Abschlussarbeit
Zertifizierung zur Raidho Trainerin

Gardasee 2019

Sabina Juchli
Blasenberg 5
5643 Alikon (Schweiz)

sabina.juchli@hispeed.ch

„Und plötzlich weisst du; es ist Zeit, etwas Neues zu beginnen und dem Zauber des Anfangs zu vertrauen“

Der Anfang meiner Reise

So besteht auch ein Zauber zwischen Mensch und Pferd. Eine tiefe, fast schon magische Sehnsucht, die manches Kind schon mit in dieses Leben bringt. Und so fühlte auch ich mich dieser Magie hingezogen, verschlang sämtliche Pferdebücher und träumte davon, eines Tages ein eigenes Pferd zu haben. Als junge Erwachsene wollte ich dann aber die Welt entdecken, verbrachte viele Jahre im Ausland, absolvierte meine Ausbildung und wurde Mutter einer wundervolle Tochter. Der Wunsch ein eigenes Pferd zu haben rückte mit den Jahren dann immer mehr in den Hintergrund und so kam ich mit diesem prächtigen Geschöpf nur noch sehr selten in Kontakt. Es sollten noch viele weitere Jahre vergehen, bis ich den Weg zu den Pferden wieder fand.

Es gab im Leben meiner heute erwachsenen Tochter eine sehr dunkle Zeit, die uns vor eine grosse Prüfung stellte und unser Leben für immer verändert hat. Ein Schicksalsschlag ist wie ein schwerer Rucksack, den wir vom Leben vor die Füsse geknallt bekommen. Anfangs dachte ich, dass ich diese schwere Last niemals tragen kann und daran zerbrechen werde. Aber irgendwann gelang es mir, wenn auch langsam und beschwerlich. Die Last wurde nicht leichter, doch ich lernte Strategien damit umzugehen und entwickelte Kräfte die mich irgendwie in den nächsten Tag trugen. Es war ein Überlebensmechanismus der mich funktionieren lies, mir viel Energie raubte und mich müde und leer machte.

In dieser Zeit führte ich lange und intensive Gespräche mit Gott. Ich war wütend und konnte nicht verstehen, wieso er als liebender Gott so viel Leid zulässt. Obwohl mir bewusst war, dass wir Seelen mit einem Plan auf die Welt kommen, konnte ich nicht begreifen, weshalb sich gerade unsere Seelen so eine schmerzliche Erfahrung ausgesucht haben? Was soll ich als liebende Mutter daraus erkennen und lernen? Das einzige was ich zu diesem Zeitpunkt fühlte, war Wut, Verzweiflung und eine unendlich tiefe Traurigkeit.

Wir duften damals aber auch sehr eindrückliche und sehr berührende Momente erleben. So wie die wundersame Arbeit des pferdegestützten Coachs. Für meine Tochter war diese Therapie ein grosser Schritt vorwärts in ein gesundes Leben und für mich eine tiefgreifende Erfahrung, die mein Leben für immer verändern sollte.

Nach einer langen Nacht auf der Station, fuhr ich auf dem Heimweg an einer Pferdeweide vorbei. Es war sehr früh am Morgen und der Nebel lag wie ein Schleier schützend über der Erde. Eine innere Stimme bat mich anzuhalten und obwohl ich müde und erschöpft war, beschloss ich der Aufforderung zu folgen. Ich beobachtete eine Weile die Pferde, wie sie still und vertrauensvoll in sich ruhend auf der Weide standen. Ich erinnerte mich wieder an die wundersame Arbeit mit den Pferden und wie heilend diese Energien für meine Tochter waren. Ich weiss nicht mehr wie lange ich einfach nur da sass und den Pferden zusah und diesen Moment mit einer unbeschreiblichen Ruhe und einem tiefen Frieden genoss.
Berührt von diesem Erlebnis informierte ich mich im Internet, was es über „Heilung mit Pferden“ gibt . Es dauerte nicht lange und ich fand die Seite von Alexandra Rieger mit dem wohlklingenden Namen Raidho Healing Horses am schönen Gardasee. Das war also die Antwort auf meine Frage und die tiefe Erkenntnis die daraus gewachsen ist.

Ich habe noch am selben Tag das Buch „ Wie Pferde heilen„ von Alexandra Rieger bestellt und mich für die Ausbildung zum Raidho Trainer angemeldet.

