

Kosakowska, Aleksandra

Reiki - japońska sztuka uzdrawiania i jej miejsce w ramach nurtu leczenia holistycznego w Polsce

Medycyna Nowożytna 12/1 - 2, 67-84

2005

Artykuł umieszczony jest w kolekcji cyfrowej Bazhum, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych tworzonej przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego.

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie ze środków specjalnych MNiSW dzięki Wydziałowi Historycznemu Uniwersytetu Warszawskiego.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.



Aleksandra Kosakowska

Reiki – japońska sztuka uzdrawiania i jej miejsce w ramach nurtu lecznictwa holistycznego w Polsce

Reiki to praktyka uzdrowicielska, powstała w połowie XIX wieku w Japonii. Jej twórca – Mikao Usui, po wielu latach poszukiwań odpowiedzi na pytanie w jaki sposób uzdrawiał Jezus, trafił na świętą górę Kuri Yama. Tam, po 21-dniowej medytacji połączonej z postem, doznał, jak głosi przekaz, oświecenia, które przyniosło mu moc uzdrawiania i wiedzę na temat nauczania tej sztuki¹.

„Reiki” można przetłumaczyć jako „Uniwersalna Moc Życiowa”. Słowo to składa się z dwóch japońskich znaków – „rei” oraz „ki”. Oba one opisują Duchową Siłę istniejącą we wszechświecie, jednak „rei” wyraża jej aspekt uniwersalny, będący przyczyną istnienia, „ki” natomiast, odpowiednik chińskiego qi, hinduskiej prany, czy many Kahunów, określa tę Siłę jako już przejawioną w postaci energii, która stanowi istotę wszystkiego, co żywe².

Filozofia Reiki zakłada, że każdy człowiek jest „kanałem”, poprzez który przepływa ki. Jeśli żyje on w harmonii ze wszechświatem,

¹ S. Bukowski, *Reiki. Narzędzie mocy mistrza*, Studio Astropsychologii, Białystok 2000, s. 15-16.

² J. E. Jabłońska, *Światło i Moc Reiki*, Wydawnictwo Astre, Warszawa 1997, s. 10.

energia w jego ciele krąży w sposób zrównoważony, co gwarantuje mu zdrowie. Jednocześnie w tej sytuacji człowiek ma naturalną zdolność „przepuszczania” przez siebie tej uzdrawiającej siły i przekazywania jej innym. Życie większości ludzi odbiega jednak od owego ideału harmonijności. Zdaniem praktyków Reiki staje się to powodem zaburzenia naturalnego przepływu energii i pozbawia człowieka możliwości sterowania nią. Źródłem tego są wszelkie negatywne myśli, emocje czy doświadczenia, jak też nieprawidłowe rozumienie potrzeb swojego ciała i duszy. Reiki jako praktyka służy przede wszystkim uwolnieniu, powstałym za ich sprawą blokad energetycznych. Dzięki temu zaś ma przywracać człowiekowi harmonię wewnętrzną, utożsamianą ze zdrowiem, oraz możliwość uzdrawiania innych poprzez przekazywanie im ki. Drogą ku temu są inicjacje³.

Jak pisze mistrzyni Reiki Ewa Jabłońska: „Inicjacja to rodzaj oczyszczenia na wszystkich płaszczyznach. Przemawia do ducha i ciała, podwyższa wibracje, usuwa blokady oraz wydalą toksyny”⁴. Od czasów Mikao Usui powstał szereg linii przekazu Reiki. Każda z nich wypracowała swój system inicjacyjny, składający się z różnej ilości stopni. Podstawę ich wszystkich stanowią jednak trzy poziomy wtajemniczenia w wiedzę uzdrowicielską. Pierwszy z nich ma służyć ożywieniu naturalnych sił uzdrawiających. Inicjacje z nim związane otwierają praktyka na możliwość czerpania energii z Kosmosu i przekazywania jej poprzez dłonie. Ki jest wykorzystywana nie tylko do uzdrawiania ludzi, ale także roślin i zwierząt⁵. Stosuje się ją również do wzmacniania pozytywnego działania jedzenia, lekarstw, opatrunków, pieniędzy, czy kamieni szlachetnych⁶. Wystarczy w tym celu przyłożyć dłonie do danej rzeczy i pozwolić, by płynął przez nie strumień energii. W przypadku wykonywania zabiegu na człowieku stosuje się specjalne układy rąk. Wiedzę na temat sposobów przekazywania ki i jej działania, adept otrzymuje na seminarium pierwszego stopnia.

Przy okazji drugiego stopnia wtajemniczenia praktykowi zostają przekazane trzy symbole wraz z mantrami⁷. Pierwszy z nich ma na

³ Tamże, s. 13; Herron, David. *The Reiki Attunement Process*. In The Reiki Page. [online] The Reiki Page. [Ostatnia aktualizacja 2004] [dostęp 17 maja 2004] Dostępny w World Wide Web: <http://reiki.7gen.com/attune.htm>.

⁴ J. E. Jabłońska, *Światło i Moc Reiki ...*, s. 14.

⁵ B. J. Bagiński, S. Sharamon, *Reiki. Uniwersalna Energia Życiowa*, Wydawnictwo Aster, Kraków 1995, s. 105, 110.

⁶ Tamże, s. 116-117.

⁷ Herron, David. *The Reiki Symbols*. In The Reiki Page. [online] The Reiki Page. [Ostatnia aktualizacja 2004] [dostęp 17 maja 2004] Dostępny w World Wide Web: <http://reiki.7gen.com/symbols.htm>.

celu wzmacniać strumień energii płynącej poprzez dłonie uzdra-
wiającego. Drugi pomaga w usuwaniu blokad emocjonalnych i ne-
gatywnych wzorców myślowych z podświadomości, przez co inten-
syfikuje przemianę wewnętrzną. Trzeci znak odpowiada przede
wszystkim za możliwość przesyłania energii na odległość, ale także
za kontaktowanie się z nadświadomością (rozumianą jako Wyższe
Ja), które sprzyjają rozwojowi duchowemu⁸. Wtajemniczenie w dru-
gi stopień Reiki ma służyć poszerzeniu procesu uzdrawiania, roz-
poczętego na poziomie fizycznym, o poziom mentalny i duchowy⁹.
Dzięki poznanym symbolom praktyk zyskuje umiejętność oczysz-
czania pomieszczeń z negatywnej energii i niwelowania wpływu żył
wodnych. Może zabezpieczać przedmioty przed kradzieżą, a ludzi
przed złymi wpływami i nieszczęściami. Tak zwane „zabiegi na sy-
tuacje”, z użyciem tajemnych znaków, ułatwiają mu rozwiązywanie
różnych problemów życiowych takich, jak znalezienie pracy, poko-
nanie trudności finansowych czy właściwe ułożenie relacji z bliski-
mi, a oczyszczanie podświadomości ma pomóc w przywróceniu ży-
ciowej harmonii.

