

First published in 2017 by
New Burlington Press
The Old Brewery
6 Blundell Street
London N7 9BH

Copyright © 2017 Quarto Inc.
Translation © Jelena Žlábková, 2018

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této publikace nesmí být reprodukována, uložena v systému vyhledávání dat nebo šířena v jakékoli formě či jakýmikoli prostředky, elektronickými, mechanickými, prostřednictvím fotokopíí, nahrávek nebo jakkoli jinak, bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Všechny ilustrace v knize jsou uvedeny se souhlasem jejich autorů a nakladatelé či výrobci se zřikají veškeré odpovědnosti za případné zneužití autorůvých práv vyplývající z obsahu této publikace.

Sestavení, úprava a produkce
Quarto Publishing Inc.
6 Blundell Street
London N79BH
Editor: Kate Burkett
Senior art editor: Emma Clayton
Design a ilustrace: Emily Portnoi
Art director: Caroline Guest

Z anglického originálu *Reiki for Beginners. Your Guide to Subtle Energy Therapy* vydaného nakladatelstvím New Burlington Press v Londýně v roce 2017 přeložila Jelena Žlábková. Jazyková redakce Ivana Šelešovská
Odpovědná redaktorka Ivana Mergerová
Zlom Typotext, s. r. o.
Technická redakce Pavel Kolín
Vydala Mladá fronta, a. s., jako svou 9776. publikaci.
128 stran, první vydání, Praha 2018

ISBN 978-80-204-4689-3

Knihy Mladé fronty si můžete objednat na adrese:
Mladá fronta, a. s. - divize Knihy
Mezi Vodami 1952/9, 143 00 Praha 4
e-mail: prodej@mf.cz, tel. 225 276 195
na internetu:
www.mf.cz
www.kniha.cz



kniha.cz

mladá fronta

Vytištěno v Číně

Informace uvedené v této knize jsou určeny pouze kosvětě, nemají nahrazovat rady odborníků. Užití jakékoli nové terapie konzultujte prosím se svým lékařem.



Vítejte	6
Přínosy reiki	8
O této knize	10

Kapitola 1

VAŠE LEKCE LÉČITELSKÉ METODY REIKI 12

Co je reiki a jak funguje	14
Principy reiki	15
Plánování vaší lekce	16
Přípravné kroky	18
1. Stanovení záměru	20
2. Soustředění a základy	22
3. Recitace modlitby reiki	26
4. Recitace prohlášení reiki	27
Provedení lekce	28

Kapitola 2

TRADIČNÍ POZICE RUKOU 30

Postup pro dobrý životní pocit	32
Oči: Svěpomoc	34
Spánky: Svěpomoc	35
Lebka: Svěpomoc	36
Hrdlo: Svěpomoc	37
Srdce: Svěpomoc	38
Solar plexus: Svěpomoc	39
Pupek: Svěpomoc	40
Třísla: Svěpomoc	41
Ramena: Svěpomoc	42
Žebra: Svěpomoc	43

OBSAH

Pas: Svépomoc	44	Nohy/chodidla: Svépomoc	74
Kostrč: Svépomoc	45	Hlava a krk: Pomoc rodině	75
Koleno: Svépomoc	46	Hrudník: Pomoc rodině	76
Kotník: Svépomoc	47	Horní část břicha: Pomoc rodině	77
Chodidlo: Svépomoc	48	Pánev: Pomoc rodině	78
Oči: Pomoc rodině	49	Nohy/chodidla: Pomoc rodině	79
Spánky: Pomoc rodině	50	NEMOCI PODLE TĚLESNÝCH SYSTÉMŮ	80
Lebka: Pomoc rodině	51	Imunitní systém: Svépomoc	82
Hrdlo: Pomoc rodině	52	Oběhový systém: Svépomoc	83
Srdce: Pomoc rodině	53	Trávicí systém: Svépomoc	84
Solar plexus: Pomoc rodině	54	Dýchací systém: Svépomoc	85
Pupek: Pomoc rodině	55	Endokrinní systém: Svépomoc	86
Třísla: Pomoc rodině	56	Imunitní systém: Pomoc rodině	87
Ramena: Pomoc rodině	57	Oběhový systém: Pomoc rodině	88
Žebra: Pomoc rodině	58	Trávicí systém: Pomoc rodině	89
Pas: Pomoc rodině	59	Dýchací systém: Pomoc rodině	90
Kostrč: Pomoc rodině	60	Endokrinní systém: Pomoc rodině	91
Koleno: Pomoc rodině	61	NEMOCI PODLE ČAKER	92
Kotník: Pomoc rodině	62	Harmonizace kořenové čakry	94
Chodidlo: Pomoc rodině	63	Harmonizace sakrální čakry	98
<i>Kapitola 3</i>			
KATEGORIE LÉČENÍ PODLE SPECIFICKÝCH PŘÍZNAKŮ	64	Harmonizace solární čakry	102
Volba postupu	66	Harmonizace srdeční čakry	106
NEMOCI PODLE MÍSTA VÝSKYTU	68	Harmonizace hrdelní čakry	110
Hlava a krk: Svépomoc	70	Harmonizace čelní čakry	114
Hrudník: Svépomoc	71	Harmonizace korunní čakry	118
Horní část břicha: Svépomoc	72	Seznam nemocí	122
Pánev: Svépomoc	73	Rejstřík	126
		Poděkování	128