

RAIDHO

Healing Horses



La parola Rune significa “segreto-sussurro” e deriva da antica lingua nordica. Oltre ad essere un sistema di scrittura utilizzato dalle popolazioni celtiche da migliaia di anni, le rune sono ancora oggi uno strumento divinatorio e di crescita spirituale.

Le Rune sono una porta per accedere ad una maggiore consapevolezza del proprio percorso e richiama l'attenzione sulle nostre paure nascoste parlando di cambiamenti e crescita.

*La runa **RAIDHO**, dalla radice indoeuropea “reidh-” (da cui l'inglese to ride, cavalcare e anche road, strada), rappresenta un cavaliere in groppa al suo cavallo alla ricerca della comprensione profonda del senso e del significato della vita, che si può ottenere solo viaggiando verso i diversi livelli di coscienza.*

Quale strada percorrere, quale via scegliere per giungere a destinazione, questo dipende esclusivamente dalla nostra scelta, il viaggio è conoscenza, è esperienza, è mettere a frutto i talenti e i doni ricevuti alla nascita, è sperimentazione del nuovo.

La vita è un viaggio continuo, costellato di passaggi attraverso varie dimensioni della realtà e della coscienza, chiamati stadi evolutivi.

Con Raidho si procede sul proprio cammino al passo, al trotto, al galoppo, non è importante, ciò che conta è andare avanti sul percorso della propria vita, essere pronti a fare tesoro di ogni esperienza, a goderci l'ebbrezza e la bellezza del viaggio.

Una delle maggiori illusioni ed impedimento per l'essere umano nell'esprimere sé stessi, è di credere di essere una personalità ben definita.

Ad un certo punto della vita però, si è obbligati ad accorgerci che gli elementi contrastanti nel nostro intimo necessitano di trovare un accordo; ma essendo una constatazione sgradevole e scomoda, spesso si preferisce pensarci il meno possibile.

A lungo andare però il tentativo di tenere a bada le diverse parti di noi, tirando avanti alla meglio, si dimostra essere inadeguato ed insufficiente, in quanto mentre si accontenta una parte, altre insorgono e protestano. Comprimendo troppo duramente una parte vitale di noi, a lungo andare, insorgono disturbi psicosomatici.

Questo porta a vivere in uno stato di perenne instabilità, disagio, mancanza di sicurezza e per uscirne bisogna affrontare coraggiosamente la situazione, guardare in faccia la realtà per trovare e poi attuare soluzioni adeguate.

Il primo passo da compiere è riconoscere con chiarezza e verità il caos, la molteplicità e i conflitti che esistono in noi.

L'unità dunque è il nostro fine ultimo per poter vivere in armonia e fluire con la vita, ma l'unità è il frutto di continuo lavoro su stessi, di continui atti di coraggio nel mettersi in gioco in maniera autentica e umile, nel rispetto assoluto di sé stessi e degli altri. Solo attraverso un percorso chiaro e preciso la persona potrà ritrovare la sua interezza e armonia con la vita.

Ogni persona, dovrà trovare il percorso più giusto per sé, un percorso che tenga presente e soddisfi le proprie affinità, essendo tutti diversi e ognuno con la propria storia, sensibilità, credenza e passioni. Io il mio percorso chiaro e preciso l'ho trovato e sperimentato con Raidho Healing Horses, la tecnica ideata da Alexandra Rieger.

Raidho è un percorso, attraverso i sette Chakra e l'incontro con il cavallo, che conduce ad una trasformazione della coscienza, collegando spirito e materia, cielo e terra, mente e corpo.

Raidho per me è stato un magico incontro in un momento di grande fragilità e confusione. E' stata la possibilità di ricontattare la mia passione per i cavalli, di riconoscere e "guarire", attraverso la grande generosità dei cavalli stessi, profonde ferite trasformando i miei punti deboli in punti di forza e facendomi vedere con reale consapevolezza le mie sub-personalità che facevano da padrone e mi impedivano di vivere veramente la mia vita.

Ho soprattutto ricontattato i miei sogni e ritrovato la magia nella vita, la meraviglia della gratitudine che ti apre alla speranza, la scoperta che quando siamo nella presenza basta fare veramente poco perché le cose giuste accadano.

