AGOSTO 2021

IL MIO CAVALLO

ANNO 32
NUMERO 8 - € 5,90

2 poster in regalo

MONTA INGLESE

TECNICA
La partenza al galoppo

SENZA STAFFE
Trucchi e consigli

TREKKING

I CAVALLI GIOVANI
Costruire competenze

IN SCUDERIA

VACANZE INSIEME?
Ecco cosa portare

TRUCCHI
Legarlo in sicurezza

VETERINARIA

LE SCOTTATURE
Prevenirle e curarle

MONTA AMERICANA

COME USARE LE MANI
Impariamo la giusta impostazione

PREZZI ESTERI - CH Ticino CHF 11,90

IL NOBILE FIGLIO DELL'ANDALUSIA

Scopriamo il Pura Raza Española

MENSILE - N°8 - € 5,90
P.I. 30/07/2021

L'amore che cura i traumi

Testo di Francesca Ronchetti
Foto di Claudio Cavalli

Reiki come approccio meditativo con i cavalli: connessione e amore che aiutano a comprendere

Quasi tutti i cavalieri aiutano i loro compagni equini a superare un qualche tipo di trauma a un certo punto. Potrebbe essere un cavallo che abbiamo salvato da una situazione difficile, o forse che ha vissuto un'esperienza impegnativa come un intervento chirurgico o una lunga riabilitazione da un infortunio. Il trauma nei cavalli può manifestarsi in molti modi, come ipersensibilità, distrazione, ansia e persino aggressività. Il **Reiki** può essere **un modo** potente per **affrontare i traumi** nei cavalli, perché cerca di curare le origini del problema, piuttosto che limitarsi a curarne i sintomi. A tal proposito vorrei raccontarvi la storia di **Lilly, bardigiana di 21 anni**, che per diverso tempo ha svolto spettacoli equestri con Giulia Ferrari, compagna del proprietario Cristian Bussandri. Dopo anni apparentemente sereni Lilly ha iniziato a mostrarsi meno serena e con alcuni episodi di malessere. Come capita a tanti, **stava somatizzando lo stress**. Grazie all'attenta cura dei proprietari la cavalla fu allontanata dagli spettacoli nel 2019 e fu avvicinata ai trattamenti Reiki per aiutarla a raggiungere un buon equilibrio psico-fisico, ma anche e soprattutto emotivo.

La storia di Lilly

Lilly fu adottata da Cristian Busandri 14 anni fa. La cavallina faceva parte di un un branco di bardigiani allevati allo stato semibrado presso il monte Carameto (PR). Non era facile decidere quale era la cavalla 'giusta', ma a un certo punto dal branco fece capolino Lilly, che si avvicinò a Cristian quasi per volergli dire "scegli me". La loro fu subito una meravigliosa storia d'amore in cui a vicenda i due si comprendevano senza equivoci. Lilly iniziò una doma molto dolce dove dopo poco tempo accompagnava Cristian in passeggiate di qualche ora, così come in lunghi trekking. Lilly tuttavia si mostrò sin da subito molto sensibile, molto introversa e con la difficoltà nella gestione dello stress, come capita a tantissimi animali, ma anche a noi umani. Al contempo però mostrava di voler collaborare con i propri umani di riferimento. Per questo motivo fu introdotta, dopo alcuni anni, nel mondo degli spettacoli equestri ed è qui che i suoi proprietari si sono accorti che c'era qualcosa che non andava.

IL SISTEMA DEI CHAKRA

Tutti gli esseri viventi hanno un sistema dei chakra. Si tratta di una rete complessa di vortici che ricevono, assimilano e trasmettono energia. I chakra sono legati ai meridiani, canali energetici e che collegano e attraversano gli organi del corpo e che sono contenuti nell'aura, e cioè il campo energetico che emana da tutti gli esseri viventi. Il corpo fisico è il veicolo e il sistema dei chackra è il motore. Non è difficile vedere che quando la macchina diventa meno efficace o addirittura si rompe, per farla andare è necessario riparare il motore e non la carrozzeria, agendo quindi sul sistema dei chakra e non sul corpo.

Lilly fu trattata inizialmente con sessioni brevi che con il passare del tempo divennero sempre più lunghe. Ciò accade perché **non sempre un cavallo è pronto** quando noi decidiamo di aiutarlo con percorsi che possono essere di vario tipo (olistici, educativi ecc). A volte possiamo essere in sincronia, altre volte può accadere che sia necessario attendere i tempi dell'altro, mettendosi in ascolto, senza giudizio né aspettative, poiché ciò potrebbe influire sulla relazione tra l'operatore Reiki e l'animale. Lilly gradì e gradisce ancora oggi questi momenti di sintonizzazione. Ti si avvicina, mostra il chakra del cuore come a chiedere di essere aiutata maggiormente su questo punto.

Il Reiki con gli animali

Sebbene possiamo pensare al Reiki come a una modalità di guarigione pratica, questo è vero solo con gli umani. I trattamenti di Reiki con gli animali hanno un aspetto molto diverso. Per gli animali si tratta di una pratica che **alimenta le connessioni da cuore a cuore** ed è solo in questa connessione che inizia la vera guarigione. Grazie al suo approccio gentile, in cui gli animali guidano ogni sessione e non è necessariamente richiesto il contatto fisico, il Reiki è l'ideale per **aiutare anche i cavalli più sensibili a guarire** da un trauma. La guarigione non viene dal contatto fisico, né dalla nostra attenzione su ciò che è sbagliato. Viene da un luogo molto più profondo, al di là della nostra consapevolezza cosciente: il luogo delle connessioni del cuore. Quando colleghiamo cuore a cuore possiamo sperimentare un profondo senso di pace e benessere, da cui nascerà naturalmente la serenità. I cavalli sono attratti da questo bellissimo luogo di connessione dove il cavallo può guarire sé stesso. È uno spazio interiore di comfort e felicità, dove il corpo, la mente e le emozioni possono allinearsi in modo ristoratore. È un luogo creato attraverso la **connessione compassionevole** e attraverso la **meditazione**. È vivo con la presenza del qui e ora, e dove il trauma perde il suo potere, una nuvola che osserviamo e che lasciamo passare sopra alle nostre teste, riconoscendola ma lasciandola andare. Il Reiki offre una guida su come possiamo creare questo spazio con e per i nostri cavalli: questa pratica energetica ci ricorda di fermarci e respirare, ascoltare senza giudizio e guardare in profondità nel cuore delle cose. Piuttosto che reagire in modo emotivo, impariamo, infatti, a sfruttare il nostro **potere interiore di presenza consapevole**. Più rimaniamo consapevoli di questi concetti, più possiamo iniziare a sperimentare un modo più profondo ed equilibrato di stare nel mondo. Irradiare questa meravigliosa consapevolezza può trasformare e alleviare la sofferenza dei cavalli che amiamo e con cui abbiamo la possibilità, ma anche la responsabilità di relazionarci. ■