

Seymour Koblin praktikuje a vyučuje celostní přístup ke zdraví od roku 1978. Je zakladatelem Zen-Touch™ Shiatsu a School of Healings Arts v San Diegu v Kalifornii, odkud se tento typ shiatsu šíří do mnoha zemí, včetně Evropy.

Terapeut klepe na dveře

Co je Zen-Touch™ Shiatsu?

Zen-Touch™ (ZT) shiatsu je forma tělesné terapie, která spojuje:

„Zen“ – stav bytí, ve kterém jedinec pluje v harmonii s přírodními silami. Když zažijeme uvnitř sebe pocit Jednoty... Souladu... s Bohem, můžeme si vždy připomenout období, kdy jsme proplouvali svými životy bez problémů. Ať tento okamžik bytí nazýváme dokonalostí, požehnáním, radostí, láskou, intuicí nebo spojením s Bohem, je velmi léčivý. Jde možná o stav, o který lidé usilují nejčastěji.

„Touch/Dotyk“ – celé tělo maséra – ruce, prsty, palce, lokty, předloktí, kolena, chodidla – se používá k vytvoření kontaktu s energetickým polem klienta. Prováděním určitých pohybů - protahováním a stimulací bodů na meridiánech - se vyladí funkce klientova těla, myslí a ducha.

To zní, jako kdyby se lidé, kteří podstoupí masáž Zen-Touch™ shiatsu, stali vyléčenými nebo osvícenými?

Lidé jsou odpovědní za své léčení sami. Masáž je pouze malým zábleskem a ochutnáním radosti, zklidnění, osvobození od bolesti, stavu míru, který patří mezi naše základní práva jakožto lidských bytostí. Praktikující je pouze urychlovačem změn, kterých by nakonec klient dosáhl sám (ideálně v tomto životě). Masáží jednoduše přichází úleva, životní lekce, radost a porozumění dříve.

Na jakém modelu nebo tradici je Zen-Touch™ založeno?

Mými prvními učiteli byli mistři jako CK CHu, mistr Tai Chi Chuan, který vycházel z čínského taoismu, Wataru Ohashi, který vyvinul vlastní styl shiatsu nazývaný Ohashiatsu. Dále mě ovlivnilo Zen shiatsu, styl vytvořený mistrem Masunagou, a učitelé makrobiotiky Michio Kushi a Shizuko Yamamoto. Jsem neustále vděčný všem svým učitelům za inspiraci a učení, které se mnou sdíleli, za to, že mi pomohli vytvořit můj vlastní styl.

Můžete blíže popsat léčebné principy používané v Zen-Touch™?

Čínská taoistická filozofie popisuje 8 kate-

gorií léčebných metod, které byly začleněny do Zen-Touch™.

1) První metodou je **meditace/reflexe**. Kdysi, když osoba pocítila změny zdraví, sezení v tichosti s prázdnou myslí vytvořilo stav léčení a zároveň intuitivního uvědomění si, jak transformovat potíže do vylepšení životní cesty. Toto je základní léčebný prostředek, který se dnes ve velké míře přehlíží. Praktikující vstoupí do tohoto stavu bytí během masáže a klient je většinou do tohoto stavu vtažen přirozenou lidskou schopností *empatického vzájemného zrcadlení se*. Klient i praktikující navzájem zrcadlí stav tiché pozornosti.

2) **Geomantie (Feng Shui)** – ZT praktikující jsou trénováni, aby byli schopni pomoci klientům harmonizovat jejich osobní prostředí, kde žijí a pracují.

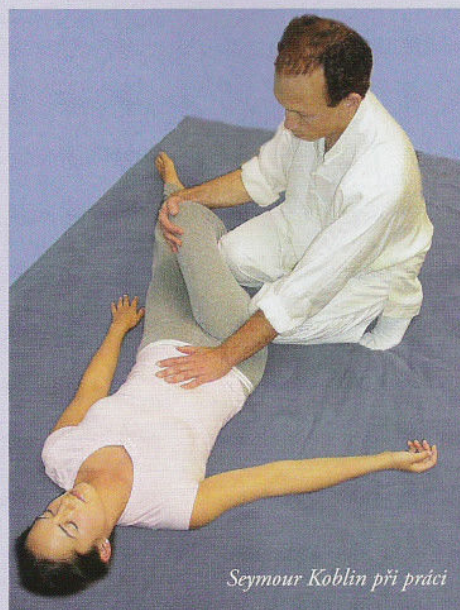
3) **Vlivy konstelací** – Můžeme také vzít v úvahu klientovo datum narození a jeho umístění v čínské konstelační energetické mapě, abychom pozitivně ovlivnili jeho zdraví a životní styl podle vlivů slunce, měsíce a hvězd.

Myslíte tím astrologii?