„Kraftvoll auf sanfte Weise“

Raidho Healing Horses

Raidho ist eine schamanische Reise - ein Erwachen - ein Kompass - eine Rune - tiefe Heilung - ein nach Hause kommen - Erde, Luft, Feuer und Wasser - Himmel und Erde - Süden, Westen, Norden und Osten - Sonne und Mond - Fühlen, Denken, Wollen und Handeln – Freude, Freiheit und Leichtigkeit - im Innen sowie im Aussen.

Raidho ist ein tiefgreifender Bewusstseinsprozess, den wir mit den heilsamen Energien der Pferde gehen dürfen. Für diesen Weg braucht es keinerlei Kenntnisse im Umgang mit Pferden, da alle Übungen am Boden stattfinden und der Klient unter Anleitung des Raidho Trainers einfühlsam begleitet wird.

Raidho ist das Öffnen und Aktivieren der 7 Chakren „unseren Energiezentren“ und besteht aus Atemübungen, Meditationen, Körper- und Energiearbeiten.

Das Pferd als heilsame Quelle

Pferde symbolisieren Freiheit, Lebenskraft und spirituellen Wachstum. Es dient uns als wichtiger Überbringer von Botschaften und es begleitet uns sanft und liebevoll auf unserer inneren Reise. Pferde spiegeln uns viele Aspekte unseres inneren Seins und sie helfen uns für diese aufmerksamer zu werden. Wenn wir das Pferd als Botschafter, Lehrer und Heiler verstehen, begleitet es uns in Liebe auf unserem Weg. Es besitzt äusserst viel Sensibilität und Einfühlungsvermögen, ähnlich wie die Delphine. Durch ihre spirituelle Natürlichkeit lernen wir feinste Schwingungen und Energien wahrzunehmen, die jenseits von Sprache und Verstand liegen. Im Zusammensein mit den Pferden lehren sie uns auch Demut und Dankbarkeit zu empfinden, denn sie sind treue und wahrhaftige Wesen. Im Zusammensein mit den Energien der Pferde lernen wir unsere Wahrnehmung zu vertiefen und fördern so unser Feingefühl. Sie helfen uns auf die Stimme in unserem Herzen zu hören. Pferde sind inspirierende Lehrmeister und energetische Heiler und wenn wir uns diesen wunderbaren Wesen öffnen, dürfen wir viel von ihrer besondere Kraft und Weisheit lernen.

Pferde sind ätherische Wesen, die mit wilder Mähne über die Steppe preschen. Die seelenvollen Geschöpfe erscheinen als Fabelwesen mit Flügeln oder als zauberhafte Einhörner. Schon lange Zeit vor ihrer Domestikation tauchten Pferde in prähistorischen Darstellungen auf. Die Germanen hielten „Heilige Schimmel“ in einem Hain. In ihrer Vorstellung waren die Pferde „Mitwisser der Götter“, deren Weisungen sie eher befolgten als die der Könige. In der kosmischen Symbolik steht das Pferd für polare Aspekte wie Mond und Sonne, Erde und Himmel.

„Was vor uns liegt und was hinter uns liegt ist nichts im Vergleich zu dem, was in uns liegt. Und wenn wir das was in uns liegt nach aussen in die Welt tragen, geschehen Wunder“

