokázat, že kdokoli předává-li komu-či čemukoli životní energii, tedy i mnozí léčitelé, v okamžiku předávání energie si oslabuje své energetické tělesné (chcete-li akupunkturní) dráhy v józe známé jako nádís a musí se učít získat ochranu proti zpětnému chodu. Lékařský přístrojový výzkum (třemi různými přístroji) prokázal, že ten, kdo je zasvěcen do tradičního Reiki – podmínkou jsou čtyři zasvěcení pro první stupeň- nejen že dává kvalitní energii bez ohledu na svůj momentální energetický náboj, ale zároveň si ještě při tom „nabíjí“ své vlastní dráhy- doplňuje svůj energetický potenciál.

Jóga a Reiki jdou společnou Cestou a navzájem se mohou velmi dobře doplňovat.

Použijte ještě jeden z mnohých moudrých výroků Matadží Indry Dévi (tento titul jí dal Mahátma Ghándí a letos by se dožila 108 let):

„Toto tělo je nám dáno pro tento život, tak o něj máme s láskou pečovat, aby nám vydrželo bez problémů až do konce!“

Tisíce a tisíce existencí prožívá bytost, stane-li se konečně člověkem. Védská jóga nás učí, že na jedné nezvládnuté úrovni- jak jí říkáme čakry, může člověk prožít šestset životů a nic se neděje, protože ta nádherná Energie, které někdo říká Bůh, někdo Vyšší princip, nebo Univerzum dává člověku svobodnou volbu. Nikoho netrestá, ani nehladí, každý trestá či hladí sebe sám. Jen na každém z nás záleží, vydá-li se na Cestu a kam až v jedné existenci postoupí, právě proto, že máme svobodnou volbu.

Během všech těchto existencí má člověk zvládnout tři vlastnosti, které mají být zastřešeny čtvrtou. A všechno to nás učí jak Jóga, tak Reiki takže kdo jde některou z těchto cest, může postoupit výše a logicky spojí-li dva shodné směry –jde to rychleji.

- 1) Trpělivost Jóga ásany i jiné techniky- nespěchat ani nesoutěžit i sám se sebou Reiki- jedno Reiki ošetření trvá jednu hodinu.
- 2) Tolerance Jóga i Reiki učí: Višuddhi- brána k božským čakrám- nepustí nikoho výš, dokud jakýkoli problém hází na něco, nebo někoho jiného.
- 3) Všeobjímající láska Pozor! Není to nějaká rozkochaná láska: já vás všechny objímám a nechat sebou vláčet. Je to uvědomělá láska! Jóga nás učí, že Anáhata čakra je čakrou lásky. Má přesný návod ve svém symbolu. Symbolem Anáhaty je Davidova- šesticípá hvězda, čili šestiúhelník. Dva trojúhelníky, jeden špičkou dolů a jeden nahoru. To je přesný návod, jak to s tou láskou má být. Je-li to láska majetnická, vyžadující reciprocitu, ať už partnerská, či rodičovská –sráží bytost dolů. Teprve láska obdarovávající, bez vyžadování reciprocity, může bytost vést vzůru.
- 4) Pokora Celé toto snažení má být zastřešeno pokorou. Velmi dobře je to známo z jakékoli duchovní Cesty. Jakmile si člověk myslí a zvláště když to dává najevo, že něco už zvládl, dá mu Vesmír velmi brzo najevo, jak to je ve skutečnosti.

K tomu použiji citát jednoho filosofa –jmenoval se Kabír: „Rozdíl mezi svatým a materialistou nemusí být vůbec žádný myslí-li si svatý, že je lepší než materialista“

Reiki má velmi jednoduché zásady pro duchovní cestu:

- Právě dnes se nehněvej
- Právě dnes si nedělej starosti
- Cti své rodiče, učitele a starší
- Prožívej své žití čestně
- Buď vděčný za vše co je.

Mám takový dojem, že i z hlediska Jógy lze s těmito zásadami souhlasit