

DŽÍNOVÁ DIETA – CVIKY PRO LEPŠÍ POSTAVU – ČTĚTE UVNITŘ!

sféra

DIOCHI

CASOPIS NEJEN O PŘÍRODNÍM LÉKAŘSTVÍ

Zrcadlení

Máte problém? Změňte sebe!

Rosteme díky svým rozpoznáním slabostem



BRATR EBOLY

Nebezpečný smrtící virus marburg se po více než čtyřiceti letech navrátil zpět do Evropy

ZÁSADY ZDRAVÉ

VÝŽIVY

Chcete vědět, jak je to doopravdy s cukry a sladidly?



„Bez negací v nás a kolem nás si tvoříme spokojený život“

Terapeutka a lektorka Jana Majtnerová z Ostravy je velmi silná žena, zocelil jí život. Nikdy nic nedostala zadarmo a vše si musela tvrdě odpracovat. Janu znám dlouho, setkala jsem se s ní před lety na ezoterickém festivalu. Přednášela o umění feng shui s takovým zápalem a nadšením, že si posluchače i mě hned získala. Zejména pro svůj lidský přístup.

Přiznávám, mám od té doby bydlení také zharmonizované, a tehdy po měsíci přišla změna, na kterou jsem jinak čekala velmi dlouho. Kdybych k Janě měla přiřadit byl jen jednu vlastnost, která by ji charakterizovala, byla by to právě pracovitost. Pracuje často od rána do večera, ale nikdo neví, kde se momentálně nachází, zda poskytuje terapie ve svém nově vybudovaném centru, nebo je v terénu někde po republice a posuzuje lidské příbytky, možná zrovna někde přednáší nebo vyučuje. Aby toho nebylo málo, mnohokrát do noci u počítače zpracovává projekty. Taková je, vždy velmi ochotná pomoci těm, kteří volají o pomoc. Nazývám ji léčitelkou Duší, ale Jana se tomu brání a sama o sobě říká: „Jsem tarotový poustevník, který má lidem ukazovat světýlko ve tmě. Ukazují lidem cestu.“ Jak nalézat vnitřní klid a mír, že to jde a že existují prostředky. Pomůže, ukáže, jak je použít. To je její práce. „Není to ale o tom, že udělám abrakadabra a člověk je vyléčený. Gros už musí udělat každý sám, jinak to nejde,“ vysvětluje.

■ Zavzpomínej, jak začala tvá ezoterická cesta?

Začínala jsem jako materialistka, a přestože jsem v životě prošla spoustou různých povolání, každou práci jsem vykonávala ráda. Dělal jsem účetní, peníze a čísla jsou tvrdá materie, a to mě popohnalo k tomu, že jsem hledala protipól. A tak jsem se před mnoha lety účastnila „babcine“, kde jsem se poprvé setkala s numerologií, ta mě tehdy uchvátila a začala jsem ji systematicky studovat. Mezitím jsem absolvovala kurzy reiki 1-3, současně jsem se zamilovala do techniky Su-Jok a dva roky ji studovala, velmi jsem se zajímala o kaminky, čakry a měla jsem na



Jana Majtnerová přednáší o principech feng shui.

to téma svého času i vlastní seriál na jednom televizním kanálu. Před lety jsem začala evropskou školu feng shui, abych v tomto oboru mohla pracovat profesionálně. Další byl kurz regrese, andělské semináře a mnoho, mnoho dalších. S numerologií jsem pak zcela skončila. Dlouho jsem váhala, zda začít profesionálně s dráhou terapeutky, stále mi připadalo, že ještě nejsem dostatečně připravená a vzdělaná, byl to velký pocit zodpovědnosti. Přes duchovní průvodce jsem jednou dostala informaci, že již víc není třeba. Byl čas začít... Tak jsem do toho „šlápla“. Začalo to přednáškami na festivalech v různých městech. Pořádala jsem Školičky feng shui. Sama jsem si navrhla a nechala postavit dům podle těchto principů, abych si na vlastní kůži ověřila, jak to funguje. Odpovědi mi bylo, že například hypotéku se mi podařilo splatit do pěti let, hosté se u nás vždy cítili velmi dobře. Najednou se to vše rozběhlo, a všechny zakázky harmonizace jako by čekaly ve frontě. Zdálo se, že se s nimi roztrhl pytel, všichni chtěli všechno. Harmonizace bytů, domů, firemních prostor, posuzování plánů na nové domy, zda jsou podle principů feng shui. Začala jsem posuzovat parcely, jejich vhodnost, zda tam energie proudí tak, jak má. Mám radost, že lidé stále více vnímají energie a záleží jim i na jejich okolním prostředí. Ráda pozoruji, co se s lidmi a v jejich životech děje, když jsou principy zachovány. Zejmé-

na děti, ty jsou nejskvělejším indikátorem změn k lepšímu. Nedávají do ničeho rozum a dělají přesně to, co cítí.

