

Nos animaux nous aident à vivre les 5 idéaux du Reiki (2/5)

Examinons à présent le deuxième idéal du Reiki et de quelle façon nos animaux vont nous aider à l'incarner.

• Je me libère de toute préoccupation :

Facile me direz-vous, je reste centré sur l'instant présent et chasse de ma pensée ma « to do list » (je dois faire une lessive, aller chercher les enfants à 17h, téléphoner à ma grand-mère, etc.) C'est vrai, il vaut mieux ne pas penser à la liste des choses à faire pendant la séance de Reiki avec un animal. Mais il existe des préoccupations plus insidieuses qui peuvent perturber la séance et notamment la question de la confiance en soi. "Vais-je y arriver ?", "Mais pourquoi mon animal ne veut-il pas de Reiki ?", "Que va dire le propriétaire si l'animal refuse le Reiki?", "Ma mère va penser que je suis nul(le) si je n'arrive pas à faire de Reiki à son chat !".

Par ces pensées, nous exprimons par nos peurs. Ces peurs sont souvent liées à l'image que nous pensons que les autres vont avoir de nous. Nous nous rendons dépendants de l'avis des autres, en nous imaginant leurs pensées et en croyant que ces pensées imaginées sont une vision objective de nous-mêmes. Non seulement rien n'est plus faux : nous ne sommes pas dans la tête de l'autre et ne pourrions donc jamais savoir ce qu'il pense, mais en plus, l'avis de l'autre sur moi est intimement lié à son histoire personnelle et à ses propres blessures. Il ne sera donc jamais totalement dénué de subjectivité. D'ailleurs, comme le dit très justement Byron Katie « Ce que les autres pensent de moi est leur affaire, pas la mienne ». Ne nous encombrons donc pas avec cela. Veillons à nourrir des pensées positives à notre sujet, source de confiance et de réussite dans la relation avec l'animal.

Si nous approchons un animal avec des pensées de peur à l'esprit, il y a peu de chance que l'animal nous ouvre la porte. La confiance engendre la confiance. Comment pouvons-nous demander à un animal de nous faire confiance si nous ne lui montrons pas que nous-mêmes sommes Confiance ?

Bien sûr, lorsque nous débutons dans le Reiki Animal, nous devons apprendre à nous faire confiance avec ce nouvel outil. Nous devons essayer sur plusieurs animaux et forger notre expérience. Plus nous allons rencontrer le succès (et les échecs !), et plus notre confiance en nous, dans le Reiki et dans les animaux va grandir.

Encore une fois, les animaux sont de merveilleux professeurs et vont nous aider à prendre de l'assurance. Certains vont clairement nous montrer que nous pouvons avoir confiance puisqu'eux nous font confiance.

En cela, la séance Reiki avec un animal devient un vrai échange de cœur à cœur puisqu'eux aussi vont nous aider et participer à notre guérison.