Was ich durch Raidho erkennen durfte

Die erste tiefgreifende Erkenntnis zeigte sich, als ich mit Alexandra und den Pferden auf dem Platz stand und meine Übung machen sollte. Ich war ja „nur“ Freizeitreiter und es wurde mir sehr schnell Bewusst, dass ich mit dieser Erfahrung hier nicht sehr weit kommen werde. Auch die Gewissheit, dass ich eine der einzigen Kursteilnehmerin war, die kein eigenes Pferd hatte, lies meinen Mut noch tiefer sinken. Und umso kraftvoller wurde dann auch mein Verstand, der mit seinem ständigen Kommentar dazu beitrug, dass ich sehr schnell an meine persönlichen Grenzen kam. Durch das „nicht“ Gelingen der Übung stiegen Gefühle von Wut, Hilflosigkeit und Trauer in mir hoch. Wie mächtig diese angestauten Emotionen in mir wirklich waren, durfte ich in diesem Moment schmerzlich erfahren. Als bewusster Beobachter meiner Teilpersönlichkeiten nahm ich sehr intensiv wahr, was die Rollen des „schuldig fühlenden Opfers“ und „alles alleine tragenden Helfers“ in den letzten Jahren aus mir gemacht haben. Ich war nur noch eine leere Hülle meiner Selbst und in mir fühlte es sich an wie ein schwarzes Loch, dass alles verschlang. Das Erkennen und Lösen meiner Teilpersönlichkeiten (Schmerzkörper) war dann eine sehr emotionale und befreiende Erfahrung für mich. Ich fühlte danach eine grosse Dankbarkeit und ein tiefes Vertrauen in Gott, das Leben und mein Sein.
Ich durfte in der Arbeit mit Raidho sehr eindrücklich erfahren, dass ein noch so grosses Schicksal die Chance für tiefe Bewusstwerdung sein kann. Denn in unserem tiefsten Schmerz liegt unser grösster Schatz verborgen, der von uns ans Licht gehoben werden will. Wir brauchen nur Mut, die Kraft und Entschlossenheit ein Alchimist zu werden und Blei „negative Emotionen“ in pures Gold „reines Bewusstsein“ umzuwandeln. Wir besitzen ein mächtiges Werkzeug, wenn wir nach Innen lauschen. Vor allem in schmerzlichen Situationen „müssen“ wir unseren Fokus nach Innen richten und lernen, uns selber ernst und wichtig zu nehmen. Selbstvertrauen ist das grosse Vertrauen in unsere eigene göttliche Lebenskraft und diese göttliche Kraft, finden wir nur in uns selber. Sie ist in jedem von uns als Samen gepflanzt, wir müssen ihn nur wieder zum Blühen bringen. Und es kann so einfach sein. Anstatt gegen den Strom zu schwimmen, können wir einfach akzeptieren und uns vom Fluss des Lebens treiben lassen. Dazu müssen wir diesem Fluss aber vertrauen und davon ausgehen, dass er uns genau dorthin treibt, wo es uns gut gehen wird.
Ich habe für mich erkannt, dass Vertrauen und Dankbarkeit eine grosse Macht und Kraft in sich tragen und wichtige Begleiter für uns sind. Unser Lebensweg ist immer wieder von Veränderungen geprägt und das Vertrauen ist die Kraft, die uns Mut und Stärke geben, uns diesen Veränderungen zu öffnen und vertrauensvoll zu begegnen. Aus tiefen Vertrauen schöpfen wir alles, was wir für uns und unser Leben brauchen. Es gibt uns das Gefühl, in der Welt willkommen und geborgen zu sein. Vertrauen ist die Grundlagen dafür, dass wir Menschen in uns selbst, in die eigene Fähigkeiten, die Entwicklung von Selbstwertgefühl und Liebesfähigkeit *„Ich bin es Wert geliebt zu werden“* eintauchen können. Das Vertrauen in unser göttliches Sein befähigt uns, loszulassen vom Glauben, alles zu wissen. Erwartungen loszulassen, wie etwas zu sein hat. Loslassen davon, alles sofort und gleich verstehen zu wollen. Denn wir verstehen die Dinge meist erst im Nachhinein und sehen erst dann, für was sie gut waren.
Daher liegt mein Fokus auf den unteren drei Chakren, mit denen wir unser ganz normales weltliches Leben erst einmal erkennen, erfahren und in Harmonie bringen müssen. Sie sprechen unsere Überlebensthemen an und wir haben uns alle dazu entschieden als „Mensch“ auf der Erde weltliche Erfahrungen zu machen, unsere Lebensaufgabe zu erkennen und sie zum höchsten Wohle Aller zu erfüllen.

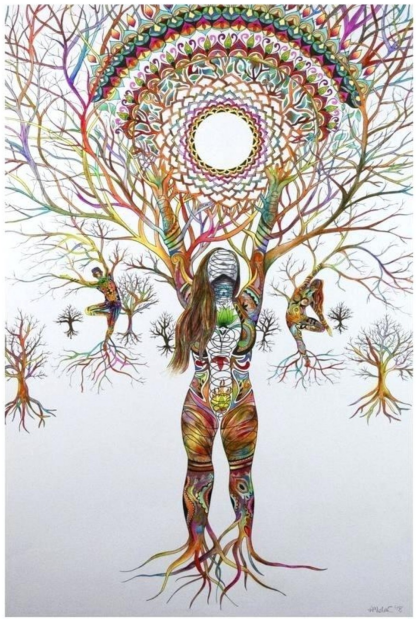
„Der Himmel auf Erden ist kein Ort. Es ist eine Entscheidung die wir treffen“

