

Vědci: Houby myslí!

Příchod Ježíše předpověděly SIBYLY

ZÁHADY ŽIVOTA

VÁŠ ČASOPIS O MYSTÉRIÍCH, ZDRAVÍ A DUŠI

Vánoční
a novoroční
magie:

Pro rok 2025 si
přičarujte lásku,
zdraví i peníze
a zbavte se
všeho zlého



Ondřej Bezouška:

„Po bytě se procházely
temné stíny!“

Kdo ovládne svět?

opravdu

Ovládají nás všechny a hrají si s námi ✘ Co prozradily slavné hvězdy?

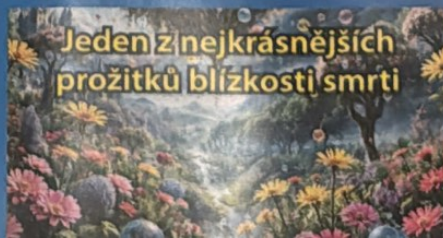
12 | Prosinec 2024 | 74,90 Kč/3,49 €



Peruánský ženšen

Je kořen maca
opravdu zázrak?
Podívali jsme se
mu na zoubek

Jeden z nejkrásnějších
prožitků blízkosti smrti



**DÁMA
SE »LVÍ
KRVÍ«**

Alchymistka,
která chtěla
spasit lidstvo



Každý si zaslouží občas zalenošit

Lenka Hlôšková pochází ze Slovenska a momentálně žije v Roztokách u Prahy, kde lidem nabízí řadu služeb. Ať už se jedná o japonskou relaxační metodu Head spa, regresní terapii, výklad z tarotových karet, numerologicko-karmologické rozbory a různé typy energetického léčení. Když jsme si povídali, vyzařovala z ní jakási síla a také obrovský klid, přestože její život, jak se dozvíte, nebyl zrovna jednoduchý. Dvakrát jen těsně unikla smrti a prošla si poměrně náročnou cestou, než byla ochotna přijmout své duchovní dary, které při svém nahlédnutí »na druhý břeh« získala. Ať už hledáte způsob, jak si pořádně odpočinout, nebo vás trápí věci, s nimiž nedokážete pohnout, v tomto rozhovoru možná najdete inspiraci.



HLEDÁTE KONTAKT?

LENKA HLŮŠKOVÁ
regresní terapie, výklad karet,
Head spa, Roztoky u Prahy
www.nahleddoduse.cz
www.lenkaheadspa.cz

ZAHADY ŽIVOTA: Paní Lenko, co z toho všeho, čím se zabýváte, děláte nejdéle?

Regresní terapie. Už od počátku jsem totiž cítila, že je to mé poslání. Musím ale říci, že úplně všechno, co svým klientům nabízím, opravdu miluji, protože mě to vnitřně naplňuje. Když si například vezmu do ruky tarotové karty, okamžitě se mi v myslí začnou vyjevovat obrazy a skryté souvislosti, které mi intuice předkládá. Je až neuvěřitelné, jak všechna tajemství dokáže tarot odhalit, když mu člověk otevře své srdce. Občas mívám jakási vidění i bez karet, ale s touto schopností (*nahlížet do budoucnosti*) se teprve učím pracovat. Ještě ji zcela neovládám. Občas se mi stane, že se dostanu mimo sebe a to, co ke mně přichází, neumím úplně vypnout.

ZAHADY ŽIVOTA: Vnímala jste něco takového už od dětství?

Nikoliv. Všechno to začalo až v roce 2007, kdy jsem měla těžkou autonehodu. Hasiči i záchranáři mé rodině

řekli, že se stal obrovský zázrak, že jsem přežila. Měla jsem tehdy prožitek blízké smrti a dodnes si jej silně vybavuji. Vzpomínám, že ještě během bouračky jsem byla plně při vědomí, ale když jsem se dostala do sanitky, celé mé tělo zalilo krásné teplo, skoro bych až řekla, že mi bylo hořko. Spatřila jsem přímo před sebou nádherné světlo, které zářilo a ně-

a o něco později mě opět probrali k životu. No a od té doby se mi začaly dít velice zvláštní, pro mě tehdy ještě nepochopitelné věci.

