

Ako dôverovať zvieratám s otvoreným srdcom

Laura Žáčik Piovarčiová



Ahoj, som Laura ...

Ako malá som túžila stať sa veterinárkou. Ošetrovala som všetky zvery v okolí, naháňala túlavé psy a jedného som dokonca vymenila za škrečka. Potom som vstávala každé ráno o piatej počas letných prázdnin, aby nám neocikal byt. Ocino mi kúpil vlčičku Exu, keď som mala 11 rokov. Nakoniec som od štúdia upustila kvôli rôznym strachom a išla som študovať jazyky.

Láska k zvieratám však nabrala iný rozmer, keď sa mi narodila druhá dcéra. Kúpili sme si psa z chovnej stanice, ktorý mal neustále zdravotné problémy. Vláčila som ho od veterinára k veterinárovi, trápila sa a hľadala hádam aj na Marse, čo by konečne mohlo pomôcť. Nič nepomáhalo. Snažila som sa nevšimáť si to, ale to po čase vyústilo do výbuchov zlosti a krivdy.

Vinila som chovateľku, veterinárov... a trvalo mi skoro dva roky, kým som našla v sebe tú silu pozrieť sa do zrkadla a pochopiť a prijať, že toto je moja cesta. Keď sa pes škriabe, neznamená to, že ho musíme "opraviť". Možno stačí, len byť tam s ním. Spomaliť. Byť prítomný a láskavý, súcitný.

Medzitým som založila stránku Modern wolfs a šířila osvetu o dôležitosti prirodzenej stravy pre mäsožravce, pretože poznanie, čo stojí za granulovým biznisom, mi nedovolilo naďalej sa prizerať chorým psom a ich frustrovaným majiteľom.



Moje štúdium naberalo grády a postúpilo o level vyššie k Aplikovanej zoolfarmakognózi. Nie je to len samoliečba zvierat, je to umenie komunikovať so zvieratami na ich úrovni, dovoliť im rozhodovať sa o vlastnom tele a o vlastnej liečbe. Učenie, ktoré šíri Caroline Ingraham, mi prinieslo toľko AHA momentov v oblasti zvierat, že mi trvalo hodnú chvíľu nabráť odvahu a hovoriť o nich nahlas. V spoločnosti, kde ľudia nerešpektujú seba, svoje dospelé deti, je veľmi ťažké komunikovať, že Vaše zviera vie najlepšie, čo potrebuje...

Caroline nám ponúkla možnosť pokračovať v štúdiu. Dlhú som sa rozhodovala, či vstúpiť do diplomového ročníka, nakoniec som sa nechala ukecať. Avšak stále som disponovala svojimi vlastnými programami a prenechať slobodnú voľbu zvieratku, ktoré trpí a ešte, keď tá samoliečba sa nedeje okamžite, ma donútili hľadať "cestu vlastnej trpezlivosti", lebo tu to už nebolo o zvieratách, ale o mne.

Napísala som email Kathleen Prasad, zakladateľke Animal Reiki :) Vysvetlila jej, čo robím a, ako to neviem robiť, lebo mám neustále nutkanie preskočiť fázy procesu a chcem zázrak na počkanie. Bola úžasná. Odpovedala mi do pár hodín. Animal Reiki mi otvorilo srdce a až vtedy sa začaly diať zázraky na počkanie.

Nare už počas kurzu zmizlo kopec kožných ťažkostí. Ja som cítila takú prepojenosť so zvieratami, ako nikdy predtým...

Vďaka môjmu psovi som spoznala svoju cestu a poslanie. Veľmi by som si priała, aby čo najviac ľudí pochopilo, že zvieratá sú tu pre nás a my pre nich. Volajú nás späť k našej duši, k nášmu skutočnému ja bez masiek, priamo do stredu nášho srdca. Tak im to dovoľme.

