

Nos animaux nous aident à vivre les 5 idéaux du Reiki (3/5)

· Je rends grâce pour mes nombreuses bénédictions, j'honore mes parents, mes professeurs et mes amis :

Notre vie est le miroir de nos pensées. Chacun de nous a des raisons de se plaindre puisqu'une vie exempte du moindre problème n'existe pas. Mais nous avons le choix. Soit nous nous concentrons sur nos problèmes, tous créés par notre mental soit dit en passant, soit nous nous concentrons sur les solutions, créées par notre cœur et notre âme. Remercier l'univers pour ce que l'on a déjà – nos nombreuses bénédictions – est un premier pas : merci parce que j'ai un toit, merci parce que je mange à ma faim, merci parce que j'ai un travail, merci parce que je ne manque de rien d'essentiel, merci parce que je suis en bonne santé, merci parce que je suis vivant...

Mais tout événement n'est-il pas une bénédiction ? Sur un plan spirituel, chaque difficulté rencontrée dans notre vie est une opportunité de la transcender et d'évoluer, de progresser sur notre compréhension des choses et d'avancer sur notre chemin.

Cela est difficile à concevoir lorsque nous sommes au fond du trou, lorsque nous vivons un événement traumatisant, mais chaque épreuve que nous vivons est l'occasion d'en sortir grandis. Lorsqu'un proche meurt, par exemple, nous avons l'impression que la Terre s'arrête de tourner et nous ne comprenons pas comment les autres font pour continuer à vivre alors que nous sommes prisonniers d'une douleur vive. Pourtant, nous sommes tous capables de transcender le deuil d'un proche. Nous le faisons même naturellement, aidés par le temps. Il arrive un moment où notre mental arrête de résister et accepte la réalité. Nous faisons notre deuil.

En tant qu'humains, notre vie est plus longue et nous survivons à nos animaux. Même si, bien sûr, le chagrin est immense lorsque nous perdons un animal, quelle chance de l'avoir connu et d'avoir partagé sa vie.

Lorsque nous sommes praticiens Reiki, l'accompagnement d'un animal en fin de vie est une grande leçon car nous pouvons activement contribuer au bien-être de l'animal dans ses derniers instants. Bien sûr, nous n'inverserons pas le cours des choses, nous ne guérirons pas un cancer et un chien ne vivra jamais trente ans. Mais nous allons pouvoir l'accompagner de façon sereine, le rassurer et le préparer au grand passage.

Dans le manuel de Reiki I de Mme Takata de 1975 publié en 2009 par Reiki News Magazine aux USA, nous pouvons lire accolé au 3e idéal « Je rends grâce pour mes nombreuses bénédictions » : j'honore mes parents, mes professeurs et mes amis (I revere my parents, teachers and friends).

En effet, toutes les leçons qui nous sont données par l'univers sont des bénédictions. Et nos meilleurs professeurs ne sont-ils pas nos parents, nos enseignants et nos amis ?

Lorsqu'un de nos parents ou amis nous dit quelque chose, cela n'a-t-il pas une portée particulière ? Le même mot dit par un inconnu n'aura pas d'impact mais s'il est dit par un parent ou ami, il peut littéralement nous faire sortir de nos gonds. En ce sens, puisque nous accordons à nos parents ou amis le pouvoir de détruire notre paix intérieure, ce sont d'excellents professeurs.

Ils nous donnent l'opportunité de réfléchir au pourquoi des choses. Pourquoi ce mot, venant d'eux, nous met dans un état de colère, de tristesse extrême ? Pourquoi leur accordons-nous ce pouvoir ? Pourquoi avons-nous perdu notre paix ?

L'amour et la paix intérieure sont notre vraie nature. Prenons conscience que la croyance en nos pensées (« ils ont voulu me blesser ») est la source de notre souffrance et que nous ne pourrions cesser d'être blessé qu'en construisant, cultivant et propageant la paix en nous-

mêmes. Nous comprenons donc que c'est notre mental qui nous dit « ils ont voulu me blesser » et non une volonté manifeste de nuire venant de l'autre. Nous comprenons alors la vraie dimension du pardon.

Donnons aux autres et à nous-mêmes cette paix que nous voulons si ardemment recevoir, plutôt que de la mendier sans cesse.

C'est là la clé pour maintenir un état de sérénité qui nous est indispensable lorsque nous offrons du Reiki aux animaux.

Eux aussi, vont se transformer en professeurs et nous apprendre à cultiver la paix et sa stabilité au plus profond de notre être.