ZAHADY ŽIVOTA: Jaké?

Byla jsem po autonehodě nějakým zvláštním způsobem spojená se smrtí, nevím jak lépe to popsat. Když zemřel někdo z rodiny nebo okruhu mých známých či přátel, v noci se mi zjevovali a na mém těle se občas objevovaly zvláštní modřiny.

„Když zemřel někdo z rodiny nebo okruhu mých známých či přátel, v noci se mi zjevovali a na mém těle se občas objevovaly zvláštní modřiny.“

ZAHADY ŽIVOTA: Jak

jste přišla na to, že to spolu souvisí? Je to dlouhý příběh. Můj strýc byl zrovna ve velmi těžkém stavu v nemocnici. Natolik vážném, že za námi na Slovensko přijela i teta z Čech, aby jej navštívila společně s rodinou. Byli jsme dohodnuti, že se za strýcem vydáme hned následující ráno, jenže já se asi o půl třetí v noci probudila a strašně mě bolela ruka.

jakým zvláštním způsobem mě k sobě přitahovalo. Pak jsem si uvědomila, že se na své fyzické tělo dívám z výšky. Naprosto nezáčastně jsem pozorovala, jak se mě záchranáři snaží oživit, ale pro mě to vůbec nebylo důležité. Bylo mi dobře. Netrvalo dlouho a já se přesunula do laskavé a mírumilovné nebeské sféry. Tam mi bylo řečeno, že ještě nenastal můj čas a musím se vrátit zpátky na Zem. Tím můj prožitek blízké smrti skončil

Pokračování na str. 46 - 47 »



Snažila jsem se znovu usnout, ale pak jsem přímo u postele spatřila postávat svého strýce. Řekl mi, že odchází, že mě miluje a že se přišel rozloučit. Krátce na to jsem usnula.

ZAHADY ŽIVOTA | A jak to bylo dál?

Ráno u snídani, zrovna když se všichni pomalu chystali na odjezd do nemocnice, si teta všimla, že mám na ruce modřinu, a ptala se, proč ji mám. Prý to vypadá, jako by mě někdo pevně chytil za zápěstí. V ten moment se mi všechno oživilo a já si vzpomněla, co se v noci přihodilo.

Věděla jsem, že jim to musím říct, a tak jsem naznačila, že cesta do nemocnice je nejspíš zbytečná, protože strýc dnes v noci zemřel.

Reakce byla rodiny velmi negativní a všechno se okamžitě obrátilo proti mě. Prý nemohu nahlas říkat takové věci. To se zkrátka nesmí, když je člověk těžce nemocný. Bylo to velmi nepříjemné, ale když jsem jim všechno, co se mi té noci přihodilo, podrobně popsala, nedalo jim to a nakonec do nemocnice zavolali. Dozvěděli se, bohužel, že zdravotní stav strýce se opravdu prudce zhoršil a okolo půl třetí ráno skončil. Od té doby jsem si svých modřin na rukách začala víc všimnout a dnes už nepochybuji o tom, že jejich výskyt může úzce souviset i s nějakým úmrtím v mém blízkém okolí. Je to zkrátka znamení, kterému teď už rozumím. A jak plynul čas, už jsem si mnohokrát ověřila, že to není žádná náhoda. Tenkrát jsem se ale toho, že za mnou najednou začali chodit mrtví, velmi bála a svůj dar jsem dlouho odmítala. Nechtěla jsem mít se světem »za oponou« vůbec nic společného.

ZAHADY ŽIVOTA | Na jednom ze svých webů uvádíte, že vaše prababička byla vesnicák »bosorka«. Můžete mi o tom prozradit něco bližšího?

Ráda. Musím ale udělat ještě jednu odbočku, aby vám můj příběh lépe zapadl do souvislostí. Došlo totiž k tomu, že

po sedmi letech od mé autonehody v roce 2007 jsem se znovu ocitla v nemocnici. Říkám to proto, že do té doby jsem neměla o minulosti své prababičky ani tušení, protože v naší rodině se o ní nikdy nemluvalo. Ale vezmu to hezky pořádku. V roce 2014 mě opět hospitalizovali, tentokrát kvůli závažné mozkové embolii. A přiznávám, že toto období pro

„Do mé mysli začaly přicházet barevné obrazy. Výjevy z dávné minulosti týkající se staré ženy, která právě v tomto domě kdysi žila. Cítila jsem silně její energii.“

mě bylo psychicky extrémně náročné, protože mi lékaři nedávali velkou šanci, že budu zase někdy normálně žít.