Laura



3 pramene dôvery

1. Tvoje srdce pozná odpoveď

Vaše zvieratko má zdravotné ťažkosti a vy sa v tom už dlho cítite sami. Je to Váš najlepší priateľ, a preto hľadáte akýkoľvek spôsob, aby sa mu už konečne uľavilo. Máte o neho neskutočný strach a tento strach zatvára oči nášmu srdcu. Je paralyzujúci. Núti nás vyjsť von a hľadať pomoc všade, kde to je, čo i len trochu možné... Lenže tá pomoc neprichádza.

Čo ak je tá odpoveď v nás? Keby Vám teraz dal niekto čarovný prútik a vy by ste zistili, prečo si týmto musíte prechádzať a nikto Vašemu zvieratku nevie pomôcť... Prijali by ste napríklad odpoveď – Váš pes má ekzém, lebo Vy dovoľujete každému skákať Vám po hlave a neviete povedať nie? Alebo sa mu zle dýcha, lebo ste mu neustále v päťách a nedáte mu dýchať?

DEHUMANIZÁCIA
ZVIERAT



LIEČBA ZO SRDCA



Prvá vec je, že zvieratá veľmi zle reagujú na našu stratu autenticity. "Tvárim sa, že som OK a pritom sa mi rúca celý svet." K tomu strach, stres... to sú všetko tak nízke vibrácie, že to zviera sa jednoducho nevie vymotať z bludného kruhu.

V prírode choré zviera väčšinou odchádza niekam do útočiska a tam sa lieči, často aj dlho hladuje. Toto my vôbec nerešpektujeme a stále máme tendenciu ho vláčiť kade tade, namiesto toho, aby sme mu dopriali len pokoj. Schopnosť dopriať pokoj nemusí byť taká samozrejmosť, keď nevieme ovládať svoje nutkanie okamžite vyriešiť daný problém. Je potrebné naučiť sa dôverovať svojmu zvieratku, že to zvládne, a keď budeme skutočne napojení na seba, tak budeme presne poznať moment, kedy je tá návšteva odborníka nevyhnutná.

Základný krok k dôvere je pozorovať svoje zviera, ako sa správa, keď mu je zle. Keď ho neustále "riešite", je mu to príjemné, alebo pred vami uteká? Horekujete stále pri ňom, alebo mu poviete "je to OK, zvládneš to". Zalamujete rukami, alebo si len tak ticho k nemu sadnete a čítate si? Keď vidíte, že jeho fyzický stav sa zhoršuje, aká je Vaša reakcia? "Och, aké hrozné to máš!" Je to zvláštne, ale toto sú presne tie momenty, kedy vytvárame obraz o tom, ako sa zviera bude cítiť.

Na Animal Reiki nám Kathleen rozprávala svoj príbeh, ktorý ma chytil za srdce a urobil momentálnu zmenu v mojom správaní k Nare.

"Ráno sme sa rozlúčili s rodinou a išla som si po výsledky, kde mi oznámili, že mám rakovinu prsníka. Keď som s tým oboznámila svoju rodinu, ich pohľad na mňa sa okamžite zmenil. Už som nebola pre nich Kathleen, ale "nádor". Všade, kde som vstúpila, mi ich ľútostivý pohľad pripomínal, čo sa so mnou deje. Vyšla som von medzi moje kone, a ony sa na mňa jediné pozerali rovnako ako pred tým. Len pri nich som stále bola Kathleen. Vtedy mi došlo, ako sa cítia zvieratá, keď zistíme, že sú choré. "

V tom momente zabúdame na to, kto sú, aké boli a len ich ofukujeme... Myslíte si, že sa cítia dobre? Oni ochoreli, neprišli o svoju dušu. A my sa s nimi už nejašíme, nebeháme, len hľadáme, ako z toho kola von a ich si nevšímame. Aký je to paradox, však?

Naše zvieratá nie sú o nič viac anio nič menej než my.

Sme si rovní.

Sú to naši partneri.

Doprajme im rešpekt a dôstojnosť v živote, v chorobe aj v našom spoložití.