Inicjacja związana z trzecim stopniem Reiki oraz, otrzymane przy
jej okazji, symbole wyposażają adepta w wiedzę i moc umożliwiającą
ceinicjowanie innych. Od tej pory staje się niezależnym przekazicie-
lem tajemnic sztuki Reiki, zwanym mistrzem¹⁰.

W czasach Mikao Usui to mistrz decydował o gotowości kandy-
data do inicjacji, ten zaś zobowiązany był w zamian pracować przez
jakiś czas u jego boku¹¹. Dziś praktyk sam określa moment swojej
gotowości do kolejnego stopnia wtajemniczenia, a zamiast wolonta-
ryjnej pracy asystenta, wnosi określoną opłatę¹². Jakaś forma za-
dośćuczynienia za przekaz wiedzy jest, zdaniem praktyków Reiki,
niezbędna. Pieniądze, tak jak wiedza czy czas poświęcony na pracę,
są tu traktowane jako forma energii, o której harmonijny przepływ
należy zabiegać, aby nie narazić się na utratę wewnętrznej równo-
wagi. Rekompensata za wtajemniczenie ma się także przyczynić do
większego zaangażowania w praktykę. Mikao Usui, w początkowym
okresie swej działalności, uzdrawiał bowiem i przekazywał swoją
wiedzę bezinteresownie. Spostrzegł jednak, że ludzie nie cenią efektów

⁸ B. J. Bagiński, S. Sharamon, *Reiki. Uniwersalna Energia...*, s. 45.

⁹ Tamże.

¹⁰ A. Bednarz, *Życie z... Reiki*, Studio Astropsychologii, Białystok 2000, s. 46-47.

¹¹ Tamże, s. 40.

¹² Około 200-300 złotych za I stopień, około 300-500 złotych za II stopień, około 3-4.000 złotych za stopień mistrzowski (dane uzyskane na podstawie badań autorki).

uzdrowienia i wracają do starych nawyków. Od tej pory postanowili nauczać jedynie tych, którzy wykażą zainteresowanie wiedzą i pragnienie rzeczywistej przemiany swojego życia¹³.

Wymóg ten wiąże się bezpośrednio z podstawowymi założeniami na temat istoty uzdrawiania w Reiki. Omawiany tu system zakłada, że jest ono procesem, który obejmuje człowieka jako całość – nie tylko jego wymiar fizyczny, lecz również emocjonalny, energetyczny i duchowy – nie może się zatem ograniczyć do usunięcia zewnętrznych objawów czy dolegliwości. Uzdrawienie jest tu pojmowane jako swoista przemiana wewnętrzna, której efekt może objawić się w postaci uleczenia ciała. Przekaz energetyczny oraz użycie symboli związanych z drugim stopniem ułatwia przełamanie blokad, które stoją na drodze tej przemiany. Jeśli jednak człowiek pozostaje na nią wewnętrznie zamknięty, wyzdrowienie może być jedynie częściowe lub czasowe. Mistrzowie Reiki twierdzą, że „prawdziwe uzdrowienie jest możliwe tylko wtedy, gdy świadomie zaakceptujesz obszary, których unikałeś, wpuścisz je do siebie, nie będziesz się przed nimi bronić ani uznawać za wroga. To jest droga miłości, droga Reiki”¹⁴.

Głównym przekonaniem, na którym opiera się filozofia uzdrawiania w Reiki, jest twierdzenie, że każdy człowiek w pełni odpowiada za to, co spotyka go w życiu. Odpowiada zatem również za wszystkie choroby, jakie go dotyczą. W ramach tej filozofii ciało jest bowiem traktowane jedynie jako emanacja ducha. Stanowi ono wyraz wszystkich przekonań, emocji, myśli, słów oraz czynów. One to właśnie, jeśli są negatywne, pozbawiają człowieka energii i stają się przyczyną choroby. „My sami – jak zakłada filozofia Reiki – ponosimy pełną odpowiedzialność za całe nasze istnienie, za każdy aspekt, który przeżywamy i którego doświadczamy”¹⁵. Zdaniem praktyków Reiki każde doświadczenie, jakie spotyka człowieka, w tym także choroba, jest wskazówką, znakiem wysyłanym przez ducha, który można odczytać poprzez ciało lub napotkane zdarzenie. Nawet wypadek, przeciętnie traktowany jako nieszczęśliwy zbieg okoliczności, w ramach tej interpretacji jest wyrazem wewnętrznych problemów i podjętej przez człowieka na głębszym planie jego istoty, próbą ich przezycięcia. Mistrzowie Reiki piszą o tym następująco: „Wypadki,

¹³ *Reiki – Historia*. In Reiki. Łódzkie Centrum Terapii Naturalnej [online] Reiki. Łódzkie Centrum Terapii Naturalnej. [Ostatnia aktualizacja 2004] [dostęp 17 maja 2004]. Dostępny w World Wide Web: <<http://www.reiki.com.pl/REIKI-HISTORIA.htm>>.

¹⁴ B. J. Bagiński, S. Sharamon, *Reiki. Uniwersalna Energia Życiowa...*, s. 214.

¹⁵ Tamże, s. 228.

nawet jeśli nieświadome, są przez nas samych sprowadzane i poszukiwane. Wypadek jest zakwestionowaniem aktualnej drogi"¹⁶. Podobnie interpretuje się znaczenie każdego schorzenia czy dolegliwości np.: głuchota – „Głuchym staje się jedynie ten, kto już od dawna był głuchy na swój wewnętrzny głos [...], wskazuje ona na odosobnienie, upór, izolację. Jesteś w ten sposób zmuszony do wsłuchiwania się we własne wnętrze"¹⁷. Innym przykładem, obrazującym ten sposób patrzenia na chorobę mogą być dolegliwości w zakresie dróg żółciowych – „Żółć jest niesłychanie agresywną substancją, która rozkłada tłuszcz. Dolegliwości woreczka żółciowego mają zawsze związek z agresją, której prawdopodobnie nie jesteś świadom, obojętnie czy ją odreagowujesz czy tłumisz [...]. Przyjmij sam siebie z miłością, a wówczas zniknie także Twój gniew na innych lub na twoją sytuację życiową"¹⁸. Choroba w ramach filozofii Reiki jest traktowana jako wyzwanie do wewnętrznej przemiany i tylko za jej sprawą może zostać całkowicie uleczona.