ZAHADY ŽIVOTA | Co se vám stalo?

Byla jsem z velké části ochrnutá a v rámci rekonvalescence jsem se musela učit znovu přebírat vládu nad svým tělem, rozhybávat končetiny a dokonce oblíbené svaly. Nemoc si vyžádala poměrně krutou daň a žádné zlepšení mi tělo nedávalo zadarmo. Jako zázrakem jsem se z toho všeho nakonec dostala. Když bylo po všem, pochopila jsem, že embolie v tak mladém věku pro mě byla jakousi výstrahou. Bylo nutné, abych si konečně začala víc vážit duchovních darů, kterých se mi dostalo, a začala s nimi aktivně pracovat. A tak jsem se rozhodla, že se nechám vést svou intuicí, abych to všechno, co se mi děje, lépe pochopila. Měla jsem obrovské nutkání cestovat, a tak jsem poslechla své srdce. Poznávání nových lidí i krajín mě naplňovalo, ale pořád jsem nebyla schopna najít svůj duchovní směr. To se však změnilo, když jsem se svým manželem, který pochází z Česka, navštívila Slovensko. Hodně pro mě znamenalo, když souhlasil, že se společně se mnou vydá na cestu k mým dávným kořenům. Cítila jsem totiž obrovskou potřebu navštívit jednu vesnici u nás na Kopačicích, což je region na západě Slovenska mezi Malými a Bílými Karpaty.

ZAHADY ŽIVOTA | Proč vás to tam tak táhlo?

A to je právě to, na co neznám odpověď. Po mozkové embolii došlo k tomu, že se mi rozjasnily mé už dávno ztracené vzpomínky na útlé dětství. Najednou jsem si začala do nejmenších podrobností vybavovat věci, které už odvál čas: Kde a s kým jsem byla, co jsem dělala, co měl kdo na sobě za oblečení, co bylo řečeno,

atd. Uvědomila jsem si, že i když jsem velkou část svého života strávila jinde, tak vesnici, kde jsem strávila část svého dětství, stále považuji za svůj domov. Potřebo-

vala jsem to místo co nejdříve navštívit, i když jsem přesně nevěděla proč. Bylo mi jasné, že tam najdu jen zchátralé budovy a skoro žádné starousedlíky, protože v dnešní době už vesnici obývají hlavně chatari.

ZAHADY ŽIVOTA | Našla jste tam, co jste hledala?

Víc než to. Procházeli jsme se s manželem po Podkozincích a já najednou spatřila dům, který mě k sobě neuvěřitelně přitahoval, přestože v mých vzpomínkách na dětství vůbec nebyl. Sedla jsem si tam na trávu, opřela se o stěnu budovy a v dlani si začala hrát s kamínky šterku, který byl u cesty. Pak jsem zavřela oči a v ten moment se něco stalo.

ZAHADY ŽIVOTA | Můžete mi popsat, co přesně?

Do mé mysli začaly přicházet barevné obrazy. Výjevy z dávné minulosti týkající se staré ženy, která právě v tomto domě kdysi žila. Cítila jsem silně její energii, celá mnou vibrovala a já neměla ani tušení, co se se mnou děje. Byla jsem v jakémsi transu. Pak mi hlavou prolétly dvě srozumitelné myšlenky: slovo prababička a také »regresní terapie«. Vůbec jsem ale nevěděla, co to znamená. Vždyť o své prababičce jsem nevěděla zhlouň a o regresích? To už vůbec ne. Nikdy předtím jsem ten název neslyšela...

Když proud energie, která mnou prostu-



povala, konečně ustala a já spatřila vše důležité, co ta žena prožila, chvíli trvalo, než jsem se zase vrátila zpátky. A pak jsem vzala do ruky mobil a do webového vyhledávače zadala spojení »regresní terapie«. K mému velkému překvapení jsem našla tisíce odkazů. Dnes pro mě regresní terapie znamená mnohem víc, než jen neznámý termín a možnou duchovní cestu. A vůbec nejzajímavější na celém tom příběhu pro mě bylo, že o mé prababičce (*matce mého dědy*) nikdo nikdy z mé rodiny nemluvil. Bylo to až podezřelé. Všichni se totiž chovali, jako by prababička nikdy neexistovala.

