

Cavallo: essere senziente, con imprescindibili bisogni e potenti capacità relazionali.

La relazione uomo-cavallo come percorso di benessere condiviso.

La relazione tra uomo e cavallo va al di là del mero addestramento e dell'utilità pratica dell'animale. È un'interazione empatica che permette ad entrambi di esprimersi e crescere insieme. Un uomo libero da preconcezioni e un cavallo libero di esprimersi possono entrare in relazione in modo unico e imprevedibile, la chiave di questa interazione è la **spontaneità**. Quando la spontaneità supera la necessità di "fare qualcosa insieme", possiamo avere le interazioni migliori e l'alchimia col cavallo ci aiuta a raggiungere luoghi inaspettati. Come in una danza, la spontaneità è la chiave per creare un legame profondo e significativo.

Parlando di relazione uomo-cavallo, la prima immagine che mi viene in mente è una scena del film *Avatar*: nel momento in cui gli indigeni di Pandora riescono a **stabilire una connessione** coi grandi animali selvatici dalle movenze pericolose, tutto cambia, gli animali indomiti diventano rapidamente fedeli e validi destrieri che guidano e aiutano chi ha stabilito una connessione con loro a raggiungere luoghi inesplorati.

Ho conosciuto ragazzi che hanno superato i loro limiti grazie alla relazione col cavallo, donne che hanno trovato sollievo durante un periodo difficile grazie al contatto col cavallo, bambini che hanno trovato la forza di aprirsi di fronte a questo maestoso essere, definito animale per la sua coda e le sue orecchie, ma assolutamente speciale, proprio perché di un'altra specie. Conosco cavalli in grado di calibrare il loro comportamento in base alla persona che hanno di fronte, possono spingere col muso a chi ha bisogno di essere scosso, ed essere incredibilmente delicati con chi è fisicamente fragile. Possono allontanarsi se non ci sentono presenti nel qui ed ora, o avvolgerci con la loro presenza quando lo siamo.

Quello che può dare un cavallo è un valido **aiuto nel momento in cui ne abbiamo bisogno**, un compagno di viaggio che ci porta in luoghi di noi che prima non conoscevamo. I cavalli spesso ci fanno da specchio, mettendo in luce le nostre difficoltà e i punti su cui dovremmo lavorare. La chiave è lasciare loro la possibilità di farlo, essere recettivi, saper ascoltare, aspettare ed entrare in relazione.

Se vogliamo parlare di una **relazione in cui ogni componente trae beneficio dallo scambio**, credo occorra porci su un piano neutro, ripulito da gerarchie di potere e pregiudizi, in cui ciascuno esprime i propri bisogni in modo autentico e rispettoso. A volte anche tra persone è difficile porci in questo modo, nel mondo del cavallo si tratta sicuramente di un concetto innovativo, che merita urgentemente il suo spazio.

Soddisfare i bisogni di base dei cavalli è il primo step, indispensabile, per rispettare la loro natura e aiutarli a raggiungere un benessere psicofisico, che permetta loro di vivere in equilibrio ed avere capacità reattive adeguate rispetto all'ambiente. Oggi abbiamo tutta **l'esperienza e la conoscenza** necessaria per poterci porre le domande giuste, per comprendere che tipo di relazione abbiamo con questi meravigliosi esseri, per leggere i segnali della loro comunicazione non verbale e per poter soddisfare i loro bisogni nel modo più consoni ad ogni singolo individuo. Possono soddisfare le necessità fisiologiche della loro specie? Possono socializzare tra loro? Sono liberi di muoversi, almeno per qualche ora al giorno, in un ambiente stimolante? Si alimentano in modo equilibrato, senza privazioni o eccessi di cibo? Il loro corpo è in grado di svolgere l'attività che gli proponiamo senza tensioni? Hanno la possibilità di avere nuovi stimoli durante il lavoro che gli proponiamo?