Zwischen Himmel und Erde

Jedes Chakra steht für eine bestimmte Emotion in uns, welche durch die Erfahrungen in unserem bisherigen Leben blockiert wurden. Das Chakra hat sich durch negative Einflüsse verschlossen und wir können nun lernen diese Blockaden zu lösen um es wieder in Fluss zu bringen. Es ist wichtig, dass wir in der Arbeit mit den Chakren die Reihenfolge von unten nach oben einhalten. Denn ohne kräftiges und stabiles Wurzelwerk kann ein Baum keine Blüte tragen, keine Früchte gedeihen lassen und wird bei jedem Sturm Gefahr laufen umzufallen. Und so ist es unabdingbar beim ersten Chakra anzufangen, damit wir auf einem stabilen Fundament stehen und darauf aufbauen können. Die Reise durch unsere Chakren ist ein Erwecken der sieben inneren Energien. Diese Verbindungen sind Ausdruck der geistigen Gesetze – wie im Innen so im Aussen.

Die unteren 3 Chakren sind unsere Verbindungen zu Mutter Erde, das 5. 6. und 7. Chakra ist unsere Verbindung zum himmlischen Vater und das 4. Chakra schafft die Verbindung zwischen ihnen - es verbindet uns mit Himmel und Erde.

1. Wurzelchakra	„ich bin“
2. Sakralchakra	„ich fühle“
3. Solarplexuschakra	„ich tue“
4. Herzchakra	„ich liebe“
5. Halschakra	„ich kommuniziere“
6. Stirnchakra	„ich sehe“
7. Kronenchakra	„ich verstehe“



In der Arbeit mit den Pferden ist es uns möglich, die Verbindungen zwischen Himmel und Erde wieder herzustellen. Dabei begleite ich den Klienten unterstützend in seinem Prozess der Selbsterfahrung durch die Lehre von Raidho und öffne in Ihm stufenweise die Energiezentren mittels Farbmeditationen, Atem- Körper und Achtsamkeitsübungen.

Der Klient erlebt seine ganz individuelle innere Reise, die durch verschiedene Heilarbeiten, Rituale, Chakramassage und Klangschalen ergänzt werden kann.

„Wer den Weg zur Natur findet, findet auch den Weg zu sich selbst“

Waldbaden und Raum Natur

So wie wir ein Samen im Mutterleib waren und alle Weisheit und alle Informationen in uns tragen, damit wir zu einem wundervollen Menschen heranwachsen, so können wir uns mit der Natur verbinden und ihre Energie, Weisheit und Kraft für uns nutzen.

Die Kraft des Ur-Vertrauen ist in jedem von uns tief verwurzelt, wir bringen sie in unser Leben mit. Doch schwierige Situationen auf unserem Lebensweg, Kränkungen oder Ereignisse die uns zutiefst aufwühlen und erstarren, lassen unser Ur-Vertrauen schwinden. Zweifel und Selbstzweifel machen sich breit und wir verlieren nicht nur das Vertrauen in uns selbst, sondern auch in das Leben.

Das Modul „Waldbaden“ und „Raum Natur“ ist eine gute Möglichkeit, uns mit der Natur zu verbinden und einen Ruhepole ausserhalb des Alltags zu finden. Häufig haben wir das Gefühl, dass das Leben an uns vorbeirauscht. Unser Gehirn ist zum Grösstenteils in Gedanken oder mit einer künstlichen Welt beschäftigt, in der es uns schwer fällt, unserem Instinkt und unserer Intuition zu vertrauen.

Vor allem in dieser „Neuen“ nicht ganz einfachen Zeit, die für viele Menschen Angst, Unsicherheit und eine grosse Herausforderungen bringt, ist es wichtig, dass wir unser Wurzelchakra stärken und im Vertrauen, fest wie ein Baum mit der Erde verbunden sind.

Mit den Pferden können in Wäldern und zwischen Wiesen neue Wege entdeckt werden. Dabei laden uns die Pferd ein, den Alltag zu entschleunigen und vertrauensvoll in den Raum des Augenblicks einzutreten.

Das „Waldbaden“ oder „Coaching Raum Natur“ kann individuell mit oder ohne Pferd erlebt werden und ist ergänzend zu jedem Chakra eine heilsame Erfahrung.

