

ペットの治療と自己ヒーリングの相乗効果について

中村美加枝

自己ヒーリングとペットの治療についての関連性、相乗効果について発表させていただきます。ペット（トイプードル、雌、七才、名前は「とまと」）の腰痛を改善させるために習いはじめたアニマルレイキ。しかしながらアニマルレイキを通して自己を冷静に見つめなおす機会にもなりました。その経緯と結果について説明いたします。

今まで愛犬ととても良好な関係を保っていると信じていた私に突然ショックな出来事が起こりました。2015年8月頃、急に私を避けるようになったのです。私が少し近づいただけでも尻尾を丸くして逃げたり、触ろうとすると嘔みつかれそうになったりの繰り返しの日々を過ごしていました。

最初は、何が「とまと」に起こったのかは全く状況が分からず、病気なのか果たして何か気に障ることをしたのかなど自分の行動を責めるようになり、悩んだ挙句、とにかくまず係りつけの獣医さんへ相談することになったのです。

獣医さんの判断は、腰痛ではないかとのことでした。念のため、レントゲンやエコーなど検査（ペットドッグ）をしましたが、特に異状はなく、また心配していた椎間板ヘルニアなどの症状もなく問題はないとのことでした。鎮静剤を服用させたら、少しましになったのですが、私を避けることは続きました。薬を投与し続けさせることを止め、東洋医学の獣医さんからヒーリング治療を受けることにしました。しかし、「とまと」の腰痛は慢性のため、月に1~2回はヒーリング治療を施したほうがいいと言われました。月1~2回も通うのだったら他に何かいい方法はないのかとネット色々検索しているうちにペットサイン協会の田村代表を知りました。田村代表を通して福井先生のアニマルレイキを知りました。そのときはもうこれしかないと思いました。最初は手当治療？レイキって何？と疑問を感じ半身半疑なこともありましたが、とにかく信じて学んでみようと思えました。

最初の第1回の講義より、初めてアチューメントを受けてそれで帰宅後、「とまと」に、さっそくアニマルレイキをやりました。「とまと」は、通常私から（1~2メートル）くらい離れています。このときはたまたま近くのソファにいたので、そこでアニマルレイキをしました。腰当たりに手をかざして50センチくらい離してやったのです。

最初は怖がっていましたが、手をかざし始めると気持ちよさそうにうとうとし始めたのには、とても驚きました。私がアニマルレイキを信じた瞬間です。いつも、「とまと」は私が触ろうとすると嘔みつかうとしたり逃げたりしていたのに、この日はおとなしくして受けてくれ気持ちよさそうにしていました。20分くらい経過したときにはソファから離れましたが、半信半疑だった私には、アニマルレイキの効果への大きな感動がありました。これだったらいいもしいれない！と確信した瞬間です。

ところが、最初の講義から1週間を過ぎたくらいから、アニマルレイキを「とまと」にしようと手をかざしたところ、きゃんと泣いて逃げてしまいました。私が近づいて大丈夫だよと声をかけ背中を触ろうとすると指を思い切り嘔まれ内出血してしまったのです。激痛だったので、「とまと」を強く叱ってしまいました。このときにペットサインを勉強していた方



に相談したところ、愛犬に出来ないなら、まず自分にレイキをやってみたらとアドバイスを受けてました。でも私自身も腰痛はありますが、特に今は痛みがないので自分にレイキしなくてもよいのではと伝えると、「自分は痛くないけど、本当は痛いのでは？」と言われ、「痛い＝痛くない」、まさに以前「鏡の法則」というセミナーで習ったことで相反するものが表裏一体となっているということ思い出しました。実は私自身が「痛い」のだということ「とまと」が示してくれているのでは？とも言われました。

福井先生からも「とまと」にレイキをするのはしばらくお休みにして自分をまず癒してあげてくださいと言われました。確かにこれも思い当たることがあります。それも「鏡の法則」のセミナーで、自分の目の前に起こっている現象は実は自分の中にもあるということ思い出しました。前述の「とまと」に噛まれた日のことです。あの日はちょうど家族内でトラブルがあり、また仕事も多忙を極めていたため、私にも「怒り」という感情があったかもしれせん。自分ではそんな気づいていないですが、「とまと」が私に見せてくれたようです。ペットは自分の鏡。「とまと」をはじめ、福井先生やアドバイスをくれた方に感謝をしました。

まずは、「とまと」へのアニマルレイキは考えないで、まずは自分へのレイキ（自己ヒーリング）をすることに専念しました。私の健康問題は、椎間板ヘルニアです。「とまと」と同じ腰に問題があります。講義で習ったように呼吸法から始めリラックスしたところで、自分の腰に手をあててレイキを20分～30分くらい行いこれを自分だけに4日間続けました。私がリラックスしていると不思議そうに「とまと」は見ていました。体感としては体温が上昇していき、血流が体全体に回っていくのを感じました。会社の昼休みなどを利用して自分へレイキを続けました。そうしているうちに自分の精神状態も落ち着き、「とまと」へのアニマルレイキも再開することができました。最初はまた噛まれる！という恐怖感がありました。手を近づけると最初は「とまと」も困惑しているような感じでしたが、おとなしくレイキを受けてくれました。