Natura przekonań na temat istoty choroby w ramach danego systemu determinuje charakter działań leczniczych. Tak jest również w przypadku Reiki. Przypomnę, że siłą, mającą główne znaczenie w tym nurcie uzdrowicielskim jest energia. To dzięki niej istnieje życie, jej swobodny przepływ w ludzkim ciele gwarantuje zaś zdrowie. Energia jest niejako pośrednikiem pomiędzy ciałem i duchem. Zakłócenia energetyczne są pierwszym objawem problemów wewnętrznych, ich skutkiem stają się natomiast konkretne dolegliwości fizyczne. Zależność ta oddziałuje również w drugą stronę. Troszcząc się o ciało, czyli dbając o właściwy styl życia np. poprzez odpowiednią dietę czy ćwiczenia, człowiek podnosi swój poziom energii, co otwiera go na przemianę duchową. Reiki nie skupia się jednak na ciele, uznając je jedynie za „produkt” myśli, ukształtowany przez energię.

Uzdrowianie w ramach tej metody opiera się na dwóch rodzajach działań. Pierwsze to wpływanie na układ, jakim jest człowiek, niejako od środka, czyli poprzez energię. Jej przekaz ma na celu wzmocnienie ciała w walce przeciwko chorobie, z drugiej zaś strony obdarcie ducha siłą potrzebną mu do wewnętrznej przemiany. Terapeuci twierdzą, że „Reiki rozwija swoją własną logikę [...], wie gdzie i w jakiej ilości jest potrzebna.”¹⁹. Przekazujący energię nie może w pełni przewidzieć skutków swego oddziaływania, bo ki sama płynie tam, gdzie jest najbardziej potrzebna i dokonuje najistotniejszych

¹⁶ Tamże.

¹⁷ Tamże, s. 163.

¹⁸ Tamże, s. 185.

zmian. Często pojawiają się one w niespodziewanej formie. Choć bowiem pacjenci zazwyczaj dążą przede wszystkim do pozbycia się fizycznych dolegliwości, uzdrowiciele Reiki obserwują, że „większość ludzi doświadcza najpierw uzdrowienia na planie emocjonalnym – ciało fizyczne podąża w ślad za tym.”²⁰. Praktycy tłumaczą to zjawisko przekonaniem, że „podczas bezpośredniej terapii Reiki dotykamy materialnego ciała pacjenta [...] oddziaływanie nie ogranicza się jednak do płaszczyzny fizycznej. Rozciąga się ono na wszystkie obszary fizyczno-umysłowo-duchowej jedności człowieka. Fizyczna choroba lub słabość jest przecież zawsze tylko cielesnym wyrazem leżącego u podstaw niedostatecznego uporządkowania, oznaką, że wypadliśmy z wewnętrznej jedności z życiem.”²¹. Sygnały wskazujące, że terapia zadziałała, a energia rozpoczęła proces przemiany w życiu pacjenta, mogą być różne: „Niekiedy pojawiają się rozwiązania dla uprzednio odsuwanych problemów. Nierzadko uczyniony zostaje krok, na który dotąd stale brakowało odwagi. Często rodzi się życzenie, by zmienić coś w dotychczasowym życiu.”²². W ten sposób realizuje się pierwszy cel oddziaływania poprzez Reiki.

Drugim dążeniem w ramach procesu uzdrawiania, realizowanym synchronicznie z pierwszym, jest docieranie do przyczyn choroby. Tylko ich usunięcie pozwala wyeliminować nawrót objawów i umożliwia człowiekowi dalszy, swobodny rozwój. Proces ten opiera się na pomocy pacjentowi w uświadomieniu i przemianie wzorców myślowych, które wpływają na kształt jego życia. Często dokonuje się to automatycznie podczas samej terapii: „do świadomości biorcy powracają stare, nieprzerobione przeżycia, uwolnione zostają emocje”²³. Jeśli zabiegowi nie towarzyszą podobne doznania terapeuty stara się obudzić w pacjencie świadomość przyczyn choroby. K. Milner robi to następująco: „Sugeruję pacjentom, by zadawali pytania swym własnym aniołom, przewodnikom i świętym lub opowiadał, co widzę i słyszę, by pacjenci mogli uświadomić sobie wewnętrzną prawdę”²⁴.

Zakłada się, że źródła wzorców myślowych, które stały się przyczyną schorzeń mogą znajdować się nie tylko w przeszłości obecnego życia ale i w poprzednich wcieleniach. Filozofia Reiki odwołuje się bowiem do koncepcji reinkarnacji i twierdzi, że „uzdrawianie minionych

¹⁹ Tamże, s. 35.

²⁰ K. Milner, *Reiki oraz inne energie w uzdrawianiu dotykiem*, Wydawnictwo Bis, Warszawa 2002, s. 59.

²¹ B. J. Bagiński, S. Sharamon, *Reiki. Uniwersalna Energia Życiowa ...*, s. 34.

²² Tamże, s. 35.

²³ Tamże, s. 34.

²⁴ K. Milner, *Reiki oraz inne energie w uzdrawianiu dotykiem...*, s. 59.

wcieleń to metoda uzdrawiania terażniejszości²⁵. Wszelkie emocje, myśli, słowa i działania są tu uznawane za postać energii, poprzez którą człowiek, najczęściej w sposób nieświadomy, kształtuje swoją rzeczywistość. Zamanifestowany czyn, wypowiedziane słowo, powstała emocja, a nawet myśl, tworzą przyczyny, których skutki mogą powrócić do człowieka w obecnym jak i w przyszłych wciele- niach. Uświadomienie sobie przyczyn swojego terażniejszego położenia oraz uwolnienie ich dzięki energii miłości – Reiki, pozwala wyeliminować wywołane przez nie skutki. Uzdrawianie przeszłości objawia się w postaci przeobrażenia wewnętrznego, dokonującego się w terażniejszości. Tu tkwi istota uzdrowicielskich dążeń Reiki. Zakłada się bowiem, że tylko dzięki zrozumieniu własnych wewnętrznych uwarunkowań i ich przemianie, nastąpić może całkowite uleczenie emocjonalne, fizyczne i duchowe²⁶.

W Reiki wykorzystuje się kilka technik mających służyć zaistnieniu, opisanej wyżej, całościowej przemiany. Podstawą praktyki jest nakładanie dłoni. W zależności od szkoły przykłada się je w ściśle określonych miejscach, (np. wzdłuż meridianów²⁷), w określonej kolejności lub tylko w punktach wskazanych przez pacjenta jako bolesne, albo w takich, które uzdrowiciel wyczuwa jako osłabione pod względem energetycznym. Celem zabiegu jest dostarczenie pacjentowi dodatkowej energii, jak też przywrócenie jej harmonijnego przepływu. Po drugim stopniu Reiki uzdrowiciel zyskuje umiejętność przekazu energii na odległość, dzięki symbolom i sile intencji.