2. Pokoj a dôvera je kľúčom k zdraviu môjho zvieráťa a mňa samej

“Toto a ešte toto by mohlo pomôcť... Každý deň skúšam niečo iné, čo by moje zvieratko potešilo. Hľadám nového terapeuta, nového trénera či kupujem nové pamlsky a skúšam iné terapie... Nový obojok, nová ohlávka alebo nové hračky...Každý deň iným...Čo som ešte neskúsila?”



**Zastav sa milá duša... Pozri na svojho tvora, pred ktorým stále utekáš. On túži len po tvojej prítomnosti. Celkom málo, že? A pritom tak veľa :)
A koľko sa mu jej v skutočnosti dostáva?
Sadni si k nemu a len tak buďte.**

Od malička som bola neustále v pohybe, mala som pocit, že mi niečo ujde. Až Animal Reiki ma vrátilo späť na Zem. Začiatky boli ťažké, a preto si viem predstaviť, že zo dňa na deň zmena nepríde. Meditácie mi prišli smiešne. Sedela som a chcela utíšiť myšlienky. Ale moja hlava využívala presne ten moment ticha na produkciu ešte väčšieho množstva nápadov... Ale jedna meditácia bola pre mňa celkom chytľavá a vydržala som pri nej až dokonca. Už teraz neviem, či to bolo kvôli každodennému tréningu, alebo proste to bola “tá moja”. Volala sa “Healing bridge meditation - Meditácia liečivý most” a jej preklad nájdete na konci brožúrky.

Ako v sebe zachovať pokoj, keď sa všetko v nás búri a núti nás konať? Mne veľmi funguje, keď si pomenujem, čo sa práve teraz deje. Je to skutočné? Deje sa to naozaj? Niekedy je samotný nepokoj už len posledná kvapka v mori vecí, ktoré som vyskúšala, ale ani jedna nemala úspešný koniec. Alebo som v takom zhone a nekončiacom kole, že sa jednoducho potrebujem len zastaviť a uvedomiť si vlastný pocit bezmocnosti, ktorý mnou lomcuje....

Najhoršie to býva, keď vo víre starostlivosti o všetko a všetkých zabudnem na SEBA. Vtedy sa škrabú väčšinou aj sýkorky v záhrade :)

Animal REIKI

Mieru vlastného pokoja spoznáte presne podľa toho, koľko sa venujete svojmu pohodliu. Skúste zakomponovať do Vášho denného života Reiki meditácie. Dovoľte si spočiatku meditovať každý deň aspoň 15 minút. My v Animal Reiki pozývame zvieratká k sebe do meditácie, a rešpektujeme ich rozhodnutie nepridať sa. V začiatkoch Vás nechá Vaše zvieratko možno meditovať samých a potom sa pridá. Možno si ľahne k Vám a možno sa rovno uhniesdi na Vašich nohách. Nechajte to na jeho rozhodnutí. Tento čas venujete sebe.

Animal REIKI je ako jazero. Hladina vyzerá pokojne, ale pod ňou prebieha nádherné divadlo a energetická výmena, ktorá sa pretaví do obrazov, keď nastane tá správna chvíľa.

Len pre dnešný deň sa nebudem hnevať, nebudem mať strach, pocítim pokoru, budem k sebe úprimná a budem súcitná voči sebe a druhým

5 princípov Animal REIKI



Prestaňte o sebe pochybovať. Ak vnímate, že Vaše zvieratko sa necíti dobre, nie je to Váš výmysel. Niektorí ľudia sú veľmi vnímaví voči ich komunikácií, a môžete to byť práve Vy, kto dokáže s nimi komunikovať - a nešibe Vám. Je to tak v poriadku. Ak máte správneho veterinára, tak Vás bude počúvať. Ak nie, je potrebné ho zmeniť. Je čas dôverovať svojim zvieratám a postaviť sa za ne. Ony by to urobili vždy. Ich lojalita nám môže byť príkladom. Čím skôr nám dôjde, že je priam našou povinnosťou zastaviť zastaralé praktiky, ktoré sa páchali beztrešne na zvieratách, tým krajšie nám aj im bude na tejto planéte.