Ho visto con estrema chiarezza quanta fatica facevo (faccio) tutte le volte che mi trovavo davanti ad una difficoltà, a quanta energia spreco nel cercare di vivere il mio disagio con il fare, fare e ancora fare. E quanto invece basta solo "esserci" ed esserci nel qui e ora.

Il cavallo ha il grande potere di fungere da specchio, non interpreta, non mente e non giudica, ma ti mostra molto chiaramente chi sei e cosa stai facendo, ti mostra di come poco in realtà siamo consapevoli del come ci comportiamo. Se non sei come un albero con buone radici nella vita, ti fai spostare continuamente dalle situazioni e dalle persone. Ti mostra che con la forza non si ottiene nulla, ma sono la dolcezza

(amore) e la fermezza (saggezza) i giusti strumenti per vivere una vita equilibrata e serena.

Il percorso di Raidho si basa principalmente sulla relazione con il cavallo, in particolare sulla comunicazione autentica con esso.

Il linguaggio del cavallo è fatto di gesti e movimenti anche minimi, a volte veloci, a volte chiari o semplicemente espressi da portamenti di collo, coda, zampe, orecchie, occhi e narici.

La comunicazione naturale ed efficace è quella per cui la tua idea, le tue parole, i tuoi concetti e le tue immagini arrivano esattamente nel modo in cui intendi, e non come vengono interpretati attraverso i filtri. Comunicare veramente significa essere interessato all'altro. E la comunicazione inizia sempre dall'ascolto. quando la comunicazione è autentica si è affascinati l'uno dall'altro, sia che l'altro sia un'altra persona o che sia un cavallo.

La comunicazione vera costituisce ponti, crea comunità, divertimento e alla fine unità, si svolge a cuore aperto, spontaneamente e con reciproco rispetto e fiducia.

Il cavallo è un animale predato, per cui cercherà sempre nella relazione se si può fidare e cercherà nell'altro una leadership a cui affidarsi.

La vera leadership che viene dal cuore e ha una giusta misura tra parte femminile, più comprensiva e dolce, e parte maschile, più decisa e ferma, in stretta armonia tra loro. I cavalli sono grandi maestri nel mostrarcelo e insegnarcelo.

Ai cavalli non importa il successo, loro conoscono solo il successo del cuore e dell'anima. Ci aiutano a portarci alla comprensione di chi siamo veramente, ci mostrano la strada che porta all'unità e all'accettazione, verso quel luogo sacro, nella profondità del nostro essere, dove comprendiamo che tutto va bene ed è perfetto proprio come è ora e che non c'è niente che dobbiamo combattere.

I cavalli ci insegnano a rilassarci e a respirare per godere e vivere appieno la vita. Il successo che ci insegna il cavallo è quello di essere sé stessi e di accettare tutto e tutti intorno a noi come già perfetti, di riconoscere il divino in ogni singola cosa o essere vivente.

I cavalli vivono nel presente, da momento a momento, qui e ora, senza compromessi e non sono legati alle abitudini o situazioni passate, semplicemente scivolano da un momento all'altro ed accettano tutti i cambiamenti così come avvengono, decidendo al momento come comportarsi e reagire.

Esprimono molto sinceramente tutti i loro sentimenti, mostrano apertamente pensieri e azioni, ma tutto questo non è possibile se non ci si apre alla vera comunicazione di cuore. Per i cavalli ogni momento racchiude tutto: non c'è fuga nel passato o nel futuro.

La maggior parte delle persone vive o nel passato, al quale resta attaccata perché terreno conosciuto anche se doloroso, o nel futuro, nei progetti e nelle preoccupazioni, per un tempo che ancora non c'è. Pochi vivono veramente nel presente.

I cavalli non ci permettono questo comportamento e ci mandano segnali per richiamarci nel qui e ora, per riportarci al respiro e alla presenza. Ci avvertono che quando si fugge dal presente, il cambiamento potrebbe risvegliarci in modo poco

dolce e con azioni anche pericolose perché non eravamo presenti per viverlo. I cavalli danzano con la vita, forse per questo i loro movimenti sono così armoniosi, leggeri, abbracciano ogni momento e gli danno sempre il benvenuto.