Przesyłaniu energii, bezpośrednio czy na odległość, może towarzyszyć przekaz do podświadomości pacjenta afirmacji, czyli pozytywnych wzorców myślowych, które pomagają mu wejść w proces przemiany wewnętrznej. Mistrzyni Reiki K. Milner opisuje tego rodzaju zabieg następująco: „Umieszczam dłonie na szczytach kości ramieniowych pacjenta. Moje palce są skierowane ku dołowi, w stronę dłoni pacjenta [...] pozwalam energii działać przez chwilę. Potem sugeruję: »uwolnij się od wszelkich myśli na temat braku lub ograniczenia. Żyjemy we Wszechświecie pełnym obfitości i jesteśmy ukochanymi dziećmi Boga Matki-Ojca, który obdarza nas czułością. Uwolnij się od

²⁵ Tamże, s. 74.

²⁶ Tamże, s. 58-64.

²⁷ Meridiany – wg medycyny chińskiej – kanały energetyczne biegnące poprzez ciało i zaopatrujące w energię poszczególne organy, z którymi są powiązane; zob.: Z. Cendrowski, *Leksykon...*, s. 82.

wszelkich starych schematów, które odnosileś do samego siebie”²⁸. Podobne afirmacje „zapisuje się” także pacjentom do codziennego powtarzania lub pisania. Istotą całego procesu pozostaje jednak dążenie do tego, aby człowiek rozumiał przyczyny swoich dolegliwości i wyeliminował je ze swego życia.

Uzdrowianie poprzez Reiki ma charakter holistyczny. Mistrzowie tej sztuki twierdzą, że „człowieka [...] należy traktować zawsze jako całość. Nawet rozdział na sferę somatyczną (fizyczną) i psychiczną, uważamy [...] za nieuzasadniony, gdyż zawsze chodzi o jeden i ten sam problem lub zasadę, które jedynie manifestują się na rozmaitych płaszczyznach”²⁹. Istotą zabiegów leczniczych staje się w tej sytuacji nie tuszowanie skutków problemu w płaszczyźnie fizycznej lub psychicznej, lecz odszukanie jego źródła. Mogą nim być nagromadzone negatywne emocje, chore stosunki rodzinne, poczucie winy lub brak przebaczenia. Ogólnie zatem wszystko, z czym człowiek nie radzi sobie w życiu.

Reiki trafiło w krąg kultury euroamerykańskiej w 1974 roku, za sprawą Amerykanki japońskiego pochodzenia, mistrzyni Hawayo Takaty. Znalazło tu podatny grunt do adaptacji. Kontrkultura lat 60. XX w. zainicjowała fascynację duchowością, Orientem i samodoskonaleniem się. W latach 70. na tym podłożu rozwinął się ruch Nowej Ery³⁰, propagujący wizję świata i człowieka oraz koncepcje zdrowia i choroby w dużej mierze pokrywające się z tymi, które występują w Reiki. W obu przypadkach punktem wyjścia jest holistyczne postrzeganie istoty ludzkiej³¹ oraz przekonanie, że „nasze samopoczucie fizyczne i emocjonalne znajduje się w pełni pod naszą kontrolą i możemy się nauczyć jak sobą sterować”³². Konsekwencją tego twierdzenia staje się nakaz podjęcia odpowiedzialności za własny rozwój we wszystkich wymiarach³³. Służą temu różnorodne metody. A. Kubiak dzieli je na sensoryczne, psychoterapeutyczne, psychotroniczne i religijne³⁴. Sami praktycy mówią w tym miejscu o tzw. „pracy” z ciałem, z umysłem, z energią i o praktykach duchowych.

²⁸ K. Milner, *Reiki oraz inne energie w uzdrawianiu dotykiem...*, s. 78.

²⁹ B. J. Bagiński, S. Sharamon, *Reiki. Uniwersalna Energia Życiowa...*, s. 155.

³⁰ B. Dobroczyński, *New Age*, Znak, Kraków 1997, s. 41-66

³¹ A. Kubiak, *Kosmologia i antropologia uzdrawiania*, „Promocja Zdrowia. Nauki społeczne i medycyna”, 1998 nr 14, s. 42.

³² D. Hunt, T. A. Mc Mahon, *Ameryka - nowy uczeń czarnoksiężnika*, Oficyna Wydawnicza Tiqva, Wrocław 1994, s. 205-206.

³³ M. Nowaczyk, *Antynomie nowej duchowości*, „Przegląd religioznawczy” 1997, nr 4, s. 13.

³⁴ A. Kubiak, *Kosmologia i antropologia...*, s. 43-44.

Wiele metod łączy w sobie te różne płaszczyzny „pracy nad sobą”. Tym, co wydaje się je spajać jest energia. Wśród zwolenników New Age podkreśla się jej uniwersalną obecność i istotne znaczenie dla życia i zdrowia³⁵. Rozpowszechnianie tego przekonania przyczynia się niewątpliwie do tworzenia pozytywnego gruntu dla adaptacji Reiki.

Trudno określić jak szeroko rozpowszechnione jest dziś Reiki. Oficjalne statystyki prowadzi tylko jedna, z kilku głównych, organizacji zrzeszających praktyków – The Reiki Alliance. W 2001 roku należało do niej zrzeszonych blisko 10 tysięcy mistrzów z całego świata (z których każdy posiada trudną do określenia liczbę uczniów), z czego w Europie ponad tysiąc, w Polsce natomiast około 200³⁶. Wielu, jeśli nie większość, mistrzów działa jednak poza wszelkimi organizacjami. Rzeczywista liczba praktyków Reiki pozostaje zatem niewiadoma. Przybliżone informacje na temat rozpowszechnienia Reiki w Polsce zyskujemy dzięki analizie wyników sondażu na temat znajomości praktyk holistycznych wśród Polaków, przeprowadzonego w 2002 roku przez Instytut Badań Rynku i Opinii Publicznej. Wykazują one, że w naszym kraju, gdzie Reiki pojawiło się po raz pierwszy w 1988 roku³⁷, znajomość tej metody deklaruje 2,62% badanych, podczas gdy 0,49%, wśród tysiąca trzydziestu respondentów, praktykuje ją³⁸.

