

Uguali, liberi e felici



Aurora sperimenta il con-tatto con un puledro, per entrambi il tatto è uno degli organi di senso che si utilizza per conoscere il nuovo, avvicinarsi ed entrare in connessione con le situazioni che incontriamo nella nostra vita.



La giovane Aurora Schirru racconta come ha raggiunto la capacità di superare sé stessa e le proprie paure grazie alla sua istruttrice Milena Starita

Un cavallo è come un bambino: non nasce cattivo. Non è aggressivo. E' sincero, non ha pretese, non si mette mai in gioco per essere superiore, vuole solo giocare, pretende solo di divertirsi. Ma cosa succede quando si entra in contatto uomo con cavallo? Basandomi sulla mia esperienza, posso introdurre questo argomento affermando che il rapporto con il cavallo è

relativo, essendo che ognuno di essi ha, proprio come noi umani delle preferenze, o comunque potrebbe creare delle relazioni diverse da persona a persona. La natura unica di ogni rapporto non si crea solo a livello relazionale, ma anche nel momento in cui si ci rapporta con un animale simile a causa di un differente modo di percepire gli stimoli esterni, quello che scrutiamo con gli occhi. Mi spiego meglio: si ci ritrova

in una circostanza dove ci sei tu e il cavallo, ma il resto che hai attorno non lo noti; gli oggetti esterni fanno solo da sfondo a un primo piano dove si ci concentra a seguire i movimenti del cavallo, a esaminare le sue emozioni, a tradurre i suoi gesti per intendere cosa vuole comunicarci, se è felice, se è stanco, se prova dolore da qualche parte. Non si fa più caso al resto. È proprio come quando ci si concentra talmente

tanto in qualcosa che non si pensa ad altro; ci si libera dai pensieri che creano pressione e stress quotidianamente. Vediamo solo noi e quella cosa. Quando ad esempio, si esegue da terra l'esercizio di creare un percorso dove tracciamo una circonferenza chiusa col cavallo, tenendolo con la lunghina, questa è come il filo conduttore che va a unire il lavoro dell'equino e della persona mettendoli in relazione e obbligandoli a



IL DIALOGO
Il dialogo con un cavallo richiede il rispetto delle reciproche differenze di orientamento nel mondo, inoltre, richiede un confronto costante con una comunicazione diversa; implica un impegno nel mantenerla viva; ha bisogno di molti punti di incontro e di raggiungere una forte consapevolezza di chi siamo e delle nostre qualità, capacità e potenzialità che Aurora ha compreso pienamente mettendole in campo attraverso il gioco. La relazione si può definire come un luogo di incontro, di scambio e di crescita comune.

Mi sono resa conto che la fretta era solo un nemico e ho imparato a lavorare in modo graduale ma costante