Raidho è un percorso di crescita personale che si sviluppa in 7 incontri corrispondenti ai 7 Chakra della cultura indiana. In ogni incontro si vanno a scoprire le qualità del Chakra su cui si vuole lavorare e la parte esperienziale con il cavallo mostra, chiaramente e in maniera autentica, l'equilibrio energetico, fisico ed emozionale dei Chakra della persona.

Come ho integrato Raidho nella mia attività professionale

“Un cavallo come assistente-counselor”

Mi sento molto fortunata! Sì mi sento molto fortunata, perché il poter unire il proprio sogno con il lavoro è veramente un grande regalo della vita.

Da quando avevo quattro anni mi sono innamorata perdutamente dei cavalli, di questi magnifici animali liberi, fieri e generosi.

Ho sempre avuto il sogno di avere un cavallo mio, di poter stare il più possibile in mezzo a loro, di poterci lavorare. Poi le diverse situazioni della vita mi hanno allontanato più volte da questo sogno o comunque da questo mondo. Ma se il sogno è autentico, come Alexandra ideatrice di Raidho ci insegna, si presenteranno sempre le occasioni per realizzarlo, in modo diverso, ma sempre valido. Ecco come ho incontrato il meraviglioso lavoro Raidho di Alexandra!

Da 23 anni esercito la professione di fisioterapista, con specializzazione in Counselor, terapia Cranio-Sacrale e Floriterapia Australiana. Ho impostato il mio lavoro con un approccio olistico centrato sulla persona nella sua interezza, nei suoi aspetti fisici, energetici, mentali e spirituali.

Uso principalmente il corpo per aiutare la persona ad accedere ad una più chiara consapevolezza degli eventuali disagi vissuti, sia che partano dal corpo o si esprimano attraverso il corpo.

Le sedute per cui si articolano sia con un approccio fisico attraverso diverse tecniche manuali ed energetiche, che da una parte verbale legata alla consapevolezza dei segnali che il corpo manda per esprimere il disagio nel non vivere nell'autenticità di chi siamo veramente.

A volte la mia difficoltà di terapeuta durante una seduta di lavoro, è riuscire a portare la persona a riconoscere sfumature di sé senza dover fare interpretazioni o

affermazioni che potrebbero essere vissute come giudizi, in quanto ci sono resistenze e retaggi mentali che possono bloccare completamente la persona in un atteggiamento difensivo di chiusura e paura.

Ecco che qui entra in gioco la possibilità di integrare con sedute individuali o di piccoli gruppi Raidho! Infatti il cavallo non interpreta, non giudica, non ti spinge oltre la tua capacità di gestire le tue emozioni.

È un meraviglioso collaboratore che funge da specchio per la persona, in maniera inequivocabile, dolce e generoso. Spesso fa emergere vissuti o ricordi alla persona, che neanche il migliore terapeuta avrebbe potuto riconoscere o portare a consapevolezza.

È come se la prima parte di seduta la gestisse lui, e mi preparasse il lavoro per aiutare la persona ad elaborare e lasciare andare il vissuto emerso.

Raidho per me è stato un'ottima possibilità di integrazione anche nel mio lavoro di insegnante in una scuola per Operatori Olistici del Benessere con specializzazione nelle tecniche di massaggio.

Il cavallo non usa le parole, si esprime attraverso il linguaggio del corpo e il campo energetico, per cui allena e insegna agli allievi a “vedere” e “sentire” con tutti i sensi, a riconoscere i propri confini e bisogni, senza confonderli con quelli dell'altro.

Insegna e aiuta a riconoscersi per riconoscere in maniera autentica l'altro, perché solo quando si è centrati ed equilibrati, con la piena consapevolezza delle nostre emozioni saremo in grado di aiutare la persona che nella seduta di massaggio si affida a noi. La fiducia di una persona di potersi veramente abbandonare in un trattamento, deve essere conquistata, così come la fiducia di un cavallo. Il cavallo si affiderà solo quando sentirà che la coerenza e la presenza della persona sono reali, non gli servono parole, facciate o apparenze, così come la persona sentirà l'autenticità di chi lo sta toccando.

Chakra

I Chakra sono centri di attività che ricevono, assimilano ed esprimono l'energia della forza vitale della persona.

Il termine Chakra significa “ruota” e si riferisce ad una sfera rotante di attività bioenergetica che viene emanata dai gangli nervosi principali posti lungo la colonna vertebrale.