Poszerzeniu wiedzy na temat tego, mało jeszcze znanego, zjawiska i jego praktyków, posłużyły badania autorki prowadzone od listopada 2003 roku do końca marca 2004 roku. Pierwszy etap badań, z użyciem ankiet, objął grupę 54 osób z Olsztyna i Poznania praktykujących Reiki na poziomie wszystkich stopni wtajemniczenia. Uzyskane w ten sposób dane ilościowe uzupełnione zostały, w drugim etapie badawczym, o informacje jakościowe, otrzymane podczas wywiadów pogłębionych z pięcioma mistrzami Reiki³⁹.

Badania wykazały, że praktykami Reiki są w większości kobiety (ponad ¾ respondentów) oraz osoby w wieku od 21 do 45 lat. W obrębie badanej grupy tylko trzy osoby posiadają wykształcenie niższe niż średnie. Staż praktyki wśród respondentów rozciąga się w okresie od

³⁵ Tamże, s. 48.

³⁶ S. Bukowski, *Reiki. Narzędzie mocy mistrza...*, s. 18-19.

³⁷ zob: J. Sieradzan, *Festival New Age. Kraków Teatr „Stu”*. Notatki uczestnika seminarium, „Pismo Literacko-Artystyczne” 1989, nr 6, s. 195.

³⁸ *Praktyki holistyczne*. In [serwis informacyjny] Jacy jesteście [online] Wirtualna Polska [Ostatnia aktualizacja 2002] [dostęp 17 maja 2004-05-17] Dostępny w World Wide Web: <<http://jj.wp.pl/religia.html>>.

³⁹ Ankiety i wywiady dostępne w zbiorach autorki.

dwóch miesięcy do dwunastu lat. Osób początkujących (do trzeciego roku praktyki) jest jednak stosunkowo dużo, bo prawie połowa. Może to wskazywać na rozpowszechnianie się Reiki. Jeśli proces taki to rzeczywiście ma miejsce, to przede wszystkim za przyczyną samych praktyków, którzy popularyzują omawianą metodę wśród swoich znajomych. Tą drogą najczęściej bowiem, jak wykazują badania, rozchodzą się informacje na temat działania Reiki i możliwości nauczania się tej sztuki uzdrawiania. Najczęstszą przyczyną zaangażowania się w praktykę jest chęć pomocy sobie i innym, nie tylko w zakresie spraw zdrowotnych, ale także szeroko pojętych problemów życiowych. Przez ankietowanych omawiana metoda jest traktowana przede wszystkim jako pomocne narzędzie uzdrawiania, jednak wielu z nich upatruje w niej także wartość, nadającą nowy sens życiu i wspierającą rozwój duchowy.

Nie ma tu miejsca na przedstawienie kompletnej charakterystyki poszczególnych mistrzów, z którymi przeprowadzone zostały wywiady pogłębione. Podkreślenia wymaga jednak fakt, że rolę mistrza każdy z nich realizuje w wybrany przez siebie, dowolny sposób. Niektórzy wokół praktyki skupiają całe swoje życie, organizując ośrodki jej popularyzacji, gdzie leczą i nauczają. Inni, utrzymując się z odrębnej działalności, prowadzą domowe gabinety, nie zabiegając zaledwie o poszukiwanie uczniów. Są też tacy, którzy mając stopień mistrzowski, w ogóle nie decydują się na przekazywanie inicjacji, ani działalność uzdrowicielską.

Chociaż praktykowanie Reiki przejawia się w różnorodny sposób, a sama metoda posiada swoją specyfikę, daje się jednak jednoznacznie umiejscowić w ramach nurtu lecznictwa holistycznego. Wśród wielu niekonwencjonalnych systemów leczniczych, które charakteryzuje niejednolite nazewnictwo⁴⁰, ten wyróżnia się poprzez odwołanie do pojęcia „holizm”. Jak stwierdza A. Kubiak pojęcie to „zawiera konotacje słowa »whole« – całość oraz »hole« – święty. Razem oznaczają całość świata, w jego wymiarze makro- i mikrokosmicznym, ożywioną na nowo, nierozdzieloną od ducha [...] Ważnym elementem w tej wizji Jedności jest zmiana miejsca człowieka. Nie jest on panem natury, ale elementem całości. Powiązany ze środowiskiem jest on całością duchowo-psycho-fizyczną”⁴¹. Odwołanie do takiej właśnie wizji

⁴⁰ Zob.: D. Penkala-Gawęcka, *Perspektywa etnologiczna w badaniach nad medycyną komplementarną*, [w:] *Historia leków naturalnych*, t. 3, red. B. Kuźnicka, Instytut Historii Nauki, Oświaty i Techniki PAN, Warszawa 1993, s. 28-29.

⁴¹ A. Kubiak, *Kosmologia i antropologia uzdrawiania...*, s. 44-45.

świata i człowieka stanowi wyróżnik praktyk holistycznych. Rozpowszechnianie się lecznictwa holistycznego „na poziomie mitycznym jest – jak pisze A. Kubiak – przykładem prób powrotu mitów o utraconej i poszukiwanej na nowo kosmogonicznej jedności”⁴². W ramach tego nurtu leczniczego głównym dążeniem pozostaje chęć uzyskania harmonii pomiędzy ciałem, psychiką i duchem, pomiędzy poszczególnymi narządami, jak też między jednostką a otoczeniem. Tak sformułowany cel automatycznie wpływa na sposób kształtowania pojęć takich, jak „zdrowie” i „choroba”.

Antropologia medyczna wyróżnia dwa sposoby rozumienia terminu „choroba”. W języku angielskim określają je słowa „disease” i „illness”. „Disease” jest chorobą w znaczeniu patologii struktury lub funkcji jakiegoś narządu lub układu. Można ją stwierdzić obiektywnie. „Illness” tymczasem opisuje chorobę w znaczeniu subiektywnym, jak też w odniesieniu do przekonań i wierzeń funkcjonujących w określonej kulturze. Jest ona przede wszystkim zjawiskiem psychologicznym, duchowym i społecznym⁴³. W takim znaczeniu w dawnej Polsce jako chorobę rozumiano kołtun. Współcześnie, w ramach filozofii lecznictwa holistycznego, chorobą w tym rozumieniu jest np. pesymizm, zaburzone relacje z innymi ludźmi czy prześladowające kogoś niepowodzenia. Tego typu „dolegliwości” nie poddają się leczeniu medycznemu. Ich usuwaniem zajmują się terapeuci lub uzdrowiciele, w swej pracy skupiając się nie tyle na chorobie, co na pacjencie – budowaniu jego poczucia własnej wartości, przemianie relacji z otoczeniem czy przywracaniu sensu życia⁴⁴. Jest rzeczą oczywistą, że w ramach tej teorii również zdrowie jest czymś więcej niż brakiem fizycznych dolegliwości. Rozumiane holistycznie obejmuje ono wszystkie płaszczyzny duchowo-psycho-fizycznej jedności człowieka. W ramach filozofii New Age jest ponadto kojarzone z dobrobytem materialnym i powodzeniem we wszystkich sferach życia.