Wir sind ein Teil der Natur, aber wir haben uns nur weiter denn je von ihr entfernt – wir haben uns von ihr entfremdet. In der Natur finden wir Antworten auf alle Fragen die wir in uns tragen, wir müssen uns nur der Begegnung „Natur“ wieder lernen zu öffnen.

„Es sind unsere Gedanken, Emotionen, Muster und Glaubenssätze die uns einsperren und uns unsere Freiheit rauben“

Seelentanz

Im Modul „Seelentanz“ können wir in Begleitung der Pferde unsere inneren Konflikte im „Sakralchakra“ erkennen und lösen. Wir kommen in der Arbeit mit den Pferden in einen tiefen Bewusstwerdungsprozess, so dass wir unsere inneren und verschütteten Inhalte „Teilpersönlichkeiten & Schmerzkörper“ bewusst und klar erkennen können. Denn wenn wir diese innere Dynamik nicht erkennen, sind wir unseren Emotionen hilflos ausgeliefert und werden vom Leben fremdbestimmt. Durch das Erkennen und Betrachten dürfen wir entscheiden, ob wir diesen schweren Ballast weiter in uns tragen möchten oder unsere inneren Muster, Blockaden und Emotionen auf kraftvolle und sanfte Weise“ aufdecken und mit Hilfe der heilsamen Energien der Pferde entlassen wollen.

Als Raidho Trainer gebe ich dem Menschen den Raum indem er spüren, beobachten, annehmen und erlösen darf. Er bestimmt das Tempo seiner ganz persönlichen Reise zu sich selbst und zu seiner inneren Kraft, Fülle und Freiheit.

Als Raidho Trainer helfe ich dem Menschen dabei, durch die heilsame Energie der Pferde sein wahres SEIN zu erkennen und auf wundersame Weise im Hier und Jetzt anzukommen. Es ist eine ganz persönliche Reise der Bewusstwerdung und ein tiefer Heilungsprozess auf ganzheitlicher Ebene von „Körper, Geist und Seele“.

Die wundersame Synergie zwischen Raidho und der Sprache der Pferde

Telepathie ist der Ausgangspunkt für jede Sprache. Jedem gesprochenen Wort liegt ein Gedanke, eine Idee, ein Gefühl oder ein Bild zugrunde. Alle Geschöpfe kommunizieren auf telepathischem Weg miteinander. Das ist nichts Abnormales, wir alle tun es. Meistens wird uns aber schon in der Kindheit beigebracht, diese wundervolle Gabe zu ignorieren oder als «blosse Einbildung» abzutun. Wir können die mentale Kommunikation mit anderen Wesen aber in uns wiederentdecken und entwickeln, wenn wir offen dafür sind.

Es gibt verschiedene Arten der energetischen Kommunikation. Wir können über unsere Aura Informationen mit anderen Menschen, Tieren oder auch Pflanzen austauschen. Die Verbindung über unser Stirnchakra und dem Stirnchakra des Pferdes, um so Gedanken und Botschaften zu erhalten. Oder eine sehr schöne und tiefgreifende Verbindung ist über unsere Herzebene, von Herz zu Herz.

Aber nicht alle Pferde sind gleichermassen bereit, sich auf ein Gespräch mit uns einzulassen. Manche sind offener, andere verschlossener. Manchmal gibt es auch Überraschungen, denn in der Regel spiegeln uns die Pferde und senden uns Botschaften, die durchaus anders ausfallen können, als wir uns das vorgestellt haben oder gerne hören wollen.

In der Arbeit mit Raidho ist die energetische Kommunikation mit den Pferden eine wundervolle Bereicherung für uns. Denn wir erfahren von den Pferden nicht nur innere Heilung sondern auch ihre Weisheit die sie uns liebevoll mitteilen.

„Wir bekommen alles was wir uns wünschen, wenn wir im tiefen Vertrauen unserem göttlichen Plan folgen“

Aramis

Ein vergessener Wunsch, der in der Ausbildung zum Raidho Trainer wieder in mir erweckt wurde, hat sich völlig überraschend am 26. Oktober 2019, zwei Monate nach meiner Rückkehr vom Gardasee erfüllt. Ein junger Lusitano Mix Wallach, der in der ersten Sekunde mein Herz tief berührt hat. Ich empfand ein Gefühl von grosser Verbundenheit und einer unendlichen Liebe zu diesem Pferd. Er war mir vom ersten Moment an so vertraut und es fühlte sich an, als kenne ich diese Seele schon sehr lange.

