

**Das Glück dieser Erde... und Sokrates... und Pferdeflüstern...
und warum meine Persönlichkeits-Entwicklung mit Raidho Luftsprünge machte...**

Wer kennt das nicht? Die Sehnsucht nach einem Pferd, schon in der Kindheit. Ist das normal? Ja, oft, jedenfalls vielen anderen Raidho-Trainern ging es genauso: Pferde schenken Ruhe, Verbundenheit, Vertrautheit und Vertrauen, Frieden, sie stärken, tun der Seele gut, man findet seine Mitte. Ein Pferd ist neben dem Hund DAS Tier, das seit alters her als Freund des Menschen gilt und genießt besonderen Vorrechte: „Erst das Pferd, dann der Reiter“, wenn es um die Versorgung und Fürsorge geht. „Das Glück dieser Erde – liegt auf dem Rücken der Pferde!“

Und das Glück der Pferde? Das sei „der Reiter auf der Erde...“ - sagen (böse?) Zungen – und haben auf nicht bedachte Weise sogar Recht: Wie anders als „auf gleicher Augenhöhe“ mit dem Freund des Menschen kann man neben ihm stehend es streicheln und striegeln, das Fell nach getaner Arbeit trockenreiben, die Hufe auskratzen, dem Freund in die Augen schauen und vertraut mit ihm sprechen? Und das Glück spüren, wenn man des Pferdes Kopf auf der Schulter spürt und die samtene Nüstern fühlen, wenn es nach Leckerli heischt oder einfach nur schnuppert und anstupst. Warum sind therapeutisches Reiten und Coaching mit Pferden soo beliebt und soo erfolgreich? Warum erreichte das „Pferdeflüstern“ so rasch eine solche Bekanntheit?

Unbedingtes beidseitiges Vertrauen und Vertrautheit – wie oft findet man das unter Menschen? Die sich doch auch danach sehnen. Bei Tieren kannst und darfst du so sein, wie du bist, ohne Verstellung, ohne Show, ohne Krampf. Gemeint und aufgehoben fühlst Du Dich, und getragen. Wie viele Kinder fühlen sich bei ihren Eltern, wie viele Erwachsene bei ihren Partnern bedingungslos gemeint? Kein Pferd belächelt oder schneidet Dich, wenn Dein Outfit nicht „cool“ ist oder Deine Frisur nicht „stimmt“. Ein Pferd akzeptiert Dich von vornherein: So, wie Du wirklich bist! Ohne Wenn und Aber! Du musst Dich nicht verstellen, dein wahres Ich nicht tarnen, verstecken. Ganz im Gegenteil: Pferde lieben und bevorzugen Authentizität. - Und Menschen? Wie steht es da mit Achtsamkeit, Wertschätzung, Toleranz, Vertrauen, sich fallen lassen können, getragen werden im doppelten Sinne? Das Pferd gibt Dir stets ein Gefühl der Geborgenheit, das die Menschen sich soo nur sehr selten schenken. Nichts zu kritisieren (auszusetzen), volle Zuwendung, 100% Akzeptanz.

Das Pferd als Symbol - und Sokrates

Ein Pferd weckt die guten Eigenschaften, es erzieht förmlich. Gerade hinsichtlich Tugenden, bei denen Eltern, vor allem, wenn Kinder pubertieren, sich „den Mund fusselig reden“ oder durch Androhung von Sanktionen und anderen „erzieherischen Maßnahmen“ den Gehorsam erzwingen. Ein Pferd erzwingt nicht, es mahnt, sich ihm verständlich zu machen, will einfach nur verstanden und gut behandelt werden. Und bei Menschen? Der ewige Kampf der Jungen gegen die Alten, der Alten gegen die Jungen. Das war schon bei den alten Griechen so: Wenn Sokrates auf offenem Markt „das Establishment“ aufs Korn nahm, um das vorgebliche Wissen zu hinterfragen: „Beeindrucke uns mit deinem Wissen, worin besteht deine Kunst, Advokat?“ (oder Händler oder wer immer).