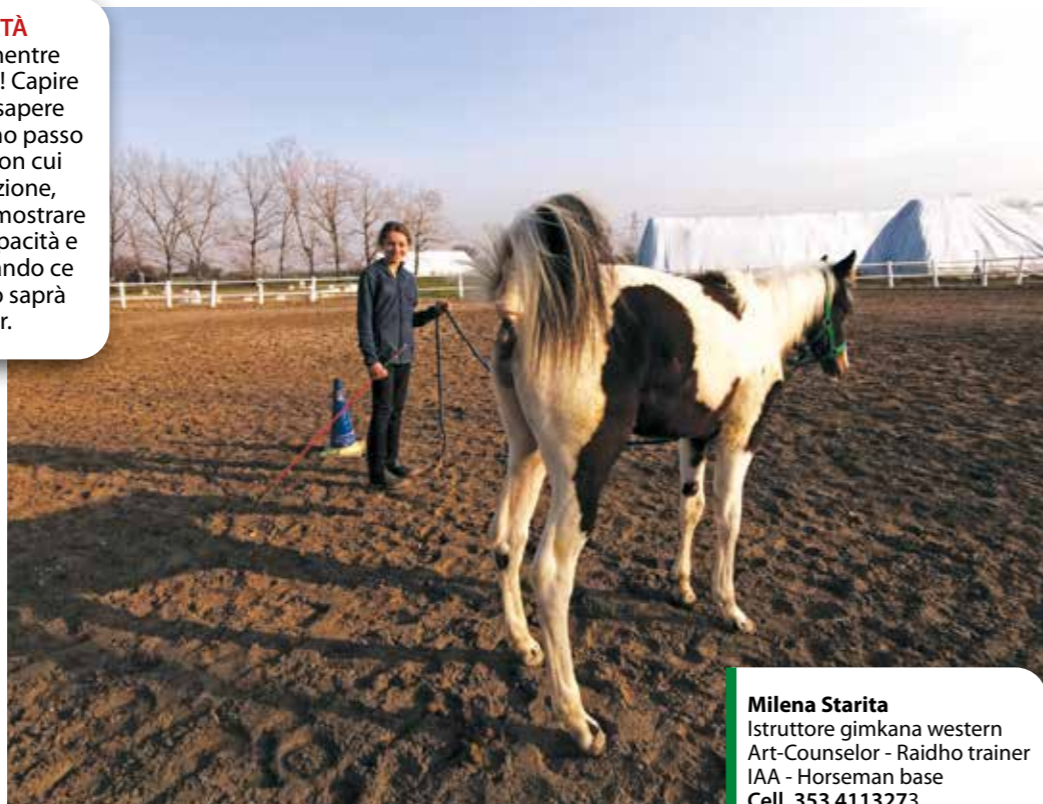
lavorare insieme in squadra. Una cosa da dire è che lavorare insieme, in questo caso in coppia, risulta sempre impegnativo: bisogna sempre trovare il modo di comunicare con l'altro e a confrontarsi durante i momenti di difficoltà. Penso che la cosa più bella del lavoro che sto pian piano sviluppando grazie all'immenso aiuto di Milena, la mia istruttrice, sia proprio questo: arrivare ai traguardi, arrivare a tagliare il nastro e a vincere ad ogni sfida che si riscontra ma non da soli, bensì con accanto il cavallo. Imparare a superare le fatiche in due, a sbagliare entrambi e imparare dai

propri errori, vedere le cose l'uomo con gli occhi dell'animale e viceversa. Questa connessione, questa intensa coesione che si instaura con la creatura quadrupede, è il 'carburante' che fa viaggiare nei propri binari l'uomo e il cavallo. Ma attenzione: non sarà la lunghina, né tantomeno alcun altro arnese ad essere il collegamento diretto del legame, essi sono solo complementi, i soggetti siamo noi e il cavallo. Un'attività non solo fisica, ma anche mentale: porta a un arduo lavoro di pazienza e di capacità di ascolto. Posso confermare che ho avuto anzi, abbiamo avuto, io e il cavallo con cui



RELAZIONE NELLA LIBERTÀ

Imporre non crea relazione, mentre lasciare libertà di espressione sì! Capire i bisogni del nostro partner e sapere come soddisfarli è invece il primo passo nella direzione del soggetto con cui vogliamo instaurare una relazione, Aurora sa come sia importante mostrare nella relazione competenza, capacità e affetto, fornendo sostegno quando ce n'è bisogno. Solo così il cavallo saprà accreditarci come partner.



faccio lezione, col tempo, dei netti miglioramenti. Ci siamo guadagnati la reciproca fiducia e abbiamo preso confidenza a livello pratico. Abbiamo compreso il modo, abbiamo imparato a conoscere le paure l'una dell'altro. Mi sono resa conto che la fretta era solo un nemico e ho imparato a lavorare in modo graduale ma costante.

Milena Starita
Istruttore gimkana western
Art-Counselor - Raidho trainer
IAA - Horseman base
Cell. 353 4113273
www.petcounseling.it
info@petcounseling.it
La possiamo trovare al BEC
Bologna Equestrian Center
Via Olatello 49
Ozzano Emilia (BO)



ESPERIENZA EMOZIONALE PER LO SVILUPPO DEL TALENTO

Mi chiamo Milena Starita, sono una Art-Counselor regolarmente iscritta all'albo, con una grande passione per i cavalli fin dalla mia prima infanzia.