3. Tajomstvo ku šťastiu, ktoré nás vedia naučiť len zvieratá

Nie vždy je jednoduché umlčať našu rozbúrenú myseľ. Život je niekedy chaotický, máme pocit hektiky a poľená nám padajú pod nohy, keď to najmenej potrebujeme. Vtedy nás môže ovládnuť zlosť, hnev a strach. Toto je presne ten moment, kedy potrebujeme naše zvieratá najviac. Dokážu nás svojou prítomnosťou vytriahnuť z negatívnych emócií a prinavrátiť nás do sveta pravdivého šťastia, súcitu, harmónie a pokoja. Keď môžeme kráčať životom v spoločnosti zvierat, svet sa zrazu stane najláskavejším miestom.

Kráčajme bez zlosti

Zlosť je naozaj ťažké bremeno. Dovoľme potešeniu a mieru, ktoré pociťujeme vďaka našim zvieratám, aby toto bremeno opadlo a už nám viac nekazilo naše dni. Dovoľme svojmu srdcu rozžiariť sa v prítomnosti týchto našich láskavých bytostí. Dovoľme si precítiť vďačnosť v celom našom tele, ktorú zažívame vďaka tým krásnym momentom s našimi zvieratami.

Kráčajme bez strachu

Strach je neplodným cvičením príliš aktívnej mysle. Väčšinou sa to udeje, keď opustíme prítomný okamih, aby sme sa trápili nad niečím, čo sa ešte nestalo. Inými slovami, opustili sme stabilné TU a TERAZ. Zviera je vždy v prítomnosti, tak sa k nemu pridaj. V prítomnom okamihu sú naše srdcia spojené čistou láskou. Pociť, ako tebou prechádza vlna odvahy, vnímajúc nekonečnú silu srdca ktoré lieči.

Objav v sebe nekonečnú silu srdca, ktoré lieči.



Kráčajme v pokore

Vnímate sami seba ako ošetrovateľa zvierat? Predstavte si, že je to opačne. Čo ak práve Vaše zviera sa prišlo starať o vás, prišlo sem, aby vás liečilo a učilo? Možno sú tu práve na to.. a robia to takým záhadným a nezvyčajným spôsobom. Zvieratá nás učia najdôležitejšiu lekcii nášho života - **akú silu má život, ktorý žijeme srdcom, a aké dôležité je byť vždy autentický k sebe samému.**

Kráčajme v pravde

Zvieratá nás úprimne milujú pre to, kým naozaj sme. Nezáleží im na tom, či sme bohatí alebo slávni. Vidia až do hĺbky nášho srdca a vnímajú našu skutočnú pravdu, nie tú hranú... Vnímajú nás ako dokonalé láskavé bytosti, pretože každá duša je v svojej čistote jedinečná a láskavá. Mohli by sme aj my takou optikou pozorovať svet okolo nás? Vnímať, že spoločne tvoríme celok, ktorý môže byť čistý a úprimný? Už len tá predstava vyčarí úsmev na tvári :)



Kráčajme v súcite

Tým, že nám záleží na zvieratách a prehlbujeme náš vzťah, tvoríme niečo prenádherné. Každý deň praktizujeme láskavosť a súcit len tým, že sme s nimi. Možno sa to zdá na prvý pohľad venované jednotlivcovi, ale v skutočnosti sme súčasťou domino efektu na globálnej úrovni. Taktiež sme pekným príkladom všetkým ľuďom, ako pristupovať k zvieratám s rešpektom. Čím viac sa budeme správať s rešpektom k zvieratám, tým viac ľudia začnú vnímať zmeny, ktoré sa vďaka tomu dejú. **Verím, že jedného dňa sa prebudíme do sveta, kde zvieratá budú rešpektované.**

Prijímam svoju cestu, a ty?