W taki właśnie sposób funkcjonuje rozumienie „zdrowia” wśród praktyków Reiki. Jeden z badanych mistrzów stwierdza: „Jest to stan harmonijnego funkcjonowania ciała, przejawiania się ciała w życiu. To jest także harmonia całej naszej struktury psycho-energetycznej. O stanie zdrowia świadczy również nasz sposób funkcjonowania

⁴² Tamże, s. 40.

⁴³ A. Young, *The anthropologies of illness and sickness*, „Annual Review of Anthropology” 1982, nr 11, s. 257-285.

⁴⁴ J. Jeszke, *Historyczne źródła współczesnych nurtów lecznictwa niemedycego i ich społecznej akceptacji*, [w:] *Szkice z socjologii medycyny*, red. M. Libiszowska-Żółtkowska, M. Ogryzko-Wiewiórska, W. Piątkowski, Wydawnictwo M. Curie-Skłodowskiej, Lublin 1998, s. 83.

w życiu, na ile jest on harmonijny, na ile jesteście ludźmi w tym wszystkim”. Określając swoje pojmowanie omawianego pojęcia badani najczęściej odwołują się do kategorii takich, jak „harmonia wewnętrzna”, „radość życia”, czy „poczucie spełnienia” oraz podkreślają, że stan zdrowia przejawia się także w płaszczyźnie relacji z ludźmi i ze światem.

Zdrowie w ramach nurtu holistycznego, czyli także wśród praktyków Reiki, nie jest traktowane instrumentalnie – jako narzędzie umożliwiające sprawne funkcjonowanie. Stanowi tu ono wartość autoteliczną – jest potwierdzeniem i manifestacją właściwego stylu życia oraz bycia w zgodzie ze sobą. Priorytetem jest tu nastawienie na wewnętrzny rozwój, którego dobre samopoczucie jest jedynie efektem. Jeden z respondentów podkreśla: „Usui powiedział wyraźnie, że Reiki jest duchową metodą uzdrawiania ciała, umysłu i ducha. Jest to rozwój duchowy poprzez uzdrawianie, bo przecież nie chodzi o produkowanie uzdrowicieli, tylko o to, żeby samemu siebie uzdrowić przede wszystkim”.

Praktycy Reiki są przekonani, że stosowana przez nich metoda pozwala doświadczać owego wszechstronnego rozwoju. Oceniają, że pod wpływem wykonywania „zabiegów” z użyciem Reiki poprawia się nie tylko ich stan fizyczny (lepsza odporność, ustąpienie dolegliwości bólowych), ale także samopoczucie psychiczne (poczucie wyciszenia, większa wiara we własne możliwości, redukcja lęku) oraz duchowa świadomość.

Holistyczne rozumienie zdrowia przekłada się na konkretne sposoby postępowania. Charakterystyczne dla zwolenników tego nurtu myślenia jest m. in. stosowanie działań profilaktycznych, nastawienie na poszukiwanie źródeł choroby, nie zaś na tłumienie jej objawów, jak też łączenie różnorodnych metod w procesie leczenia i profilaktyki⁴⁵. Przeprowadzone badania wykazują, że większość praktyków Reiki stosuje, oprócz tej, także inne niekonwencjonalne metody lecznictwa, zazwyczaj kilka równocześnie. Do najczęściej wykorzystywanych zaliczyć można masaże, ziołolecznictwo, medytacje, homeopatię, aromaterapię i bioenergoterapię.

Tak, jak różnorodny jest zasób dodatkowych metod leczniczych stosowanych przez praktyków Reiki, tak zróżnicowane są także przejawy działań w obrębie samego systemu. Po pierwsze Reiki jest

⁴⁵ A. Kubiak, *Kosmologia i antropologia...*, s. 45.

przykładem zarówno samolecznictwa jak i działalności uzdrowiciel-skiej⁴⁶. Przede wszystkim jest ono traktowane jako metoda uzdra-wiania praktyka przez samego siebie. Wielu adeptów decyduje się na inicjację właśnie ze względu na własne problemy zdrowotne i chęć ich eliminacji dzięki „pracy z energią”. Większość z nich jednak przy okazji wykorzystuje swoje umiejętności także w celu pomocy innym. Najczęściej ogranicza się to do wykonywania zabiegów osobom blis-kim i znajomym, lecz część praktyków otwiera gabinety i oficjalnie zajmuje się uzdrawianiem.

Po drugie, zróżnicowanie w przypadku Reiki przejawia się w wielo-ści zastosowań samej praktyki. Po części zostało to już wspomniane przy okazji omawiania możliwości, jakie stwarza adeptom zdobycie poszczególnych stopni inicjacji. Dodajmy teraz, odwołując się do in-formacji zebranych podczas badań, że Reiki bywa wykorzystywane także do odprawiania egzorcyzmów, udzielania pomocy osobom umierającym czy tzw. „rozjaśniania relacji” (np. pomoc w wyjściu z nieudanego związku).

Praca terapeuty Reiki nie ogranicza się zatem do wykonywania zabiegów nakładania rąk, lecz obejmuje wszechstronną pomoc o cha-rakterze fizyczno-psychologiczno-duchowym. Badani, którzy pro-wadzą gabinety zauważają, że największa grupa ich pacjentów to osoby z problemami psychologicznymi – nerwice, depresje, brak chę-ci do życia, lęk. Dopiero w drugiej kolejności zgłaszają się do nich chorzy z dolegliwościami natury fizycznej, choć bardzo często oba rodzaje problemów występują wspólnie.

Praca uzdrowiciela Reiki posiada swoją specyfikę. Przyjmuje się, że sesja uzdrawiania powinna obejmować około dziesięciu spotkań, choć w rzeczywistości jest to dostosowywane indywidualnie do po-trzeb pacjenta. Pierwsze trzy – cztery zabiegi są uznawane za oczysz-czające. Po nich, zdaniem terapeutów, organizm staje się na tyle silny, że uruchomione zostają w nim procesy regeneracji i przywracania równowagi. Sam przekaz energii, połączony z użyciem symboli, trwa średnio od 40 do 60 minut. Na całe spotkanie, trwające około 1,5–2 go-dzin, składa się jednak dodatkowo rozmowa z pacjentem, zapisywa-nie mu afirmacji do pisania i czytania oraz stosowanie wielu różnych pomocniczych technik z zakresu lecznictwa niekonwencjonalnego, którymi posługują się mistrzowie. Terapeuci wykonują pacjentom

⁴⁶ M. Libiszowska-Żółtkowska, *Religia w trosce o zdrowie. Wybrane zagadnienia z po-granicza socjologii medycyny i socjologii religii*, [w:] *Szkice z socjologii medycyny...*, s. 42; W. Piatkowski, *Spotkania z inną medycyną*, Wydawnictwo Lubelskie, Lublin 1990, s. 18.

także zabiegł przekazu energii na odległość, w większości przypadków bezpłatnie.