Da Sokrates von seinen erzieherischen, mahnenden Aktivitäten nicht abzubringen war, klagte man ihn an, die Jugend zu verderben. Und selbst vor Gericht, angesichts der drohenden Todesstrafe, ließ Sokrates sich nicht bekehren, blieb sich treu und tadelte die Richter in seiner Verteidigungsrede in der Weise, die er meisterhaft beherrschte - worauf man Sokrates zum Tode verurteilte. Das nahm dieser in seiner berühmten Geradlinigkeit auf sich, Klarheit und Wahrheit, dem Menschen und Menschlichen unbeirrt dienend. Noch nach 2.000 Jahren ist er uns Vorbild, wer kennt seinen Namen

nicht? Er gilt als einer der ganz Großen, der Menschen „auf die Sprünge“ half, ihren Weg klar und bestimmt zu gehen. Warum ich mich auf ihn beziehe? **So ein bisschen „Sokrates“ steckt in jedem Pferd.**

Das Pferd handelt nach klaren Regeln, die jeder Reiter beachten und ebenso klar handeln sollte. Diese Regeln habe ich hier in meiner Ausbildung bzw. Weiterbildung bestens weiter vertieft, beachten und anwenden gelernt.

„Auf die Sprünge“ half mir sehr persönlich und zugewandt-fürsorglich Alexandra Rieger mit ihrer empfehlenswerten Kompakt-Raidho-Ausbildung zur pferdegestützten Therapie am schönen Gardasee. Seitdem hat sich viel zum Guten verändert bei mir, klar und bestimmt gehe ich meinen Weg. Tolle Erinnerungen und Dankbarkeit verbinde ich mit Alexandra, der Ausbildung und meiner Erweckungszeit dort. - Was ist so besonders dort, in dieser Idylle?

Die Kunst, ein Pferd durch „Gedanken-Übertragung“ zu lenken

Meine Entwicklung erklärt das: Wie viele Kinder wünschte ich etwas für die Tierwelt tun zu können. So oft, als irgend möglich, suchte ich den Kontakt zu Tieren. Als Kind ging ich mit einer Freundin oft zu zwei Isländern in der weiteren Nachbarschaft, die verwildert und verwahrlost ihr Leben fristeten. Ich fühlte eine starke Verbundenheit, eine innige Solidarität, weil sie wie ich ihrem Schicksal ausgeliefert waren. Mit ca. 11 Jahren durfte ich nach langem Quengeln endlich Reitunterricht nehmen. Das fühlte sich zunächst sehr gut an. Ich machte schnell Fortschritte, hatte vor nichts Angst, und liebte schnelle Ausritte und Sprünge – da war eine sehr mutige Seite in mir geweckt worden.

Ich hatte das riesengroße Glück, schon als 13-Jährige bekam ich eine tägliche Reitbeteiligung angeboten. Auf dem riesigen Apfelschimmel „Whisky“ erlebte ich zum ersten Mal in meinem Leben eine rein mentale Einwirkung auf riesige Pferd. Wie das zustande kam? Ich hatte einen „Sekunden-Einfall“, eine „Blitz-Idee“ – ein inneres Bild. Ein Gefühl, was als nächstes passieren sollte/würde, bevor es eintraf, der Real-Zeit vorausgehend, als ob in mir eine innere Wahrsagerin wäre. „Ich fühlte und sah in meinem Inneren die nächste Bahnfigur voraus. Und genau das passierte dann auch, das Pferd führte das exakt aus. Ich und das Pferd verschmolzen zur Einheit. Die alten Griechen kannten dieses Gefühl sicherlich auch, kombinierten die Vorzüge von Mensch und Pferd zu einem einzigen Wesen. So erkläre ich mir jedenfalls die Abbildungen von Zentauren, den Mischwesen der griechischen Mythologie aus Pferd und Mensch, als nahtlos durchgängige Einheit von Körper-Seele-Geist, bei denen der Rumpf des Pferdes am Halsansatz gleitend übergeht in die obere Hälfte des Menschen.