■ Upravit pouze své okolí někdy nestačí.

To je pravda, přes všechnu snahu měli někteří lidé zdravotní a psychické problémy a bolesti, které si táhli s sebou. Začala jsem hledat něco, co by i tohle řešilo, něco, co bude do sebe zapadat. Přesvědčila jsem se, že nelze vyrušit jen negativní energie kolem nás, ale je třeba vyčistit také negativní energie v nás.

■ Terapeutických metod se nabízí mnoho, které u tebe vyhrály?

Začala jsem vyhledávat metody, které bych mohla opět vyzkoušet nejdříve sama na sobě. Jsem člověk, jenž může propagovat jen to, čemu sám věří.

Sama jsem si potřebovala vyřešit jeden problém. Dostala jsem sice tip na internetu, ale jak to bývá, při brouzdání mě oslovilo zcela něco jiného, a tím byla emocionální psychologie (EFT). Dále jsem svoji terapeutickou praxi rozšířila o práci se svým Vyším Já a kyvadlem.

Když je potřeba, pracuji s různými silnými léčivými energiemi, do kterých jsem byla zasvěcena. Během terapie někdy zařazuji meditaci na odvedení a přetransformování negativních energií. Kombinuji různé metody, podle toho, co zrovna daný člověk potřebuje. Každá terapie je jiná, kaž-

dý klient potřebuje něco jiného. Potřebuje „nastartovat“, a pak už každý „jede“ sám.

Postupně se klientela rozrůstá a klienti jsou spokojeni, jsou to lidé, kteří na sobě chtějí pracovat a chtějí ve svém životě něco změnit. Někdy se stalo, že klient odešel zklamáný, protože očekával, že mávnu kouzelnou hůlkou a během dvouhodinové terapie ho zbavím všech potíží do konce jeho života. Bylo by to hezké, ale další práci musí udělat sám. Největším oceněním a odměnou jsou mi rozzářené oči, úsměv a pocit radosti a lehkosti klienta. Když po čase přijde žena s krásnou pletí, s ohníčky v očích a úsměvem na tváři, tento pohled se nedá ničím nahradit.

Výsledky se projevují tím, že se klientům zlepšují vztahy, prosperita, zdraví, a v neposlední řadě se jim mění vizáž. Zastávám názor, že po třicítce si za svůj obličej může každý sám. Tam se projevují úplně všechno: láska, zlost, jsou tam všechny smutky, bolesti, nemoci.

Osobně mám velkou radost, když slyším, jak i já jsem se změnila, a že si mohu kupovat oblečení se stále menším číslem.

■ Přibliž nám, co je EFT neboli emocionální psychologie.

Je to metoda vzniklá ve spolupráci Američanů s Japonci spojením psychologie a akupresury. Metoda odstraňuje bloky, které si způsobujeme negativními emocemi a ty nám pak vyvolá-

jí psychické a fyzické problémy. Náš život bych přirovnala k řece, a bloky jsou kameny bránící plynulému toku vody – energie – a je třeba je odstranit. Jiná je práce terapeuta, který navíc u negativních programů dokáže přeladit mozek na program pozitivní, a jiná práce laika. V každém případě je to skvělá, velmi jednoduchá metoda, nepotřebujeme k tomu žádné nástroje, přístroje, je velmi rychlá a vlastně ji máme stále při sobě. Jak říkáme: fukáme na akupresurní body, které jsou dané, a pojmenováváme negativní prožitky – fyzické i psychické. Neexistují u ní žádná omezení, a když náhodou nevím, jak problém pojmenovat, ofukávám, že nevím. Mozek je jako počítač a dáváme mu příkaz, co má vymazat. S metodou se dá pracovat i mentálně, například můžeme využít čas při jízdě autobusem a zbavovat se negativních pocitů.

Například akutní stavy: silná spálenina je bez puchýře a po chvíliče bez bolesti, řezná rána, zraněný prst, bolest hlavy, po fukání vše bez potíží. I ti největší skeptici, kteří sami sebe dlouho přesvědčovali, že se jich metoda netýká, na sobě začali pracovat – fukat – je to prostě nakažlivé. (smích)

■ Můžeš uvést nějaké úspěšné příklady ze své praxe?