Vi sono sette di queste ruote, poste l'una sull'altra in una colonna di energia che unisce la base della colonna con la sommità della testa.

Le attività dei vari Chakra influiscono sull'attività ghiandolare, sulla forma del corpo, sulle affezioni fisiche croniche, sul pensiero e sul comportamento ed emozioni.

Primo Chakra

Diritto fondamentale: *esistere*

Scopo: fondazione

Caratteristiche: radici, collegamento con la terra, nutrimento, fiducia, confini appropriati, abbondanza

E' connesso all'elemento Terra e a tutte le cose solide terrestri, come i nostri corpi, la salute, la sopravvivenza, l'esistenza materiale e monetaria, la capacità di manifestare e focalizzare le nostre necessità. È la necessità dei nostri corpi di restare vivi e sani, è la necessità delle nostre menti di accettare i limiti e la disciplina fondamentali per la manifestazione.

Il Primo Chakra è il vortice energetico più denso del nostro sistema ed è associato alla quantità di energia fisica e alla volontà di vivere nella realtà fisica.

Con un Primo Chakra equilibrato siamo ben radicati, emaniamo un senso di forza sotto forma di energia vitale e spesso si agisce come un generatore, fornendo o rigenerando l'energia di chi ci circonda.

Il linguaggio del Primo Chakra è la forma, e il **corpo** è l'espressione fisica del nostro essere; è lo strumento attraverso cui passa l'informazione, oltre che la copia di tutti i dati e i programmi al suo interno. Incisi nei tessuti e nelle ossa si trovano i dolori e le gioie e anche gli atteggiamenti posturali rispecchiano i nostri vissuti.

Per comprendere il corpo bisogna essere il corpo, essere i suoi dolori e i suoi piaceri, paure e gioie. Ogni emozione ha una sensazione fisica ben definita che permette di identificarla.

L'espressione del corpo è l'espressione di noi stessi. Bisogna fare pace con il corpo per poter essere in pace nel corpo!

I corpi sono le case dell'Anima, per cui diventa indispensabile prendersene cura.

I **confini** sono un altro importante elemento di questo Chakra, in quanto possono essere un problema per coloro che sono stati privati dell'accudimento, del contatto e della sicurezza.

Il confine è quello che determina il giusto spazio nella vita, è quello che determina il confine sano per non essere invasi e non invadere quello degli altri.

Il cavallo in questo è veramente un grande maestro, ti mostra molto chiaramente se il confine c'è o no, se se ne è convinti o è solo illusione della mente.

Azione è un'altra parola chiave del Primo Chakra e la sua energia ha un ruolo importante nel portare a termine le cose.

Psicologicamente il Primo Chakra si occupa della nostra direzione nella vita e da una buona base ci possiamo muovere in ogni direzione rimanendo fedeli al nostro scopo nella vita.

È lavorando su questo Chakra che possiamo accedere ai nostri doni speciali e non

abbiamo paura ad usarli.

È qui che troviamo l'introspezione necessaria per poter raggiungere il nostro pieno potenziale e manifestare tutto ciò che possiamo essere.

Secondo Milton Hyland Erickson (1901-1980), psichiatra e psicoterapeuta statunitense, è da qui che si strutturano anche la **FIDUCIA** e la **SFIDUCIA**, per cui sarà importante ricordare che la gratitudine apre alla fiducia e che aprendosi alla vita arriva l'abbondanza (tutte qualità del Primo Chakra).

La **paura** è il demone del Primo Chakra, che si contrappone al senso di tranquillità, al senso di sicurezza e fiducia, per cui affrontare le nostre paure significa rinforzare il Chakra stesso.

Secondo Chakra

Diritto fondamentale: *sentire*

Scopo: movimento e connessione

Caratteristiche: movimento, emozioni, sensazioni, sessualità, desiderio, piacere, necessità

L'elemento associato al Secondo Chakra è l'Acqua, spesso ci riferiamo alle emozioni come fossero parte del regno dell'acqua: scorrono come un fiume, hanno onde come il mare, scendono a gocce come le lacrime. Si può pensare al corpo fisico come al contenitore di terra e alle emozioni come all'essenza fluida che scorre attraverso di esso.