M. Libiszowska-Żółtkowska wyróżnia dwie kategorie uzdrowicieli. Healerzy religijni (charyzmatyczni) są przekonani, że pozostają jedynie „narzędziem w ręku Boga” i tylko za Jego łaską mają moc przywracać ludziom zdrowie. Świeccy uzdrowiciele utrzymują tymczasem, że ich moc zawiera się w nich samych. Są przekonani, że posiadając specyficzne zdolności, są w stanie pomagać innym. Ci pierwsi nakłaniają swoich pacjentów do wiary w Boga, podczas gdy ci drudzy sami stają się obiektem wiary⁴⁷. Terapeuta wykorzystujący Reiki znajduje się bliżej pierwszej z wyróżnionych kategorii, jednocześnie wykraczając poza nią. Z jednej strony bowiem filozofia omawianej sztuki leczenia głosi, że człowiek jest „kanałem boskiej energii”. Energia płynie jedynie przez dłonie praktyka, kierując się własną logiką i trafiając zawsze tam, gdzie jest najbardziej potrzebna. W tym ujęciu rola uzdrowiciela ogranicza się do bycia przekaźnikiem. Gdy świecki healer dzieli się z innymi własną energią, praktyk Reiki przepuszcza przez siebie energię kosmiczną. Jeden z badanych stwierdza: „Mój udział w uzdrawianiu jest minimalny. Ja pokazuję tego, który uzdrawia jako przedłużacz. Podłączamy się do gniazdko a z drugiej strony podłączamy pacjenta. Przez nas tylko płynie. Mój wpływ ogranicza się do tego, że mój poziom energetyczny, moje blokady lub ich brak powoduje większy lub mniejszy przepływ energii. Mogę też tak podejść do pacjenta, że on się na ten przepływ bardziej otworzy. Ale na to, co się dalej dzieje z energią nie mam wpływu”. Niektórzy respondenci, przekonani, że oni sami są tylko narzędziami przekazu, a uzdrowienie dokonuje się dzięki woli Boga, każdą praktykę Reiki kończą formułą: „Panie, jeśli taka jest Twoja wola, a za moją prośbą”. Mistrzowie proponują także, aby afirmacje, mające na celu podświadome „przeprogramowywanie się” na pozytywne myślenie o sobie i życiu, kończyć sformulowaniem przekształcającym ten rodzaj autosugestii w formę modlitwy, zakładającej spełnienie, np.: „Z każdym dniem i pod każdym względem wiedzie mi się coraz lepiej i lepiej, z pomocą i łaską boską”⁴⁸.

Przekonanie o znaczeniu woli Boga w procesie odzyskiwania zdrowia oraz koncepcja praktyka w roli przekaźnika boskiej energii wskazywałby, że terapeutę Reiki można uznać za przykład uzdrowiciela religijnego. Ta kategoria nie opisuje go jednak w pełni. Dodatkowo

⁴⁷ Tamże, s. 61.

⁴⁸ J. E. Jabłońska, *Światło i moc Reiki...*, s. 69.

bowiem adept Reiki zawsze będzie podkreślać znaczenie woli samego chorego dla powodzenia terapii. To pacjent – zdaniem nauczycieli omawianej sztuki leczenia – musi znaleźć w sobie przyczyny choroby i pracować nad ich usunięciem np. poprzez afirmacje. Przede wszystkim natomiast powinien autentycznie pragnąć powrotu do zdrowia. Stwierdzenie, że chory może tak naprawdę nie chcieć wyzdrowieć dziwi przeciętnego odbiorcę. Każda osoba cierpiąca pragnie przecież pozbyć się bólu i sprawnie funkcjonować. Pamiętając jednak, że filozofia Reiki zakłada istnienie źródeł chorób w psychice i w duszy, rozumiemy, że np. niechęć do wybaczenia, czy tłumiony żal są jednoznaczne z odmową wyzdrowienia. Dopiero, gdy chory uświadomi sobie przyczynę swoich dolegliwości i podejmie decyzję o jej usunięciu, proces uzdrawiania może się rozpocząć. Mistrz Reiki wskazuje zatem pacjentowi, że to on sam dla siebie jest uzdrowicielem, w nim tkwi sekret powrotu do zdrowia i tylko on sam może zapoczątkować ten proces. Tutaj wizerunek terapeuty Reiki wykracza poza koncepcję uzdrowiciela religijnego. Nie pasuje również do charakterystyki healera świeckiego, przekonanego, że jego umiejętności są nadzwyczajnym darem. W przeciwieństwie do niego bowiem, nauczyciel Reiki będzie przekonywał swojego klienta, że zdolność uzdrawiania to naturalna, choć stłumiona, właściwość każdego człowieka i poinformuje go że, dzięki inicjacji, może ją uruchomić w sobie samym. Istota uzdrowiciela Reiki wymyka się zatem klasyfikacji zaproponowanej przez M. Libiszowską-Żółtkowską. Dla określenia tego terapeuty należałoby stworzyć dodatkową kategorię healera – przewodnika. Główną jego cechą jest bowiem to, że prowadzi on pacjenta do zrozumienia i uzdrowienia samego siebie.

Większość badanych uznaje inicjacje jedynie za etap wstępny owej drogi samouzdrawiania i uczenia się przekazu energii. Respondenci są przekonani, że tylko dzięki systematycznej pracy, Reiki staje się skutecznym narzędziem rozwoju osobistego. Wiele osób wyraża przy tym przeświadczenie, że również do samego rozpoczęcia praktyki potrzeba pewnego poziomu duchowej dojrzałości. Jak w przypadku wielu dalekowschodnich filozofii, także i tu mamy do czynienia z opinią, że „dopiero kiedy uczeń jest gotowy, zjawia się mistrz”. Inicjacja jest w tym przypadku traktowana jedynie jako zwieńczenie pewnego etapu „pracy nad sobą”, a jednocześnie początek nowego. Kilku respondentów posuwa się jeszcze dalej w przekonaniu o decydującym znaczeniu samorozwoju dla pogłębiania wtajemniczenia w wiedzę uzdrowicielską. Twierdzą oni, że inicjacja nie jest w tym celu niezbędna. Istotę

procesu stanowi bowiem osiągnięcie kolejnych stopni wewnętrznej harmonii i samoświadomości.