Wesentlich bei diesem Eins-sein von Mensch und Pferd im Wollen und Tun ist, dass man den „Kopf“ als alleinigen Instrumentator ausschaltet, die Ratio, den Willen, und (WEGLASSEN: nur) mit dem „Bauch“, dem Spüren, dem Wollen „lenkt“, sich dem Pferd „energetisch“ mitteilt. Das ist wohl das Geheimnis der faszinierenden Reitkunst der Reitervölker, der Hunnen, Tartaren, Mongolen, wo die Babys quasi auf den Pferden zur Welt kamen. Die Reiter konnten sich im Kampf ganz auch Bogen und Pfeil konzentrieren, das Pferd fand im Schlachtgetümmel seinen Weg „von selbst“. So erlebte ich es jedenfalls, natürlich ohne Pfeil und Bogen, bin ja keine Amazone – wäre aber eine Überlegung wert... Mein Pferd reagierte synchron auf meine „Mitteilungen“, als ob ich selber laufen würde – welch wunderbares Gefühl des Eins-Seins, der Kraft. Jede „normale“ reiterliche Einwirkung, seltsamerweise als „Hilfe“ bezeichnet, störte nur.

Mit „Whiskey“ ritt ich am liebsten über den Parcours – hohe Sprünge, je höher, desto lieber - und uns verband eine Freude und Einheit, jeden uns angebotenen Sprung zu nehmen und darüber zu fliegen. Es war immer wie ein Rausch. Und unerklärlich, denn niemand außer mir - auch nicht sein

Besitzer – brachte es fertig, mit „Whiskey“ zu springen. Alle hielten ihn für springuntauglich, weil er sich unter anderen Reitern weigerte zu springen.

Diese Reitbeteiligung verlor ich durch den Verkauf von Whiskey durch seinen Besitzer, was mich sehr bekümmerte, „mein Pferd Whiskey“ zu verlieren: Meine Begeisterung für das Reiten schwand - nicht für die Pferde, meine absoluten Lieblingstiere. Das sich eher mechanisch und technisch anfühlende Reiten auf Schulpferden entsprach nicht meinem Wunsch nach der Innigkeit, nach Verbundenheit mit dem Wesen der Pferde. Zunehmend erlebte ich die (Schul-) Pferde als abgestumpft, resigniert, zum Gehorsam künstlich gezwungen. „Erlernte Hilflosigkeit“ pur, wie ein Fahrrad, ohne Seele. Das war nicht meins, ich hörte auf zu reiten. Ein paar Mal unternahm ich Anläufe, den Kontakt zu Pferden wieder herzustellen, wechselte die Ställe – und erkannte, dass es wurscht war, alle Reitställe waren sich darin ähnlich.

Etwas angenehmer empfand ich den Umgang mit Pflegepferden oder Reitbeteiligungen, da war es möglich, eine Beziehung zum Pferd aufzubauen. Putzen, versorgen, Nähe herstellen ... Ich hatte sehr früh heraus, dass es mir weniger ums Reiten an sich ging, als um die Beziehung zum Pferd, und erst durch die Verbindung entstand bei mir dieses besondere Gefühl der Gemeinsamkeit in der Bewegung. Viele Jahre gingen so dahin, immer wieder mal probierte ich es mit dem Reiten. Da ich so viele Reitbeteiligungen erlebt hatte, die die Leute mehr entzweiten als vereinten, konnte ich mir eine solche Basis für mich dauerhaft nicht vorstellen. Meine letzte Reitbeteiligung war das superlebendige Pferd „King“, das ich als Beteiligung erhielt, weil dessen Besitzerin wegen einer Erkrankung für einige Monate ausfiel.