Il Secondo Chakra ci porta al concetto della **dualità** e ci porta la possibilità di scegliere. Ci siamo ora noi e l'altro, gli altri.

Possiamo fare le nostre scelte attraverso i nostri desideri e bisogni.

La dualità porta anche alla **polarità**, di yin e yang, maschio e femmina, su e giù, oscurità e luce.

La forza dominante del Secondo Chakra è l'attrazione degli opposti, che è la base del movimento, uno stimolo istintivo ad espandersi sperimentando qualcosa o qualcuno diverso da noi. Emotivamente sentiamo questo stimolo come un **desiderio**, il desiderio di sperimentare qualcosa di diverso, di fondersi con un altro, di passare ad un altro stato di coscienza, il desiderio di crescere.

Il **desiderio** è un impulso spirituale/emotivo che ispira movimento e cambiamento. Il desiderio è una combinazione di sensazione ed emozione, è il carburante della volontà, è la spinta fondamentale che porta all'azione.

La comprensione di noi stessi in quanto individui ora include la consapevolezza dell'altro, unendosi all'altro i desideri prendono forma e con essi le emozioni e la sessualità. Il desiderio di unirsi, superare la separazione, protenderci e crescere e, tutto questo, induce al cambiamento.

Il **cambiamento** è un elemento fondamentale della coscienza, senza cambiamenti la nostra mente si fa ottusa, non vi è crescita.

La coscienza del Secondo Chakra è stimolata dalla danza delle polarità che è la forza motivante del movimento e del cambiamento.

Se il Primo Chakra cerca di *trattenere e di creare una struttura*, lo scopo del Secondo è quello di *andare e creare flusso*. Il suo flusso continuo è parte essenziale della forza vita.

Questo Chakra è yin, perciò racchiude le qualità più femminili associate alla ricettività, alle **emozioni** e all'**affetto**.

Prestando attenzione al modo in cui ci muoviamo, possiamo scoprire aspetti ed emozioni che in passato erano stati sepolti e avevano creato e alimentato il nostro corpo di dolore.

I **sensi** sono il collegamento essenziale tra il mondo esterno e quello interno, l'esperienza e i sensi è allo stesso tempo fisica, emotiva e spirituale. Attraverso i nostri sensi possiamo riconoscere la differenza tra il piacere e il dolore, ci espandiamo o ci contraiamo, ci muoviamo in avanti o all'indietro, reagiamo o agiamo.

La **colpa** è il demone di questo Chakra, perché inibisce il libero scorrere del movimento, soprattutto privandolo del piacere di vivere la vita.

Il cavallo grazie al suo enorme campo energetico è in grado di far emergere l'emozione più importante in quel momento, riuscendo ad escludere la nostra parte mentale condizionata.

Terzo Chakra

Diritto fondamentale: *agire*

Scopo: trasformazione

Caratteristiche: energia, attività, volontà, autostima, potere, autonomia, individuazione, agire a proprio vantaggio

Questo Chakra è rappresentato dall'elemento Fuoco , che governa la creazione e l'espressione dell'energia all'interno del corpo. Se il fuoco fisiologicamente rappresenta il metabolismo del cibo e dell'acqua trasformati in energia e calore, psicologicamente rappresenta l'espressione del **potere** e della **forza personale**.

La **volontà** è una delle altre caratteristiche di questo Chakra, è il mezzo con cui si supera l'inerzia, è la scintilla essenziale che accende la fiamma del potere.

La volontà è la combinazione di mente e azione, la direzione conscia del desiderio, il mezzo con cui si crea il futuro. Il potere personale senza la volontà è inutile.

Il **potere** è la capacità di operare dei cambiamenti e lo si possiede

quando si osa vivere in modo autentico, quando si entra in sé stessi e si dice la nuda verità.

Anche il **focus** è un elemento fondamentale, io so dove devo andare e la mia attenzione va in quella direzione, ci metto tutta la mia energia.

Le qualità del Terzo Chakra (potere, volontà, vitalità e autodisciplina) in ultima base si basano sull'**autostima**. Se si ha una buona autostima si sarà fiduciosi, sicuri di sé, disciplinati e fondamentalmente soddisfatti della vita.

L'autostima costituisce una valida base per l'apertura del cuore e per il mantenimento di validi rapporti.