Quello che ho realizzato, grazie al progetto Pet Counseling, è un percorso di crescita personale, una riscoperta dei propri talenti, in grado di stupire ed emozionare profondamente.

Lavorare con i cavalli è una attività singolare, specifica e mirata. Una esperienza che produce cambiamenti rapidi e risolutivi, fornendoti gli strumenti per scavare fino alla radice di tutti quei meccanismi negativi che spesso ti limitano, nella vita personale come in quella professionale, smantellando quelle credenze negative e i dogmi imposti dalla società.

Tutto ciò avviene grazie alla relazione con il cavallo, da me condotta e indotta. Scoprirai quanto le emozioni governano la tua vita e, sempre grazie ai cavalli, imparerai a gestirle al meglio per stare in equilibrio con te stesso e con gli altri.

Interagirai con i cavalli, utilizzando un metodo scientifico, in totale sicurezza, che ti consentirà di metterti alla prova e di capire come reagisci agli stimoli provenienti dal mondo che ti circonda, soprattutto in quelle situazioni più difficili e complicate, per poterle riconoscere, comprendere, e quindi affrontare per raggiungere un pieno benessere psico-fisico.

PERCHÉ I CAVALLI? I cavalli leggono il linguaggio del nostro corpo, ma non solo, sentono l'energia che emettiamo e reagiscono a seconda che questa sia per loro chiara o confusa. Una energia che si amplifica quando siamo pienamente consapevoli di noi stessi. La ricerca dell'eccellenza è uno stile di vita.

PRENOTA SUBITO IL TUO PERCORSO ESPERIENZIALE PERSONALIZZATO

I corsi si svolgono solo su prenotazione, singolarmente o al massimo in coppia, nel rispetto della vostra sicurezza e di tutte le disposizioni anti Covid. Si consiglia abbigliamento comodo e informale, stivali di gomma e guanti.

PROGRAMMA DEL CORSO BASE

- Durata due ore
- Prima sessione in vbranco con i puledri per scoprire la propria energia.
- Pausa, riflessioni e cambio campo.
- Seconda sessione esercizi one to one con un cavallo per misurare l'autostima.
- Conclusioni, analisi emozionale e delle consapevolezze raggiunte.

CORSO PERSONALIZZABILE

Giorno, orario e durata da concordare telefonando al numero 393 5759732 oppure scrivendo a info@petcounseling.it
www.petcounseling.it

Abbiamo costruito insieme il nostro percorso, ed io soprattutto non riscontro più le fobie che avevo alla prima lezione. Inizialmente ero diffidente, non ero abile a maneggiare, ad esempio, gli zoccoli dell'animale, pensavo sempre potesse farmi del male, ma col tempo ho iniziato pian piano, pezzo per pezzo, sempre prestando attenzione al linguaggio dell'animale e a quello che voleva comunicarmi, a costruire il mio palazzo di conoscenze e apprendimento. La cosa più magnifica di tutto ciò? Vedere i risultati e miglioramenti. La soddisfazione di guardare nel presente e confrontarlo al passato, e notare i cambiamenti positivi e tutti i passi fatti avanti, è il mio personale movente che mi spinge ad andare sempre oltre e a non rimanere ferma ma anzi a continuare sempre più a giocare insieme ai cavalli.

Aurora Schirru

IL PENSIERO DI MILENA

Aggiungere qualcosa o commentare questo scritto sarebbe superfluo perché è talmente pieno e ricco che parla da sé. Imparare ad armonizzare e verbalizzare punti di forza e di debolezza è un traguardo ambito da tanti e nei suoi 13 anni Aurora ha espresso nella sua autenticità quel qualcosa che per alcuni richiede il cammino di Santiago o un anno in Tibet. Per quanto riguarda me dico che la bellezza di poterla aiutare a sviluppare le proprie capacità e i propri talenti stimolando insieme ai cavalli il tirare fuori le proprie risorse scoprendole infinite è la gratificazione più alta che nessuna cifra può raggiungere.

Milena Starita