ZÁHADY ŽIVOTA A co jste vlastně zjistila?

Z mých vhledů vyplývalo, že to byla vesnická čarodějka. Měla dar věstit z kávy, léčit nemocné a nahlížet do jiných dob a časů. Moje rodina se o ní ale se mnou nechtěla bavit a dalo mi hodně práce, než jsem se něco konkrétního dozvěděla. Nakonec se mi potvrdilo úplně všechno, i když to nebylo snadné. Ukázala jsem například své mamě fotografii domu, kde si myslím, že prababička žila, a ta zareagovala velmi podrážděně: „Kdo ti o ní řekl?“ Když jsem jí začala vyprávět o prababiččině minulosti, kterou jsem spatřila ve svých vizích, byla máma vůči mě až agresivní. Pořád opakovala: „Jak o tom víš? Kde ses to dozvěděla?“ Prababička byla zkrátka tabu a já nedokázala pochopit důvod. Vrtalo mi hlavou, co mohla udělat tak příšerného, že ji úplně vymazali z rodinné historie a každá zmínka o ní vyvolává tak silné napětí i v současnosti.

ZÁHADY ŽIVOTA Přišla jste na to?

Prababička byla víc než jen obyčejná vesnická léčitelka, která znala bylinky. Dokázala lidem i uškodit, takže se jí mnozí báli a vyhýbali se jejímu obydlí

obloukem. Proč? Když to totiž považovala za nutné, dala těm, kteří si to zasloužili, jednoduše za využitou. Vyprávěly se různé historky. Například za ní přišla nějaká žena s tím, že jí muž bije a týrá, a tak »babka« připravila bylinky, které ženě umožnily se od muže »osvobodit«. Říkalo se o ní ledacos. Zkrátka byla jiná doba a lidé měli vůči »jinakosti« řadu předsudků. Hlavně navesnici. Co se týče mé rodové linie, tak jejího syna, mého děda, jsem nikdy nepoznala, protože zemřel poměrně brzy. A zbytek mé rodiny se pak blízskou spřízněností s prababičkou snažil za každou cenu ututlat. Kdyby nebylo mé vize přímo před jejím domem, nikdy bych se o ní nic nedozvě-

biččin hrob, kde jsem zapálila svíčku. Poděkovala jsem jí, že mě správně nasměrovala. A od té chvíle jsem se začala regresními terapiemi zabývat profesionálně, což v podstatě dělám dodnes. Nebylo to ale pro mě snadné, protože rodina mě kvůli mému zájmu o spirituální i o prababičku vnitřně odsoudila. Začali o mě říkat, že jsem také čarodějnice. Bylo mi to líto, ale zároveň jsem si uvědomila, že mě tak odtažitý přístup ani nepřekvapuje. Pravdou totiž je, že ani s jedním z rodičů dodnes nemám ideální vztah. Dá se říci, že jen díky mým »křtným rodičům« jsem tam, kde jsem dnes, bez větších šrámů na duši. Měla jsem velmi těžké dětství a příliš radosti v něm nebylo. To už je ale dávno za mnou.



Lenka Hlôšková s manželem Robertem a synkem

ZÁHADY ŽIVOTA Pojďte se teď dostat k vašemu léčení. Na vašem webu mě zaujalo, že jste pomocí Shambally léčila kocourka, který měl zdravotní problémy s kůží a vykusováním srsti. Podle té paní, která vám psala referenci, se jeho stav po léčení rapidně zlepšil. Pracujete se zvířaty často?

Popravdě ani ne, většinou mají lidé zájem o řešení vlastních problémů. V tomto případě se jednalo o klientku, která s kocourkem navštívila celou řadu zvěrolékařů a marně – nic mu nepomáhalo. Pokud si dobře vzpomínám, s určitými přestávkami

jsem mu posílala energii po dobu asi jednoho měsíce a nakonec všechno dobře dopadlo. Došlo k výraznému zlepšení a za to jsem byla opravdu ráda.