Il suo demone è la **vergogna**, che è inversamente proporzionale al potere personale, e blocca l'energia che risale dai Chakra inferiori e la trasforma in un'azione reale. Le persone legate alla vergogna ascoltano di più i loro pensieri che i loro istinti e la spontaneità viene limitata dall'analisi e dal controllo.

Con il Terzo Chakra il cavallo sarà il rispecchiamento del nostro potere personale, della nostra posizione, autostima e della nostra volontà gentile di porci a lui, ma anche nella vita.

Quarto Chakra

Diritto fondamentale: *amare ed essere amato*

Scopo: amore ed equilibrio

Caratteristiche: amore, equilibrio, amore per sé stessi, relazione, intimità, anima, aprirsi e accogliere

L'elemento di questo Chakra è l'Aria, il meno denso degli elementi fisici. L'aria è associata alla conoscenza e alle cose lievi e spirituali, rappresenta la libertà, l'apertura e freschezza.

Il grande tema di questo Chakra è il **perdono** e l'**amore incondizionato**. Perdono di sé stessi e perdono degli altri in maniera autentica e non solo mentale.

È anche il Chakra della libertà ed equilibrio, libertà intesa come libertà di amare incondizionatamente, libertà dai legami energetici verso gli altri e degli altri. Solo quando si è veramente liberi ed in equilibrio a tutti i livelli si può agire con amore in ogni gesto, in ogni relazione.

Il cavallo ci mostra con estrema chiarezza che solo quando siamo in una relazione chiara e amorevole, la sua disponibilità è totale. Solo allora sarà una danza con lui e con la vita.

Il demone del Quarto Chakra è il **dolore**. Il cuore quando è appesantito dal dolore si

apre con difficoltà e perfino respirare diventa difficile. Se si nega il dolore si diventa sordi ai propri sentimenti e la vitalità ne risulta compromessa. Solo quando si riconosce ed esprime il dolore, si trova una chiave per aprire il cuore stesso alleggerendolo e tornando a respirare. Quando veniamo a patti con il dolore si trova anche la compassione per gli altri.

Quinto Chakra

Diritto fondamentale: *dire e ascoltare la verità*

Scopo: comunicazione, creatività

Caratteristiche: comunicazione, creatività, ascolto, risonanza, trovare la propria voce

Comunicare in maniera autentica significa condividere la **propria verità** e la **propria individualità**.

Quando il Quinto Chakra è aperto la personalità è forte e comunica sempre la propria verità, sa ascoltare in maniera neutra, senza avere come sottofondo costante il chiacchiericcio mentale o entrare in risonanza con gli altri.

La **comunicazione** si esprime attraverso le parole, il corpo, i pensieri, i quadri che abbiamo dentro e le nostre emozioni.

La capacità comunicativa più importante è l'**ascolto** e attraverso l'ascolto di sé stessi si può comprendere cosa avviene dentro di noi e attraverso il silenzio si riesce a capire chi siamo e che ruolo in realtà si sta interpretando nella vita. Spesso si interpretano anche più ruoli a secondo delle situazioni e fasi della vita.

Il demone di questo Chakra sono le **bugie**.

Se il Quarto ci ha conferito la capacità di accettare noi stessi, non si potrà negare la verità. Ma se neghiamo i sentimenti potremo scoprire che dentro di noi vi sono varie verità in conflitto. Vogliamo procedere e vogliamo resistere contemporaneamente.

Quando siamo fuori dalla nostra verità viviamo una bugia. Le bugie possono essere espresse con le parole, ma anche con le azioni o rilevate nel corpo.

Quando, invece, viviamo secondo la nostra verità c'è una continuità di risonanza tra noi stessi e gli altri. Vivere in discontinuità in maniera continua porta piano piano alla malattia e a manifestazioni fisiche.

Tenendo conto che tutto è comunicazione, lavorare con il cavallo su questo centro energetico, metterà in evidenza cosa e come stiamo realmente comunicando, mostrando la nostra coerenza e verità.

Sesto Chakra

Diritto fondamentale: *diritto di vedere*

Scopo: riconoscere gli schemi

Caratteristiche: immagine, intuizione, visualizzazione, simboli, sogni, visione

Con il Sesto Chakra aperto siamo in grado di **vedere** dove siamo stati, dove siamo ora e prevedere dove stiamo andando. Questa consapevolezza ci mette in condizione di sapere che cosa fare e, grazie alla visione, le nostre azioni diventano atti creativi della volontà al servizio della trasformazione.