Reiki, przez osoby zajmujące się tą metodą, jest traktowane przede wszystkim jako praktyka (coś wymagającego zaangażowania), nie zaś jako zdolność (coś дарowanego). Adeptci mają poczucie własnej odpowiedzialności za powodzenie terapii. Większość z nich pozostaje przeświadczona, że to od ich zaangażowania (wiary) i systematyczności pracy zależy skuteczność oddziaływań. Wielu, dodatkowo, powierza jednak swoje działania łasce Sił Wyższych. Jedynie nieliczni pozostają przekonani, wzorem świeckiego healera, że na efekt uzdrawiania wpływają ich indywidualne, przyrodzone zdolności.

Poczucie odpowiedzialności za stan własnego, szeroko pojmowanego, zdrowia jest, jak to już podkreślono, jednym z wyznaczników metod holistycznych, rozpowszechnionych w ramach New Age. Nie oznacza ono jednak odrzucenia opieki zdrowotnej ze strony medycyny oficjalnej. Przeprowadzone badania wykazują, że wśród praktyków Reiki większość opowiada się za podejściem komplementarnym w leczeniu i korzysta, w różnym zakresie, z możliwości dostarczanych przez oba nurty leczenia. Zdarzają się tu jednak także osoby zrzucone do medycyny konwencjonalnej, jak i takie, które starają się ograniczyć swój kontakt ze służbą zdrowia do minimum, wyrażając przekonanie, że Reiki pozwala im utrzymywać dobry stan zdrowia.

Powszechnemu wśród ogółu praktyków przeświadczeniu o konieczności łączenia osiągnięć lecnictwa holistycznego i medycyny profesjonalnej, towarzyszy opinia, że tej ostatniej „brak pewnej wrażliwości i perspektywy duchowej”. Jeden z mistrzów stwierdza: „Ludzie, którzy leczą muszą mieć duchowe urzeczywistnienie, jeśli chcą leczyć w pełni. Ponieważ najczęściej przyczyny zewnętrznych przypadłości są ukryte wewnątrz, więc ta perspektywa, w której się podchodzi do leczenia z zewnątrz jedynie, jest co najmniej spłaszczona.” Badani postulują zatem, aby leczeniu ze strony medycyny konwencjonalnej towarzyszyło diagnozowanie i usuwanie „duchowych” przyczyn chorób, przeprowadzane przez uzdrowicieli.

Całościowe postrzeganie istoty ludzkiej, utożsamianie zdrowia ze wszechstronnym dobrostanem i połączone z tym przekonanie, że człowiek w pełni odpowiada za każdy aspekt własnej egzystencji, wpisują Reiki w nurt lecnictwa holistycznego. Istniejąc w jego ramach, omawiana metoda zachowuje jednak swoją specyfikę przekazu wiedzy, podejścia terapeutycznego i przekonań praktyków.

Poszerzanie wiadomości na ten temat wydaje się istotne, gdyż Reiki jest w Polsce zjawiskiem nowym i nadal jeszcze mało znanym, zarówno w ramach ogółu społeczeństwa jak i w środowisku badaczy przejawów leczenia niekonwencjonalnego⁴⁹.

Rec. doc. dr B. Płonka-Syroka

Aleksandra Kosakowska

Reiki - japanese art of curing and her position in schemes of therapeutics in Poland

Summary

Reiki is a healing practice, rised in Japan in the mid XIX'th century. The philosophy of this art of cure assumes that human health depends on the level and harmonious flow of the vital energy, called „ki”. Therefore the main aim of this practice is to remove all energetic blockades in individual's body. Owing to that process the natural, in the practitioners' opinion, human's ability of healing by transfer the ki is restored. Certain steps of initiations increase practitioners skills.

In the contemporary euroamerican culture, Reiki has begun to unfold since the beginning of 1970's. Expanding in those days New Age philosophy has supported its adaptation in our society. In Poland this method appeared in the late 1980's and is still rather unknown as a culture occurrence. Author's research, conducted among practitioners' from Olsztyn and Poznań, was to broaden the knowledge about the method and people, who are involved in it. The results show that Reiki is one of the holistic treatment's practices but it has also its unique character. For instance, it assumes the particular role of healer, who is a guide for his patient, helping him to understand and cure himself. According to the practitioners Reiki is the way of comprehensive development, identified with the drift towards holistic health.

⁴⁹ Zainteresowanych szerszymi informacjami na temat Reiki oraz naukową analizą zjawiska nie tylko jako przykładu praktyki holistycznej, ale także ruchu parareligijnego i współczesnej formy magii odsyłam do pracy magisterskiej autorki pt.: *Reiki - pomiędzy praktyką leczenia holistycznego, ruchem parareligijnym, a współczesną formą magii*, napisanej pod kierunkiem dr hab. Jaromira Jeszke (praca dostępna w archiwum Instytutu Etnologii i Antropologii Kulturowej Uniwersytetu im. A. Mickiewicza w Poznaniu).

Reiki - die japanische Heilkunst und ihre Rolle in der ganzheitsmedizinischen Strömung in Polen

Zusammenfassung

Reiki ist eine Heilkunst, die in der Hälfte des 19. Jahrhunderts in Japan entstanden ist. Das Wort "Reiki" kann als "universale Lebensenergie" übersetzt werden. Diese Technik basiert auf der Überzeugung, dass der Heilungsprozess, den ganzen Menschen betrifft - nicht nur in der physischen Bedeutung, aber auch in der emotionalen, energetischen und seelischen Dimension. Der Heilungsprozess wird hier als eine innere Wandlung verstanden. Heilung des Körpers sei das Ergebnis dieser Wandlung. Das menschliche Wesen wird als Ganzheit verstanden, die körperliche Gesundheit wird mit dem allgemeinen Wohlfühlen gleichgesetzt. Der Mensch sei für alle Aspekte seiner Existenz verantwortlich. Deswegen soll Reiki den ganzheitsmedizinischen Systemen beigezählt werden. Diese Methode existiert zwar im Rahmen der Ganzheitsmedizin, sie bewahrt aber ihren eigenen Charakter der Wissensübermittlung, der therapeutischen Einstellung und in den Überzeugungen. Reiki ist eine neue Erscheinung in Polen, und es ist wenig bekannt sowohl in der Gesellschaft als auch unter den Wissenschaftlern, die sich mit der Alternativmedizin beschäftigen.