ZÁHADY ŽIVOTA Pozastavte se na chvíli u regresních terapií, které děláte nejdéle. S jakými zdravotními problémy se na

děla a kořeny by zůstaly přetrženy. Jsem ráda, že tomu tak není.

ZÁHADY ŽIVOTA Znáte dobře své kořeny může být důležité. Našla jste tedy nakonec všechny odpovědi, které jste hledala? Ano. Přestože to bylo složité, nakonec jsem si přes různé starší rodinné příslušníky potvrdila, že mé vize nelhaly. Žádná z nich. Později jsem navštívila praba-

Pokračování na str. 48 - 49 »



„Při regresní terapii moje klientka cítila tlak v podbřišku a měla silnou potřebu se schoulit do klubíčka. Třásla se zimou, zrychloval se jí dech.“

vás v rámci této metody lidé nejčastěji obrací?

Poměrně dost často se řeší problémy s otěhotněním, příčiny totiž bývají v různých blocích z minulosti. Je to ale hodně individuální a každý problém je jiný. Také jsem se už setkala s migrénami, problémy s příjmem potravy, chronickými dýchacími obtížemi, jedna paní se zase nemohla zbavit neustálého »šustění« v uších. Je toho opravdu hodně. Během covidu se navíc ukázalo, že je možné tímto způsobem pracovat i online, záleží na přání klienta, zda o to má zájem. Já s tím mám velice dobré zkušenosti a klienti si velmi chválí, že nemusí nikam jezdit. Oceňují to především ti, kteří žijí v zahraničí, například na Slovensku nebo v Anglii.

ZAHADY ŽIVOTA Zkusme tedy namátkou probrat nějaké vaše zajímavé případy, třeba z nedávné doby.

Obrátila se na mě paní s opakovanými »ženskými problémy« a záněty močového měchýře. Trápily ji už několik let. Jeden vyléčený zánět střídal druhý, zkrátka to bylo velice nepříjemné a antibiotika už ani nezabírala. Při regresní terapii moje klientka cítila tlak v podbřišku a měla silnou potřebu se schoulit do klubíčka. Třásla se zimou, zrychloval se jí dech. Chytila se za břicho, kopala nohama a křičela. A její vidění? Snažila se bránit před nějakým mužem z dávné minulosti, který seskočil z koně, strhl ji na zem a pokoušel se ji znásilnit. Byl příliš silný, a i když se snažila, nedokázala se mu ubránit. Když skončil, strašlivě krvácela, protože byla těhotná a potratila. Klientka strašně plakala a bylo velmi těžké ji utěšit.

ZAHADY ŽIVOTA Ze zkušenosti vím, že regresní terapie mohou být velice náročné, co se

týče emocí. O to větší pak přichází úleva, když dojde k pochopení a odpuštění.

Je to tak. Ale její příběh potratem neskončil. Muž, který ji znásilnil, začal odcházet, ale pak se k jejímu zuboženému tělu vrátil a ještě jí zabodl nůž do břicha. Neměl sni žádné slitování. Umírala a popisovala, že leží na zádech na tvrdé zemi, celětělo má jako v ledu. Pak naposledy vydechla a společně s tím přišla konečně úleva. Obklopilo ji jakési hřejivé teplo a světlo, do nichž její duše vstoupila. A přestože se později znovu narodila, psychické bloky z této příšerné události v ní zůstávaly a projevovaly se i fyzicky častými záněty v podbřišku.

ZAHADY ŽIVOTA Přestala mít po prožití regresní terapii zdravotní problémy, o nichž jste hovořila?

Ano, paní mi dala zpětnou vazbu, že to bere jako zázrak a osvobodila se od těch problémů. Ale bylo toho mnohem víc, co už jsem s klienty řešila. Tak třeba klientka, která měla velké problémy s příjmem potravy. Časté zvracení střídaly záchvaty vlčího hladu, dost často končila v nemocnici na kapačkách. Tento problém měla několik let a nikomu se nedařilo odhalit, co se v jejím těle a psychice děje. Zvracení si nevyvolávala sama. Regresní terapie jí ukázala vzpomínky z druhé světové války, z koncentračního tábora.

