

Sul lago di Garda

CRESCITA E CONSAPEVOLEZZA con i cavalli



Alexandra Rieger, ideatrice del metodo Raidho, e uno dei suoi cavalli.

Raidho Healing Horses è un percorso pratico di consapevolezza, innovativo ed efficace, basato sul rapporto privilegiato che si può instaurare tra uomo e cavallo

I cavalli come specchio, incorruttibile e fedele, di ciò che è la persona, di come funziona nelle proprie relazioni e di cosa comunica veramente all'altro. Da qui una nuova consapevolezza, quale punto di partenza fondamentale per scardinare gli automatismi

che minano la realizzazione della propria persona nel contesto sociale, affettivo e lavorativo.

Non serve essere cavallerizzi

Ne abbiamo scritto recentemente, lasciando alle parole di una nostra collaboratrice le riflessioni

su di un'esperienza di grande impatto emotivo (L'altra medicina magazine n. 73). In questa occasione ci addentriamo più a fondo sulla proposta che Raidho Healing Horses offre alle persone interessate. Gli esercizi con i cavalli che compongono il percorso Raidho



Healing Horses vengono eseguiti tutti da terra, in totale sicurezza. Non richiedono né competenza né familiarità con questo animale e portano alla luce della coscienza le dinamiche interiori che governano – spesso in modo del tutto inconsapevole – la persona, aprendo un varco verso un concreto cambiamento in ciò che limita o blocca una fluida comunicazione, con sé e/o con l'altro, e una personale realizzazione nei diversi ambiti della vita e nelle relazioni.

A chi è rivolto?

Il lavoro Raidho Healing Horses si rivolge a tutte quelle persone che sentono un richiamo e una necessità di cambiamento nella propria vita o nei rapporti intimi, non partendo da se stesse. Come? Coinvolgendo, nel proprio processo olistico di cambiamento, il modo di pensare, sentire, volere e agire. Raidho Healing Horses porta la persona a lavorare su quattro



livelli contemporaneamente: pensiero, emozione, corpo e anima. Il cavallo mette la persona di fronte a ciò che effettivamente comunica all'altro: tutto ciò che succede nell'interazione con il cavallo, sia interiormente sia esteriormente, rispecchia ciò che la persona stessa vive nella sua vita attuale. Da qui si accende in

essa una nuova consapevolezza di sé, quale punto di partenza per cambiare e per diventare più forte nella propria verità grazie a un fondamentale passaggio: quello della piena accettazione del proprio limite, come step necessario per lasciarselo alle spalle.

Il Focus è sulla persona, non sul cavallo

I seminari Raidho prevedono un mix di teoria unita a una pratica con i cavalli, dove gli esercizi da terra con il branco possono essere fatti da chiunque, anche da persone che non hanno mai toccato un cavallo o che, addirittura, ne hanno paura. Il lavoro Raidho è incentrato completamente sulla persona (e non sul cavallo). Raidho attira a sé non solo cavalieri, amazzoni, istruttori equestri e persone affascinate dal cavallo che desiderano raggiungere una comunicazione fluida e chiara con questo animale lavorando

Dove si trova il centro Raidho

Situato sulla riva occidentale del lago di Garda, Gargnano è un grazioso paese che offre ai visitatori un panorama variegato, che va dalle rive del lago fino alle montagne. Molti i luoghi di interesse storico, così come le attività sportive che si possono praticare; oltre a quelle legate strettamente al lago, mountain bike ed escursionismo attirano moltissimi praticanti. E poi, ovviamente, c'è l'equitazione...



Un cavallo non percepisce quello che fai, ma come lo fai e la tua disposizione interiore; guarda dritto alla tua anima.



su di sé, ma soprattutto a persone comuni in cammino e in ricerca di un nuovo modo, più consapevole e quindi più gioioso e sereno, di vivere se stessi e la propria vita. Raidho attrae anche osteopati, psicoterapeuti, coach e counsellor e tutti coloro che

operano del settore del benessere psico-fisico dell'essere umano che, qui, possono apprendere nuovi ed efficaci.

E adesso, scopri il tuo percorso

Entriamo quindi nel dettaglio delle varie proposte di Raidho, in modo che ognuno possa scegliere quello che più gli si addice.

→ Raidho a cavallo dei 7 chakra

Rappresenta la formazione completa Raidho Healing Horses rivolta a persone in cerca di un cammino di consapevolezza, così come a operatori del benessere, cavalieri e amazzoni professionisti e non. Un lavoro

profondo, strutturato, serio e concreto per risanare la propria persona grazie allo "specchio cavallo", lavorando contemporaneamente su quattro livelli: psicologico, emotivo, fisico e spirituale. Il cavallo, e ciò che accade con lui, è una perfetta e specifica metafora di ciò che accade ora nella propria vita. Sette moduli di due giorni l'uno (weekend), distanziati l'uno dall'altro di circa due mesi, lungo i quali si lavora sui sette chakra.

→ Horse coaching per aziende

Una palestra pratica per dirigenti e personale, nella quale prendere coscienza di ciò che si comunica a sé e all'altro, delle emozioni che si provano e di quelle che si provocano, di ciò che è possibile migliorare per generare maggiore benessere sul lavoro e quindi produttività in azienda, acquisendo nuove consapevolezza con cui nutrire i propri pensieri, relazioni, azioni. I pilastri della vera leadership, le dinamiche del team building, i canali per praticare un ascolto attivo e quelli su cui viaggia una comunicazione davvero efficace. Questo e molto altro che riguarda lo sfaccettato mondo delle relazioni sul lavoro sono solo alcuni dei macro temi su cui lavoriamo attraverso i cavalli, con una serie di esercizi da terra, uniti a un'importante parte di teoria, per i quali non è richiesta nessuna conoscenza del cavallo né familiarità con questo animale. I cavalli portano alla luce, rapidamente e in modo incisivo, gli aspetti che governano il management e quelli delle dinamiche di team in azienda.

→ Equitazione energetica

Raidho propone tre moduli, di due giorni l'uno, rivolti a cavalieri e amazzoni per portare nel lavoro in sella i principi di questo metodo.

A questi moduli è possibile accedere solo dopo aver concluso almeno i primi quattro livelli (ossia i primi quattro chakra) del percorso a terra "Raidho a cavallo dei 7 chakra".

NON RESTA CHE PROVARE...

Una proposta così innovativa e originale avrà sicuramente stuzzicato il vostro interesse. Realizzarla è molto semplice: Alexandra Rieger, ideatrice del metodo Raidho, e il suo branco di cavalli vi aspettano a Gargnano, sulla sponda bresciana del lago di Garda. Per avere maggiori informazioni e scoprire le date dei workshop, telefonare al 338.7019183 oppure scrivere a italia@raidhohealinghorses.com www.raidhohealinghorses.com