Počas mojej cesty stretávam mnoho ľudí, ktorí potrebujú podporiť v liečbe zvieratka, prípadne hľadajú alternatívy, lebo prestali veriť západnej medicíne, alebo im lekári neveria.

Ja im verím a som tu pre ich zviera. Vždy budem vnímať primárne to, čo komunikuje zvieratko, a pokúsime sa nájsť súlad medzi tým, čo zviera potrebuje, a tým, čo ťaží jeho majiteľa.

Rada pomáham ľuďom zmeniť strach o ich zvieratko na plnohodnotný, rešpektujúci vzťah. Upokojíme spoločne rozlietanú myseľ, ktorá hľadá odpovede vonku, na otvorené srdce plné odpovedí. Ustáť si svoje hranice a postaviť sa za svoje zviera za každých okolností, pretože to je prvý krok k vlastnej sebadôvere.

- LAURA -NARA -AJTA



Meditácia liečivý most



1. Spojíme ruky v gassho a s vd'ačnosťou začneme dnešnú meditáciu. Venujme všetku energiu, ktorá vznikne týmto cvičením zvieratkám a cítiacim bytostiam. Zároveň ich môžeme pozvať do liečivého priestoru, ktorý vytvoríme tým, že sa stíšime. Predstavme si, že zvieratá sa môžu slobodne pohybovať v tomto priestore.
2. Naďalej držíme ruky spojené v gassho a pomaly privedieme svoju pozornosť do spodného ohniska, do našej Hary Je to energetické centrum pod pupkom a zároveň stred nášho tela. Predstavujeme si, ako svetlo na tomto mieste začína prúdiť smerom dnu.
3. Našu pokojnú myseľ sústredíme na náš pravidelný nádych a výdych. Dych neovládame, dávame slobodnú vôľu rytmu, ktoré si telo zvolí..
4. Ako tak prirodzene vdychujeme sledujeme, ako sa náš dych mení na jasné a čisté svetlo, ktoré prúdi do našich ramien, rúk až prejde k dlaniam. Toto svetlo naplňuje celé naše telo. Prechádza smerom dole, cez brucho až k Hare.
5. Ešte pred tým, ako vydýchame, vnímame, ako svetlo v centre nášho tela zosilnieva. Je žiarivejšie a celé naše telo vyžaruje toto svetlo cez každú bunku.
6. Pri výdychu si predstavme, ako žiarivé svetlo z Hary začína prúdiť smerom hore, k našim ramenám, rukám dlaniam.
7. Náš nádych a výdych tvoria pravidelný prúd svetla v našom tele, ktorý ide smerom hore a smerom dole, sústredíme sa na toto prúdenie až pocítíme energetické prepojenie Hary a našich dlaní.
8. Ako tak držíme dlane pri našom srdci, privolajme si do našej mysle a srdca zvieratko, ktorému by sme chceli venovať toto láskavé svetlo. Predstavme si, že naše srdce sa otvára pre naše zvieratko. Precítime tú hlbokú láskavosť a súcit, ktoré vychádzajú z nášho srdca a tvoria krásny svetelný most z Vašeho srdca priamo do srdca Vašeho zvieratka.
9. Pozvime teraz priateľa, aby vykročil na tento most ak sa mu žiada. Odložme všetky očakávania a rešpektujeme jeho rozhodnutie. Most je vytvorený z dokonalej lásky, harmónie, mieru a rovnováhy a stáva sa oporou pre nás a nášho tvora.
10. Dýchajme pokojne a udržujme ten prúd z Hary do našich rúk až pokiaľ je nám to príjemné. Nechajme odísť všetky očakávania a opakujme si "všetko je v poriadku"
11. Na záver opäť spojíme ruky do gassho - vd'ačnosti a poďakujeme sa zvieratkám, že sa rozhodli zdieľať s nami tento priestor.