ZAHADY ŽIVOTA Vzpomenete si na něco bližšího?

Popisovala mi, že je tam obrovský zápach, a vyprávěla, jak se alespoň ze začátku všichni snažili přežít. Jak to bylo psychicky náročné. Pak zemřela. Otrávil se z otřesné břechky, kterou dostali k jídlu. A nebyla sama, umírali všichni, kdo břechku pozřeli. Zřejmě tam byla nějaká velmi jedovatá chemikálie.

Mluvila o zvracení krve a příšerné smrti, kterou v křečích prožívala. Všechno ale nakonec dopadlo dobře. Poté, co jsme vzpomínky mé klientky na minulý život pročistily regresní terapií, se její zažívání začalo pomalu vracet do normálu. Pozoruhodné bylo, že tento problém neměla od dětství, ale musela se setkat nějakým spouštěčem.

ZAHADY ŽIVOTA Stává se něco takového často?

Nic není nemožné. Všichni máme někde hluboko v sobě zapečetěná nezpracovaná traumata z dávné minulosti. Některá nás ovlivňují už teď, jiná na své zpracování teprve čekají. Spouštěčem může být cokoliv. Zápach, zvuk, který ožíví minulost, záběr ve filmu, útržek rozhovoru, nějaká specifická situace, těžko říci.

ZAHADY ŽIVOTA Vzpomenete si na nějaký další případ, který byl natolik neobvyklý, že vám utkvěl v paměti?

Navštívila mě žena, které mohlo být asi 45 let. Svěřila se, že má už od dětství hrozné migrény a celý svůj život navštěvuje neurology. Často musela být hospitalizována, protože bolesti byly tak ukrutné, že s nimi nevládala normálně fungovat. Když jí nepomáhala klasická medicína, začala zkoušet i alternativní způsoby a nakonec přišla ke mně na regresní terapii. Důvodů, proč ji trápila migréna, se při sezení ukázalo být víc, ale jeden byl zásadní. Je to velmi zajímavý příběh. Chcete jej slyšet?

ZAHADY ŽIVOTA Samozřejmě.

Když se její duše vracela zpátky do minulého života, paní velmi naříkala. Pořád opakovala, že se nedokáže uzemnit, celá se kývala zepředu dozadu a cítila potřebu se něčeho pevně zachytit. Pak uviděla sama sebe, v jiné době. Žila v nějakém domečku a měla nejlepší kamarádku ve vedlejší vesnici. Byly velmi propojené a jak se ukázalo, tuto ženu měla moje klientka ve svém životě i dnes. Jen se spolu už nekamarádily, kvůli nějaké blíže nespécifikované hádce se spolu už léta nebavily. Ale zpátky k tomu minulému životu. Došlo tam k nevěře, manžel její kamarádky za ní často jezdil a měli spolu



dlouhodobý milostný poměr. Kamarádka se to ale dozvěděla a jednoho dne ji navštívila, aby se pomstila. Seděly spolu u pece, a když nastal vhodný okamžik, udeřila jí kamarádka ze zadu a ještě když žila, odtínala jí hlavu od těla sekerou. Umírání bylo příšerné a bolest mou klientku úplně paralyzovala, dokud nepřišlo vysvobození, když se duši konečně podařilo odpoutat od těla.

ZAHADY ŽIVOTA Dostala jste od této své klientky zpětnou vazbu? Pomohlo jí to?

Ano. Po nějakém čase se mi ozvala s tím, že se v jejím životě událo hned několik úžasných věcí. Nejenže jí přešly ty úporné bolesti hlavy, ale dokonce se jí sama od sebe ozvala i ta její dávno ztracená kamarádka. Ano, přesně ta, která ji v minulém životě z důvodu žárlivosti a pocitu zrady zavraždila. Zašly spolu na oběd a na své dávné přátelství opět navázaly. Shodly se na tom, že vlastně ani jedna netuší, proč se spolu tenkrát přestaly bavit.