それ以来、まず初めに自分にレイキをしてから、次に「とまと」へのアニマルレイキをするという日々が続きました。その中で自己ヒーリングを通して副次効果も発見できました。例えば、雑念があるのが分かったり、自己をもっと分析するようになったり、前よりも自分を見つめ直すようになりました。なにより今の自分の状態が「とまと」という鏡を通して分かるようになりました。その日によって「とまと」が私を避けたり、逃げたり、また受けてくれる日もあるので、そうした「とまと」の行動を見て、今の自分の精神状態や抱えているものを映し出しているのだと感じました。なので、日によって「とまと」にアニマルレイキをやったりやらなかったしました。自分がいい状態は受けてくれるし、悪いときは受けてくれないという感じです。

またこのとき、発見したことは、レイキは動物のほうが人よりやり易いし、反応が分かりやすいのでは？と思ったのです。例えば人に対してレイキを行う場合は、相手の承諾を得るので、相手の反応もあやふやのように感じられます。人によつての先入観や思考が邪魔をするので、信じてない人は効いてないと言うし、また感想を述べられてもほんとうにそうなのか？また私に遠慮して正直な感想を言っていないのでは？と私も素直に人の感想を受け入れられないことも度々ありました。でも動物の場合はシンプルです。彼らが受けるか受けないかは彼ら自身が決め、素直な反応が得られます。彼らが受けたいなら自ら近寄ってくるのです。



12月上旬くらいから、「とまと」との距離がぐっと縮まるようになりました。今までは「とまと」に腰を「触られる」＝「痛み、恐怖」というのがあったようで、私がアニマルレイキをするときはいつも手を少し離してやっていました。でも、直接「とまと」の背中や腰あたりに手を触れてアニマルレイキが出来るようになりました。怖い感覚から気持ちよさに変化していたと思います。

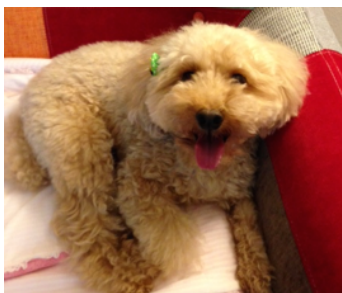
このときは第一シンボルを取り入れてやりました。それが直接効果があったのかどうかは分かりませんが、そうすることによって触ることができたのです。実際、とても気持ちよさそうにしていました。それ以来、「とまと」と私の関係もぐっと縮まり、「とまと」の方からアニマルレイキを受けにくるようになりました。私が瞑想をしているときには、「とまと」が例えおもちゃで遊んでいようと途中で止めて私の所へ来るようになりました。「アニマルレイキを私にもやって」と言っているようでした。特にアニマルレイキをしようとしていなくても私がテレビを見ていてリラックスした状態になると目の前に来てフセの状態になります。

アニマルレイキは無理に強制したり、追いかけてりするの逆効果だと思うのです。そんなときはゆっくり待って、自分をリラックスさせてからまず自分を整える作業をすると自然にペットにも伝わり、ペットの方から自らやってくるのです。うまくいかないときもありますが、そのときは前述したように、まず自分を見つめ直すことが大切だと気がきました。また「とまと」へアニマルレイキするときの「ヒビキ」は、その日によって異なりました。熱くなったり、チリチリ感、冷たさ、ときどき風を感じることもありました。

1月くらいには、お互いの状態もよくなり、「とまと」も東洋医学の先生のところへ通院しなくなりました。「とまと」も以前は体勢が曲がったように見えて姿勢が悪かったのですが、今はよい姿勢を保てるようになりました。また、私自身も少し変化したのではと思います。会社などでストレスを抱えていても、「鏡の法則」を意識するようになったり、前よりもイライラ感が和らいでいったのではと感じています。

まとめますとアニマルレイキには、アニマルレイキと自己ヒーリングの相乗効果があると考えられます。お互いの体と心の距離が縮まり、自分と「とまと」の両方が癒されたのではと感じます。しかしながら私も成長しなくてはならない余地はまだあります。アニマルレイキに取り組んで愛犬のことだけでなく自分のことを見つめ直すいい機会となりました。始めた当初は、「とまと」のことばかり心配していましたが、それだけではダメだということです。「愛犬は自分の鏡」常に意識して今後はもっと自分のケアも大切していこうと思います。

2015年8月のトマト↓



2015年12月のトマト↓