I cavalli lasciati **liberi di vivere il loro essere cavalli**, di muoversi e di interagire tra loro e con le persone sono capaci di grandi imprese. Alcuni sono in grado di avvicinare spontaneamente persone con particolari problemi per entrare in relazione nei modi più dolci e appropriati, donando sollievo e sorrisi. Altri passano con naturalezza dalla vita di branco all'attività sportiva, esprimendo particolare unione coi loro umani di riferimento e particolare coinvolgimento nell'obiettivo comune. Un cavallo che esce dal suo branco per avvicinarsi a te, è un'esperienza da vivere, rimanendo in ascolto. Un cavallo libero di esprimersi può sentire la risonanza con te e voler entrare in contatto con te, con una profondità che tocca il cuore, in un silenzio ricco di emozioni e di cura. Sono sempre di più le realtà, sia in Italia che all'estero, che offrono la possibilità

a persone e a cavalli di incontrarsi e di sviluppare relazioni di aiuto reciproco. La mia particolare gratitudine va a *Dream of Horses Farm*, un'oasi di pace nell'isola di Gozo (Malta), che mi ha permesso di sperimentare questo per la prima volta.

Troppi cavalli ancora oggi subiscono una **relazione a senso unico**, in cui l'uomo inconsapevole delle loro necessità formula costantemente delle richieste, difficilmente ascolta i feedback alle richieste fatte, raramente concede una pausa nel lavoro, talvolta reprime con l'idea di avere maggiore controllo. Troppi cavalli ancora vivono in una modalità antropocentrica, in una cella larga come il loro corpo, 24 ore su 24, in cui loro bisogni di movimento e socialità non sono rispettati. Questi cavalli, ormai assuefatti alla "sordità" dagli esseri "umani" che conoscono, con grande difficoltà riescono ad entrare in relazione e a dare il meglio di sé. I loro bisogni primari sono violati, la loro necessità primaria è sopravvivere.

Il mondo è in evoluzione e quello equestre ha davvero bisogno di svecchiarsi dalle abitudini medievali, di lasciare andare le vecchie credenze popolari per **lasciarsi trasportare dalla conoscenza e dalla consapevolezza** di ciò che il cavallo realmente è e di ciò che può dare realmente all'uomo. Non solo un mezzo di trasporto, ma un'occasione di crescita.

Oggi abbiamo tutti gli **strumenti e numerose professionalità** che possono aiutarci nel percorso di transizione dalla cultura popolare alla conoscenza dei cavalli. Bisogna solo fare solo il primo passo in questa direzione. Possiamo dar loro un riparo, ma non stupirci se il più delle volte preferiscono rimanere sotto la pioggia, possiamo tirarli a lucido e intrecciarli, ma non stupirci se preferiscono arrotolarsi nel fango.

La relazione è quel valore aggiunto, che spinge ad andare oltre ai propri limiti, pur di rimanere insieme, lungo tutto il viaggio. Coi cavalli, come con le persone, lasciare sullo sfondo la meta, ci permette di godere del viaggio, di respirare insieme e entrare in sintonia. I cavalli sono maestri nell'insegnarci a **stare nel momento presente, a noi il compito di lasciare loro la possibilità di farlo**. Potremmo iniziare osservandoli con occhi nuovi, facendo silenzio, lasciando delle pause, momenti senza richieste, per lasciare loro **una possibilità di scelta e la possibilità di sceglierci**. Potremmo trovare modalità nuove per stare insieme, nuove occasioni di condivisione e di crescita.

Il mio auspicio è che la **ricerca dell'equilibrio psico-fisico dei cavalli** possa pervadere tutto il mondo equestre, diventare il motore per una conoscenza interspecie migliore e per una relazione autentica, affinché qualunque tipo di risultato, relazionale, sportivo o di qualunque natura, possa diventare la naturale conseguenza di un raggiunto benessere condiviso tra uomo e cavallo, e un punto di equilibrio tra le nostre necessità e quelle equine.

Federica Tozzola

Esperta in Osteopatia Animale

Esperta in gestione naturale del cavallo e pareggio naturale

Coadiutore del cavallo e Responsabile di Attività Assistite con gli Animali (AAA)

Pranic Healer Professionista

Laureata in Scienze della Comunicazione