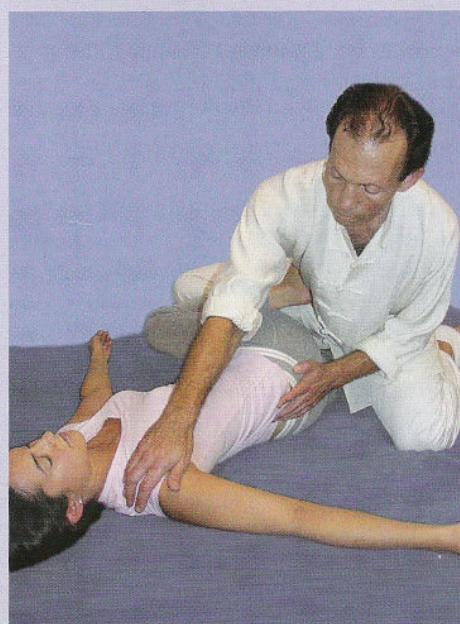
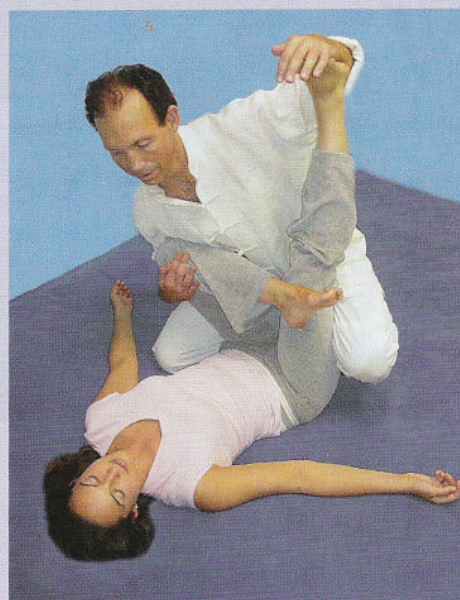
Roční období ovlivňuje naše postoje, nálady a zdravotní stav. Astrologie je z čínského úhlu pohledu pouze rozšířením těchto vlivů spojených s datem narození a neustále ubíhajícími dny, měsíci a let života. Někdy je velmi užitečné brát v úvahu uvedené vlivy, když se klientům poskytuje doporučení.

4) **Cvičení** – Cvičení, kterým klienty učíme, jsou založena na Eternal Spring Chi Kungu, stvořeným CK Chu a Nui Kungu. Harmonizují dech, narovnávají tělo a kultivují chi neboli životní sílu jedince, což je základní léčebný prostředek, na němž jsou všechny uváděné kategorie založeny.

5) **Strava** – Vyrovnávání přírodních sil působících na naše tělo, mysl a ducha potravou bylo, a v dnešním prostředí přechemizovaných fast foodů je stále více rozhodující pro dosažení zdraví. Do této kategorie spadá učení o energiích potravin a bylin (pro vnější i vnitřní užití).



Seymour Koblin při práci



6) **Práce s tělem/masáže** – V tradiční čínské medicíně nastoupila práce s tělem (manipulace s energetickými kanály) teprve poté, kdy všechny výše zmiňované metody nepomohly a člověk vyžadoval další léčbu. V dnešní „High tech“ společnosti to vypadá, že požadujeme stejně důležitou „High touch“ zkušenost z masáže a tělesné manipulace k vyrovnání svých životních extrémů – tady nastupuje Zen-Touch™ shiatsu.

7) **Akupunktura** – Tradičně se užívala až při akutním náporu nemoci. My využíváme body (bez aplikace jehel) k méně závažným nebo naopak extrémním zásahům.

8) **Bylinné formule** – Praktikující užívají v Zen-Touch™ principy tradiční čínské medicíny.

kterého mají oba prospěch. Přirovnávám to k obdarování někoho, koho milujete.

Kdo získá z masáže víc výhod – dárcce nebo příjemce?

V ideálním případě by se oba měli cítit lépe. Existuje velké množství věcí, které praktikující pro usnadnění své práce potřebuje. Součástí repertoáru jeho nezbytných dovedností je východní / celostní teorie, techniky a praktické využití meridiánů, chování, cvičení, diagnostika a doporučení týkající se stravy. Paradoxem je, že i kdyby praktikující mohl nabídnout klientovi tak mnoho informací a technických znalostí, nejlepšího výsledku se dosáhne, když ustoupí do pozadí, a klient tak nalézá vlastní cestu léčeni.

Můžete být konkrétnější při popisu práce praktikujícího Zen-Touch™ shiatsu?

Společnou nití, podle které se pozná Zen-Touch™, je dodržování pěti principů:

1) **Úcta:** před tím, než praktikující položí ruce na klienta, se na chvíli ztiší, zkoncentruje a „obejme posvátné místo“, které se mezi ním a klientem vytvořilo.