La percezione fisica ci dice che qualcosa esiste, ma solo la vista interiore ci dice che cosa è realmente. Questo Chakra può vedere lo schermo interiore su cui si intrecciano in uno spettacolo senza fine memoria e fantasia, immagini e archetipi, intuizione e immaginazione.

Scopo di questo centro energetico è quello di vedere la via e portare luce della coscienza a tutto ciò che esiste dentro e attorno a noi.

Impariamo a vedere la via riconoscendo gli **schemi**. Gli schemi rivelano l'identità di una cosa, cosa è, a cosa serve, in quale modo mettersi in rapporto con essa. Quando riconosciamo gli schemi, si trova la strada per l'**introspezione** e la totalità.

Il **simbolo** emerge quando riconosciamo uno schema e spesso i simboli emergono dall'inconscio sotto forma di sogni, fantasie, creazione artistica e incontri casuali.

I **sogni** collegano la mente conscia a quella inconscia, ci parlano secondo modalità simboliche dei Chakra superiori, ma ciò che simboleggiano è il collegamento tra i nostri processi inferiori e il mondo archetipo dello spirito.

I sogni ci fanno vedere le cose in modo nuovo, rivelando emozioni e comprensioni segrete, desideri e necessità, parti rifiutate di sé, talenti non sfruttati e pezzi mancanti della nostra totalità.

L'**intuizione** infine, è il riconoscimento inconscio degli schemi, accresce la capacità psichica ed è necessaria per comprendere il mistero che ci permette di aprirci al cosmo.

Il demone del Sesto Chakra è l'**illusione** che devia la coscienza dalla visione. L'illusione è un'immagine statica di come dovrebbe essere, in genere è un'immagine di quello che di fatto non è. Le illusioni sono tenute ferme al loro posto da un investimento di energia psichica e quando ci si fissa su un'immagine tutto diventa nutrimento per arricchirla.

Più investiamo in un'illusione, più difficile è abbandonarla e rimaniamo intrappolati in un circuito chiuso che ce ne impedisce l'autentica comprensione.

A questo livello il lavoro con i cavalli non ha più regole, bisogna affidarsi alle proprie intuizioni con estrema leggerezza e fiducia. E se sei centrato, autentico, tutto accade!

Settimo Chakra

Diritto fondamentale: *diritto di conoscere ed imparare*

Scopo: comprensione

Caratteristiche: trascendenza, potere superiore, divinità, unione, vera presenza, conoscenza, coscienza

Il Settimo Chakra riguarda la fusione con la coscienza Divina e la realizzazione della nostra natura più autentica. Il nostro scopo è quello di entrare in contatto con il Divino, ma anche di manifestare la divinità nel nostro corpo e nelle azioni e, in tal modo, di trasformare il mondo.

Nel Settimo Chakra vediamo il divino in ogni cosa e in tutti i suoi infiniti aspetti.

Si crede che la **coscienza** siano i nostri pensieri, ma i pensieri sono quello che la coscienza crea, non ciò che è. Secondo i saggi la coscienza è il campo unificato in cui è immersa tutta l'esistenza.

Il **pensiero**, elemento associato a questo centro energetico, è la prima emanazione della coscienza sulla vita della manifestazione.

Il Settimo centro è legato al processo della **conoscenza**, per cui il compito a questo livello è quello di esaminare i nostri pensieri, le nostre convinzioni e il processo in cui riceviamo, analizziamo e immagazziniamo le informazioni.

Il demone di questo Chakra è l'**attaccamento** che è la negazione dello stato continuamente fluido del sistema universale, ci ancora al tempo e ci rende incapaci di andare avanti. Quando non abbiamo attaccamento, lasciamo andare la fissazione su qualcosa di esteriore, ci lasciamo alle spalle il bisogno di controllare, il desiderio del risultato. L'attaccamento significa non aver fiducia nella saggezza dell'universo.

Nel Settimo Chakra, il cavallo sarà al nostro fianco in una relazione autentica con la nostra Anima, dove ormai è spontaneo essere e sentirsi come una cosa sola con l'Universo.