Řešíme, léčíme s klienty úplně vše, co život přináší, není oblast, kde se nedá pomoci, když klient spolupracuje. Uvedu tři nejčerstvější případy:

1. *Paní Zdenka za mnou přišla s tím, že před týdnem neúspěšně spáchala pokus o sebevraždu. Je rozvedená, má 23letou dceru a o třináct let staršího přítele. Na mne dělá dojem velmi úspěšné podnikatelky, je velmi pěkná, inteligentní. Sama říká, že je podnikatelka a peníze nejsou problém, ale sebevědomí má velice nízké.*

Pochází z velmi neutěšených poměrů, kde vládl terroř a alkohol. Ona jediná se vlastní píli dopracovala tam, kde je. Rodina jejího přítele (dvě dcery a exmanželka) ji uráží, napadají, a přítel je na jejich straně. Velmi přítele miluje, nedokáže si představit život bez něj a říká, že je to výjimečně hodný člověk. Pět let po rozvodu nemá vyřízeno majetkoprávní vyrovnání s exmanželem. Kamarádka ze studii, kterou zaměstnala ve své firmě, na ni udělala nějaké podvody, dostala se k jejím účtům a soukromé korespondenci, kterou zneužila. Nedokázala to ukončit, vyřešit a propustit ji z firmy.

Před terapií:

- nemůže spát
- bojí se otevřít poštu
- bojí se příbuzných přítele
- má několik let v krku „knedlík“, nemůže mít šálu (v zimě mrzne) a nesnáší svetry ke krku

Po 1. terapii:

- už večer pocít vnitřního klidu
- nebojí se otevřít poštu
- na 4 dny se odstěhovala od přítele a přemýšlela o sobě (4. den pro ni přijel s kytkou)
- lépe spí

Dům si Jana Majtnerová navrhla sama podle principů feng shui.





Na ezoterickém festivalu v Českém Těšíně Jana Majtnerová seznamuje posluchače s postupy metody EFT na dobrovolníky.

Po 2. terapii:

- výraz v obličejí je klidný a oči jsou „rozsvícené“
- kolegyne v práci si všimly pozitivních změn psychice, ale i v obličejí, zmizel „knedlík“ z krku (klientka si koupila první šál a těší se na zimu)

Po 3. terapii:

- podle ní „dramaticky pozitivně“ vyřešila svůj majetkový spor s exmanželem. Sama to nazvala: „Jako bych sledovala film, slyšela jsem se a sledovala, jak dělám radikální opatření, jež bych nikdy sama od sebe udělat nedokázala, ale která během dvou hodin vedla k vyřešení problému.“

Po 4. terapii:

- dcera přítele přišla na oběd. Oběd proběhl bez problémů, v družném hovoru. Klientka pokračuje krok za krokem ve změně svého života a sama říká: „Ať to trvá třeba rok, změny jsou tak viditelné a hmatatelné, že chci svůj život měnit.“ Držím jí palce. Je to velmi kvalitní člověk.

2. Muž, 35 let, s velkou bolestí palce. Evidentní dna. Po hodinové práci se bolest zmírnila asi na třetinu. Druhý den navštívil lékaře, který diagnostikoval dnu, odebral krev na analýzu močoviny v krvi. Další den měl lékař stanovit užívání léků podle rozboru krve. V telefonu byl zmatený z toho, že krev je čistá, bez jakýchkoli známek močoviny. Řekl, že si to neumí vysvětlit. My ano. Do dvou dnů byl palec bez bolesti.

3. Žena, dvě děti ve věku 11 a 14 let. Vdaná, manželství harmonické, ale ona je nespokojená. Má dva roky přítele, který jí neřekne, že jí má rád, nedodrží slovo atd. Má ho ráda, nedovede si představit život bez něj, i když jí trápí. Krvácí do střeva a bolí ji břicho, obojí už trvá několik let. Nedokáže si představit, že by s přítelem skončila, nechce, aby to skončilo, při tom pomyšlení jí krvácí srdce. Po dvou terapiích střevo nekrvácí, břicho nebolí a klientka dokáže přemýšlet o tom, že by s ní přítel nebyl. Další terapii nepotřebuje a pokračuje sama v „tůkání“.

■ Jak se může klient, který se rozhodne, že chce svůj život prožívat ve zdraví a kvalitně, připravit na konzultaci nebo terapii?