Ich erinnerte mich an eine schamanische Reise die ich vor meiner Ausbildung zum Raidho Trainer erfahren durfte. „Es war das Jahr 1348 und ich lebte mit meiner Mutter und meiner Grossmutter in einem kleinen Dorf. Wir waren arme Bauern aber ich besass ein weisses Pferd und wir heilten Menschen, Tiere und waren eins mit der Natur. Doch bereits im 13. Jahrhundert wurden Frauen, die in enger Verbindung mit der Natur standen, über Kräuterwissen & Heilkünste verfügten und ein besonderes Gespür für die seelischen und körperlichen Leiden anderer Menschen hatten, der Hexerei bezichtigt und mit Folter oder dem Tod bestraft. So lebten meine Mutter und Grossmutter in ständiger Angst entdeckt und bestraft zu werden. Diese Angst trieb sie dann dazu, dass sie mein geliebtes Pferd vor meinen Augen mit einem Dolch umbrachten. Die Schamanin teilte mir dann von der geistigen Welt mit, dass sich diese Seele noch einmal mit mir verabredet hat und ich wissen werde, wann die Zeit dafür gekommen ist.

Aramis zeigte sich dann noch ein weiteres Mal in der schamanischen Trommelreise bei Alexandra als eines meiner Krafttiere. Er stand mit meinem Geistführer auf einem Berg, trug eine Feder in seiner wilden Mähne und schaute stolz und erhaben über das Tal. Ich erinnere mich, dass ich eine grosse Ehrfurcht gegenüber diesem göttlichen Wesen empfand.

Ich durfte in der Ausbildung zum Raidho Trainer vieles in mir erkennen und lösen. Doch Aramis zeigte mir noch einen weiteren, verdrängten Anteil in mir. Durch sein pubertäres und manchmal schreckhaftes Verhalten, brachte er in mir eine lähmende, schon fast panische Angst hervor. Mit der Liebe, dem Vertrauen und der grossen Geduld von Aramis, habe ich diesen Anteil mit jedem Schritt den wir gemeinsam gehen in die Heilung gebracht.

„Das Geheimnis der Zufriedenheit liegt darin, für das Geschenk „Leben“ dankbar zu sein“

Raidho Healing Horses

Mein grosser Dank gehört Alexandra Rieger und Ihren Pferden. Sie standen wertfrei und mit grosser Geduld an meiner Seite. Sie führten mich kraftvoll durch meinen inneren Prozess und gaben mir den Mut, mich meinen Schatten zu stellen. Durch diese innere Befreiung erkannte ich meinen „roten Faden“, den ich jetzt im tiefen Vertrauen und in grossen Dankbarkeit gehen darf.

*

SisterHood

In der Ausbildung zum Raidho Trainer habe ich eine Seelenschwester wieder getroffen. Sie gab mir Mut und Kraft, mich dem Zauber „Pferd“ vertrauensvoll hinzugeben und neue Wege zu beschreiten. Sie bereichert mein Leben mit ihrem wunderbaren Sein und ich freue mich auf viele weitere gemeinsame Abenteuer und die Erfüllung unserer Träume.

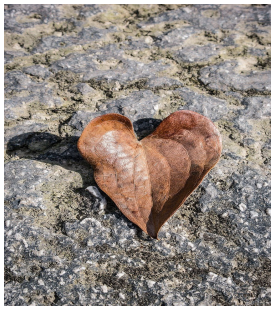
Mein Pferd führte mich zu einer schamanischen Schwester und Seelengefährtin. Durch ihr Sein erinnere ich mich an altes Wissen und an ein Leben im Spirit der Pferde. Hoch oben auf dem Berg, in einer kraftvollen und grenzenlosen Weite, schenkt sie uns ein Stück „Freiheit“.

*

Aramis

Mein Freund, Meister, Lehrer, Heiler, Wegbegleiter und freiheitsliebender Pegasus, ich freue mich auf unser gemeinsames Wirken und auf die vielen Wunder die wir in die Welt tragen dürfen.

*

Meine geliebte Tochter

Der grösste Herzensdank gehört meiner wundervollen Tochter. Sie hat mir gezeigt, wie wertvoll das Leben ist und wir in der Liebe, im Vertrauen und der Dankbarkeit den Zauber finden, der uns Flügel verleiht. Ihr Mut, ihre Willensstärke und ihr wunderschönes Wesen hat mein Leben bereichert und mein Herz beseelt.