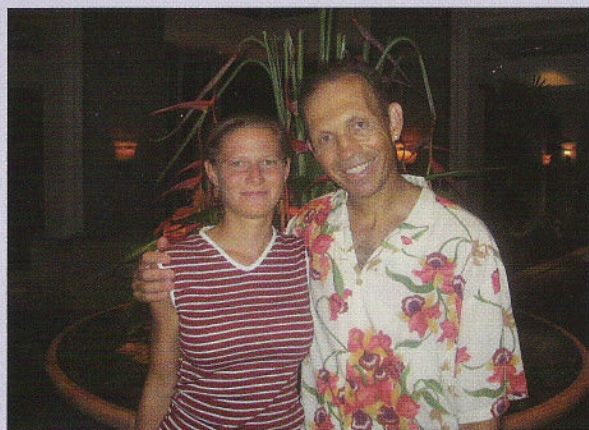
2) **Přijetí:** praktikující spíše čeká, až bude klientem „zavolán“, než aby se tvrdě prosazoval. Místo „tlačení“ na tělo jsme vtaženi do partnerova energetického pole, meridiánů, těla a tkání. Je to jako klepání na dveře a čekání na vpuštění dovnitř.

3) **Plynulost:** namísto náhodných přerušovaných pohybů je pohyb praktika jako voda – plynule teče do oblastí volajících po pozornosti.

4) **Stálý kontakt obou rukou:** Obě ruce jsou v neustálé komunikaci mezi sebou, spojují místa s přebytkem energie s oblastmi, kde je jí nedostatek.

5) **Přirozenost:** Každý praktikující si vyvíjí svůj vlastní styl. Každá masáž je jiná, stejně jako praktikující, který ji provádí.

Na konci masáže praktikující obvykle vysvětlí, co našel. Klientovi může doporučit cvičení, změnu stravy a také předložit návrhy pro podporu řešení jeho situace.



Seymour Koblin s asistentkou mgr. Papouškovou

A teď trochu z jiného konce – proč jste se rozhodl přijet do České republiky?

Přišel jsem sem, protože mi to řekla vlastní intuice. Nikoho jsem neznal, měl jsem kontakt od svého studenta v USA na jednu studentku jógy v Čechách. Když jsem začal před pěti lety více jezdit do Evropy, tak jsem se s ní spojil a ona mi domluvila schůzku v jedné masérské škole, kde jsme naplánovali první workshop. Inspirovalo mě nadšení lidí učit se technickou i intuitivní stránku ZT shiatsu, a od té doby sem jezdím dvakrát ročně. Byl bych rád, kdyby se Praha stala jednou z větví International School of Healing Arts, založenou v USA.

Mohou se s vámi případní zájemci Zen-Touch™ shiatsu někde setkat?

Ano, připravujeme různé přednášky pro nejširší veřejnost týkající se např. čtení těla, čínské astrologie, vztahů, nemoci a zdraví a ve spolupráci s Centrem Třezalka pro vážnější zájemce ještě letos dva cykly kurzů Zen-Touch™ shiatsu zakončené zkouškou s mezinárodně platným certifikátem.

Je něco, co byste chtěl sdělit čtenářům na závěr?

Náš rozhovor poskytuje určitý náhled na užitek, který přináší Zen-Touch™ shiatsu, skutečné porozumění však přichází od jeho přijímání nebo dávání. Já i všichni naši praktikující se těšíme na sdílení Zen-Touch™ s vámi.

Miroslav Ešner



Foto s absolventy kurzu na Havaji

Prý jste velmi intuitivní. To vypadá, jako by tato dovednost byla součástí tréninku Zen-Touch™ ?

Ano, intuice představuje v naší práci jednu z nejdůležitějších dovedností. Od diagnostiky přes terapii a doporučení – to vše je vedeno intuicí. Principy, teorie a techniky se vynoří z intuitivní schopnosti naladit se, kdy a jak pracovat, mluvit, dýchat – být ve správný čas na správném místě.

Různá protahování a pohyby těla při masáži se zdají být pro maséra složité...

Praktikující se učí používat tělesnou dynamiku a životní energii chi namísto svalů, aby byl schopen během masáže s klientem pohybovat v různých pozicích a protahovat ho. Praktikující ZT shiatsu se cítí lépe po každé masáži – je to jako po cvičení jógy nebo chi kungu. Praktikující a klient se stávají spoluvůdci stavu bytí, který usnadňuje změnu a zlepšuje celkový zdravotní stav jedince. Jeden z unikátních rozdílů mezi Zen-Touch™ shiatsu a jinými typy masáží je vzájemný vztah praktikujícího a klienta, ze

Kontakty:
 informace www.zentouch.cz,
stapap@zentouch.cz
 přihlášky na kurzy:
www.trezalka.cz, info@trezalka.cz,
 tel.: 450 604 294 047
 asistentka pro ČR:
 Mgr. Stanislava Papoušková:
stapap@zentouch.cz,
 tel.: 420 722 904 804