

Raidho Healing Horses

IERI

Amo i cavalli da sempre: la prima volta che sono salita in sella avevo 9 anni. Ho praticato equitazione a livello agonistico (salto ad ostacoli) per 10 anni. Per motivi familiari ho poi lasciato il mondo dell'equitazione per riprendere verso i trent'anni. Una brutta caduta, con conseguenze fisiche importanti, ha posto fine alla mia attività in sella.



Nel 2017, confidandomi con una cara collega-amica, cerco di capire come fare per superare il malessere generale che si stava facendo pesantemente sentire e lei con dolcezza mi ha lasciato intendere che ero molto provata da tutto, che era necessario io cercassi un percorso di *mindfulness* che potesse fare al caso mio. Quel giorno, memore del fatto che a cavallo stavo bene e mi sentivo connessa più che in altre situazioni, inizio a cercare il modo per poter stare nel mondo dei cavalli senza necessariamente risalire in sella. A fine 2017, dopo aver letto il suo libro “La Forza guaritrice dei cavalli. Il potere della consapevolezza”, contatto Alexandra.



Non sapevo dove mi avrebbe portato questo percorso che ho iniziato il 24 febbraio 2018. Pensavo di saper interagire con i cavalli, di essere avvantaggiata avendo tanta esperienza passata e invece ricordo la paura e lo smarrimento che ho provato alla sola richiesta di muovere Carlos da terra, come non fossi mai stata vicina a un cavallo.

Il mio percorso è continuato, con alti e bassi, sperimentando tutti gli insegnamenti che Alexandra, con grande passione e amore, ha sempre condiviso, fino a ritornare in sella e diventare Raidho Trainer.

Raidho Healing Horses

OGGI

Diventare Raidho Trainer ha rappresentato per me la prova che posso superare tante paure, un'evoluzione del mio modo di essere e affrontare la vita privata e professionale senza perdere di vista la mia natura animica.

L'intento che mi muove è quello di condividere gli strumenti che, durante il percorso "Raidho, a cavallo dei 7 Chakra", ho appreso e che continuo ad approfondire.



Mi rivolgo dunque **a tutte le persone desiderose di conoscersi meglio, di fare la pace con sé stesse, con altre persone oppure con i cavalli stessi** (in seguito a traumi o a un'inconscia, inspiegata diffidenza) **o che vogliono creare (o ricreare) un rapporto armonico e di fiducia con il proprio cavallo.**

Dei semplici esercizi da terra, grazie alla presenza del cavallo, possono diventare dei potenti catalizzatori di consapevolezza e smuovere energie bloccate.

Il cavallo, grande maestro che non si prefigge di esserlo, ci testimonia il potere della Presenza e di quanto sia indispensabile per l'allineamento del proprio pensare, volere, sentire e agire.

Mi rivolgo anche **ai bambini e agli adulti che desiderano avvicinare questa meravigliosa creatura, per poi magari iniziare una carriera agonistica o una semplice attività sportiva in passeggiata.**

Il mio obiettivo è di accompagnarli (senza forzature) a capire quando si è pronti entrambi a stabilire il rapporto: avvicinarsi, accarezzarlo, abbracciarlo, salire...sentendo che è pronto per il nostro contatto. Essere consapevoli di quando è il momento di agire e quando rimandare: non sentiamo che è il momento di salire? Accompagniamo il nostro cavallo al pascolo.

A coloro che **lavorano in un'azienda** e desiderano sviluppare maggiore efficienza, consapevolezza del significato del proprio lavoro e capacità di vivere al meglio le dinamiche aziendali, trovando infine il giusto equilibrio tra il lavoro e la vita privata, attraverso il radicamento e la ricerca della propria centratura. Raidho integra perfettamente i percorsi formativi aziendali, consentendo ai partecipanti di **andare oltre la sfera cognitiva.**



Raidho Healing Horses

VOGLIO RINGRAZIARE

Alba, Carlos, Racki, Nevada, Bonito e Limbio, che hanno risvegliato la mia anima e tante emozioni sopite da tempo.

Alexandra con la sua silenziosa ma essenziale Presenza.

Mariangela e Cosima per tutto il loro entusiasmo, supporto e pazienza.

Rita che mi ha fatto capire era arrivato il momento di fare qualcosa per ritrovarmi.

Sonia, che nel suo B&B Nido dei Gufi mi ha fatto sentire sempre a casa: anche questo è radicarsi.

Le **amiche** e **gli amici** che ci hanno creduto con me, i miei **compagni di percorso**, **Coco, Lilli, Stella**, i **Raidho Trainer** che mi hanno fatto capire che potevo farcela a concludere e che dovevo solo capire quale fosse il mio “ruolo” e **Gilda**: amore immenso e ... compagna preferita di selfie 😊