Je třeba, abychom si vzpomněli na všechna negativa v našem životě, od dětství, kam až naše

paměť sahá. Říkáme tomu „emocionální les“. Každé trauma či negativní zážitek můžeme v tomto případě přirovnat například ke stromu nebo keři, jako v lese. Tam jsou různé trávy, keřky, slabé stromečky, středně velké stromy (smrky) a také velké a silné duby. Nejbolestivější traumata jsou ty silné duby. Když pokácíme tento dub, padá k zemi a s sebou přibere slabší stromky, keřičky a trávy. Stejně je to i s emocemi. Pokud ze svých traumat vybereme ta nejbolestivější a začneme je odblokovávat, zjistíme po čase, že některé lehčí negativní vzpomínky jako by zmizely samy. Velmi se mi osvědčilo, když jsem své klienty naučila jednoduchý systém, který jim pomáhá lépe si vzpomenout. Traumata rozdělíme do kategorií:

1. STRAŠIDLA (každé dítě se něčeho bojí, konkrétního strašidla, tmy, opuštění aj.)
2. RODINA - co je spojeno s jednotlivou osobou
 - OTEC - mě často bil;
 - MATKA - mi prodala klavír, o kterém tvrdila, že je můj;
 - SOUROZENCI
 - PRARODIČE - děda bratrovi kupoval šunku, kterou sám tajně jedl
3. ŠKOLA - ŠKOLKA, ZÁKLADNÍ ŠKOLA atd. (např. Pepiček mě ve školce mlátil)
4. ZAMĚSTNÁNÍ - od prvního až po současnost (nespravedlivý nadřazený, falešná kolegyně aj.)
5. INCESTY - děti mají zvláštní „tykadla“ na dotyky, které jsou jiné než korektní; různé pokusy v rodině i jinde, které se týkají pohlavních orgánů, velká traumata
6. SEXUÁLNÍ TRAUMATA - od prvních pokusů, fyzické i psychické donucování až po násilí
7. PARTNEŘI, MANŽELÉ
8. NAŠE DĚTI
9. OPERACE, ÚRAZY, NEMOCI, HAVÁRIE - jsou to velká traumata
10. PŘÁTELE, SOUSEDI A VZDÁLENÁ RODINA - cokoli, co nám kdo negativního způsobil
11. COKOLIV, CO SE NEHODÍ DO PRVNÍCH 10 KOLONEK

Už během psaní některá traumata odblokujeme samotným uvědoměním si jich. Další, zasunutá, nám vyplavou na povrch. Je lepší začít každou kategorií na samostatnou stranu. Později si můžeme vzpomenout a můžeme se vrátit na příslušný list. Pak vybereme „duby“ a začneme „ofukávat“. Výsledky mohou být překvapivé a nečekané. Pamatujte, že můžete měnit jen svůj vlastní život. Nemáme právo zasahovat do životů jiných lidí.

■ Řekla bych, že se ti v životě daří. Plníš si své sny.

Důležité v životě je neplavat proti proudu, plynout s ním, nechat se vést a poslouchat svoji intuici.

Dříve jsem vedla účetnictví několika firmám, a tyto vědy jsem dělala jen jako zálibu.

Když jsem se rozhodla, že chci lidem pomáhat a zálibu mít jako své hlavní povolání, Vesmír jako by vše organizoval sám. Jakmile mi začali chodit lidé na terapie, postupně mi začaly odpadávat ty nejproblematičtější firmy na účetnictví, bez jakýchkoliv třecích ploch. Jedna činnost přecházela bezbolestně v druhou.

Naplnil se mi můj sen, mám prostory pro terapii a školičku, které mi maximálně vyhovují, samozřejmě harmonizované podle principů feng shui.

Jedním z mých cílů je zprostředkovat učení feng shui staré už 5000 let co největšímu počtu lidí. Není pro mě důležité, abych měla roční školu a naplněný účet, ale aby se co nejvíce lidí naučilo základní principy. Když budou doma něco měnit, když si budou chtít jen vymalovat stěny, aby změny, které uskuteční, byly k dobrému, a ne aby jim další roky energie ubližovala. Když se lidé naučí těm základním pravidlům, může jim to jen prospět. K tomu slouží právě třívikendový kurz Školička.

■ Máš nějakou rychlou a účinnou radu?

Samozřejmě, kdyby teď hned chtěl někdo pro sebe a své okolí něco dobrého udělat, stačí začít se zbavovat přebytečných, poškozených, nefunkčních věcí. Už tím se udělá místo novým nápadům, myšlenkám, a posune se o kus dál. Třeba si jen uklidit v mobilu a počítači.

■ Je něco, s čím nejsi spokojená?

Nelíbí se mi, jak někteří terapeuti pohlížejí na severní Moravu a jak k ní přistupují. Jako k něčemu podřadnému, dokonce hovoří o uhlřích, pro které „některé informace“ nejsou. Jsem přesvědčena, že právě zde jsou velmi citliví, intuitivní a vnímaví lidé. Možná jsou takoví právě proto, v jak těžkém a zkušném prostředí vyrůstali nebo žijí. Dostávám pozvání na různé festivaly a akce po celé republice, ale netáhne mě to tam. Mé působení je zde na Moravě, protože tento kraj a úžasní lidé v něm si pomoc plně zaslouží.

www.fengshui-ostava.cz
 asinela@volny.cz
 Marie Jasioková