Obě byly rády, že si k sobě opět našly cestu, a já také, protože lepší důkaz, že se regresní terapie povedla, si neumím představit. Takové věci se v karmických vztazích dějí poměrně často. Stačí, když si regresní terapií projde jen jeden z dvojice, a pak se mohou dít zázraky. Dochází k odpuštění, k pročištění energií a určitému uvědomění na obou stranách. Narušené vztahy získají na síle a dávné spory se stanou nedůležitými. Dokonce i v případě, že druhý člověk nemá o tom, jak k uvolnění došlo, ani tušení.

ZAHADY ŽIVOTA Co když si člověk

není jistý, co přesně chce regresní terapií řešit?

Nevadí. Před samotnou regresní terapií vždy dělám klientovi karmologický a numerologický rozbor z data narození, ze kterého všechny problémy, které chce řešit, vyplývají. Také občas vedu regresní terapii v zastoupení – například v případě, že dcera udělá regresní terapii za

svou matku. V takovém případě dcera funguje jako médium, duše matky k tomu ale musí dát svolení.

ZAHADY ŽIVOTA Pojdme se spolu ještě chvíli bavit o japonské terapii Head spa, kterou také svým klientům nabízíte. O co přesně jde a proč je vám tak blízká?

Už od začátku jsem věděla, že chci dělat něco, co lidem přináší pokoj, péči a skutečný oddech. V dnešním zrychleném a nadmíru stresujícím světě je velmi důležité najít si čas pro sebe a odpočinek. Když jsem objevila japonské Head spa, hned jsem cítila, že právě toto je něco, co chci přinášet lidem.

ZAHADY ŽIVOTA A v čem je tato masáž podle vás zvláštní?

Je to mnohem víc než jen masáž. Je to péče o tělo i duši, která pomáhá uvolnit napětí a přináší klientům pocit vnitřního pokoje a čistoty. Rozhodla jsem se

Jedná se o relaxační proceduru, která zjednodušeně řečeno zahrnuje masáž hlavy, ramen a šíje, obličej, kosmetickou péči o pokožku obličej a o vlasy a také aromaterapii. Do toho všeho přidávám i příjemné masáže rukou, které z těla odstraňují všechny těžkosti z každodenního života. Člověk tady zkrátka vypíná svou mysl, odpočine si a když odchází, cítí se jako znovuzrozený, odlehčený, naprosto uvolněný. I když se na mě obrací hlavně ženy, které jsou často velmi vyčerpány a potřebují si najít »chvilku jen pro sebe«, už si ke mně nacházejí cestu i muži (hlavně umělci). Zkrátka ti, kteří nemají v tomto ohledu žádné předsudky a ví, že jim dělá velmi dobře, když jim někdo pečuje o pokožku hlavy. Dobří kadeřníci sice lidem tuto možnost nabízejí také, ale jen v minimální míře, jen na pár sekund. A to je k potřebnému uvolnění velmi málo.

ZAHADY ŽIVOTA Myslíte, že lidé hodně zapomínají na to, aby více pečovali o svou psychiku?

Určitě ano, i mně se to dříve stávalo. Čím více jsem se ocitla ve vleku stresových událostí, tím těžší pro mě bylo vidět nové obzory. Měla jsem pocit, že se mi nic nedaří, a pořád jsem byla unavená. Head spa je cestou k restartu pro lidi, kteří touží po změně, ale zatím na ni nemají energii – a, popravdě, ani chuť. Často mě vyhledávají i ženy, které jsou na mateřské dovolené a cítí, že si potřebují alespoň na chvíli oddechnout. Nechat se opečovávat někým jiným, zvolnit a opět se radovat z přítomného okamžiku, kde nejsou žádné povinnosti. Opět zakusit relax a lehkost bytí...

ZAHADY ŽIVOTA Jak tohle všechno stiháte, když teď máte malé miminko?

Musím říci, že mám skvělého manžela Roberta, který mě velmi podporuje. Jen díky jeho pomoci se dokážu dobře starat o domácnost, o synka i své poslání. Krásně se doplňujeme a za to mu patří můj velký dík. □



Text - šlegr, foto - 123rf, archiv Lenky Hložkové

vytvořit místo, kde si každý může dopřát chvilku pro sebe, v bezpečném a příjemném prostředí. Head spa je unikátní zážitek, který lidem umožňuje dopřát si speciální pozornost, kterou si každý zaslouží.

ZAHADY ŽIVOTA A co přesně od Head spa mohou čekat?

