

METHODE R.A.I.V

COMMENT LES CHEVAUX NOUS AIDENT À NOUS CONNECTER À NOTRE VRAI MOI

Préambule :

Aussi loin que je me souviens les chevaux m'ont toujours fascinée. J'habitais dans la campagne suisse, juste en face d'une ferme dont le propriétaire avait une jument de trait, Miquette; Je passais mes jours de congé à la brosser, la sortir et à faire de grande ballade dans la campagne vaudoise. Je m'imaginais être une princesse sur son fière destrier allant dans les bois à la rencontre de son prince.

La musique faisait aussi partie de ma vie, mon père jouait de la contrebasse dans un groupe de New Orleans, les Papas New Orleans Jazz Band. J'adorais les écouter, même sans jouer ni chanter.

Puis la vie a fait que mes parents ont déménagé, je n'ai plus pu faire des ballades avec Miquette.

Ce n'est que quelques dizaines d'années plus tard lorsque ma fille m'a demandé si elle pouvait faire du poney....que j'ai replongé dans cet univers où toutes les odeurs qui m'étaient familières, me sont revenues avec brutalité. « comment ai je pu les oublier ??? »

Depuis tout s'est enchaîné très vite et tout naturellement comme si ce monde ne m'avait jamais quitté:

Achat de ma première jument Holà, puis de la deuxième Ginger.

Suite à mon divorce, les choses s'accélérent, formation de coaching and Team building en France en 2005 puis départ aux USA après la lecture du Tao des Cheval de Linda Kohanov, pour la formation de coaching facilité par les chevaux, entre 2006 et 2009.

A mon retour je fais des conférences pour faire connaître la méthode de coaching facilité par les chevaux et j'organise des stages en Suisse en louant des structures pour accueillir des clients.

Mais mon rêve est d'avoir ma ferme avec mes chevaux pour accueillir des stagiaires. Rêve que je réalise en 2016. c'est alors que la musique refait son apparition. J'adhère à un groupe de Gospel et en devient plus tard la présidente. Mais je sens que j'ai des lacunes en chant alors je prends des cours de chant dans une école de musique à Lons Le Saulnier. Ma recherche de me perfectionner se poursuit en suivant la formation d'Elena Hurstel en CVT en commençant la Vocal coach Factory d'Antoine Rudi, puis j'ai appris le scat en jazz avec Lina Stalyte, je suis entre temps devenue chanteuse dans un groupe de Blues, R and B, et de Jazz.

Mais je ne m'arrête pas là, je continue les formations de coaching (coaching vocal voix parlée) jusqu'à ce mon coach me dise « pourquoi tu ne feras pas une méthode de coaching qui allie le chant et les chevaux ? »

Cela peut paraître banal à posteriori, mais cela a complètement changé ma vision du coaching: allier le chant et les chevaux c'est du jamais vu et en même temps c'est périlleux ! Mais cela reflète bien mes valeurs qui sont l'amour des chevaux, du coaching et du chant.

Quand je parle de l'amour des **chevaux** c'est pour tout ce qu'ils m'ont apporté sur ma façon de me connecter à moi-même à mes ressentis, à mes émotions, à comprendre qui je suis, ils m'ont appris la tolérance, à écouter, à détecter les signes les plus minimes de leur état du moment, à vivre l'instant présent (pas toujours évident), à ne pas juger avant de comprendre, à devenir curieuse de tout ce qui est en dehors de ma zone de confort plutôt que de rester dans une zone connue, (aller dans un round pen lors d'un exercice en Arizona avec un cheval qui fait bien une tonne (c'était un cheval de trait) et me trouver avec sa tête contre mon torse !! c'est inoubliable.

Aider les personnes à la compréhension de leur fonctionnement m'apporte aussi beaucoup de satisfaction surtout lorsque je vois le coaché prendre conscience d'une croyance ou d'un comportement jusqu'ici inconscient et de voir son visage s'ouvrir vers une nouvelle vision d'elle même, ce sont des moments de pur bonheur.

Enfin le chant et la découverte de ma voix m'a enfin emmené vers l'acceptation et l'appréciation de qui je suis, de ma personnalité. Je suis enfin fière de cette voix que j'ai dû apprivoiser petit à petit à force

de techniques vocale, d'expérience sur scène et de recherche de différentes approches.

tout ceci a finalement réussi à refléter mon être profond.

Alors faire intervenir les chevaux pour aider les chanteurs et chanteuses à révéler leur authenticité pour impacter et faire vibrer le public, il n'y a qu'un pas,!

Mon rôle est de vous accompagner dans ce voyage vers vous-même avec l'aide de mes partenaires, les chevaux, qui vous aideront à mettre en lumière votre singularité avec beaucoup de respect et de bienveillance.

J'ai toujours eu à coeur d'être alignée avec mes valeurs et mes passions les chevaux, le chant et le coaching.

Aujourd'hui j'ai la chance de pouvoir transmettre aux chanteurs et chanteuses amateurs une méthode innovante qui va les aider à trouver une signature authentique afin de toucher leur public.

Et je remercie mes amis coachs qui m'ont encouragée et soutenue, ainsi qu'à toutes les personnes auprès de qui je me suis formée pour devenir qui je suis aujourd'hui.

VOTRE SINGULARITÉ EST VOTRE FORCE