In dieser Zeit konnte ich aus dem künstlich wild gemachten Pferd ein relaxtes, aber einsatzfreudiges und zugleich verlässliches Tier machen, dass entspannt selbst die Galoppstrecken in ruhiger Harmonie lief, ohne, wie unter seiner Besitzerin, auszuflippen, weil diese künstliche „Wildheit“ in Form von Steigen und Bocken wirkte. Auch auf oder besser mit ihm hatte ich wieder das erhebende Gefühl der Gedankenübertragung. Ließ ich ihn am hingegebenem Zügel einen Teil einer Galoppstrecke im Schritt gehen und entschied mich mittendrin rein mental ohne Einwirkung auf das Pferd für eine schnellere Gangart, setzte King augenblicklich um - ohne reiterliche Einwirkung, ohne klassische reiterliche Hilfen-Gebung. Genau das: Absicht, Wollen, Gespür für das Gewollte – spielerisches Ineinandergreifen und Miteinander - ist das, was ich bei Alexandra nun wiedererlernte. Später, wollte ich ihm, dem „King“, zwei so auseinander driftende Reitweisen nicht antun, und schlug deshalb das Angebot seiner Besitzerin, als sie genesen war, King weiterhin zusammen mit ihr zu reiten, schweren Herzen aus. Gleichwohl wissend, dass es eine meiner schönsten Zeit gewesen war, nämlich nach der Arbeit mit meinen beiden Hunden zum Stall zu fahren, King zu holen, und zu viert einen unseren supertollen Ausritte durch Wald und Flur zu machen.

Das Pferd als feinsinniger Therapeut und Manager-Coach: Fenja!

Auch anlässlich einer anderen, früheren Reitbeteiligung, in der ich auch die Verbundenheit von Tieren, Natur und mir erfahren durfte, sagte ich damals schon: Wenn ich jemals eine Psychotherapie benötigen sollte, dann muss ich nur in aller Herr-Gotts-Frühe auf einem Pferd in den Wald reiten, und schon ist die Welt wieder in Ordnung, und ich bin wieder ich, in meiner Kraft, im Lot, zufrieden und ausgeglichen. - Es kam dann doch etwas anders... - aber das ist eine andere Geschichte.

Ziemlich spät im herangereiften Leben mit ca. Mitte 50 meinte mein damaliger Mann, ich solle meinen früheren Traum verwirklichen und wieder Kontakt zu Pferden aufnehmen, den ich mir selbst verweigerte, um nicht wieder in das geschilderte und so unbefriedigende Gefühlsdilemma zu kommen. Er schenkte mir ein Pferdebuch, welches ich nach einigen Seiten nicht weiter lesen konnte,

weil mich eine starke Sehnsucht nach stillschweigender Herzensverbindung, nach Übereinkunft und Harmonie mit Pferden überkam.

Ich spürte (jedoch), dass es kein Weg zurückgeben würde, wenn ich wieder hautnahen Kontakt zu einem Pferd hätte, ich müsste ein eigenes Pferd haben. Und so kam es, durch einen Kurzurlaub, initiiert seinerzeit von meinem Mann auf einem Reiterhof. Zunächst noch verweigerte ich mich der direkten Kontaktaufnahme zu den Pferden, dann kam es, wie es wohl kommen musste: Ich konnte den Pferden nicht aus dem Weg gehen. Schon wenige Wochen später war ich damit beschäftigt, mich nach MEINEM Pferd umzusehen, welches wirklich mir gehört, so ganz. Also Kauf!

Meine Wahl traf auf eine zierliche Araber-Traber-Schimmelstute, 13 Jahre, von der Autorin eines sehr guten Pferdebuches. Das Pferd war lieb, kein Anfänger-Pferd, sehr menschenbezogen. Bei allen anderen Pferden, die ich zuvor besichtigt hatte, fehlte mir etwas. Was fehlte? Mir wurde bewusst, dass es diesen Pferden eigentlich mehr oder weniger egal war, ob sich ein menschliches Wesen in ihrem Dunstkreis befand oder nicht, und wer es war. Wie ein Fahrrad oder Motorrad, dem es egal ist, wer drauf sitzt und es steuert. – Ganz anders die Reaktionen meiner Fenja, die mir in vollem Galopp entgegen kommt, sobald sie meine Silhouette erkennt. Sie unterbricht sogar das Grasens in der Herde, und mein Herz hüpfte, wenn sie mir dann ihren Kopf entgegenstreckte, als wolle sie mir etwas sagen. Ihre Vor-Besitzerin hatte dieselbe Erfahrung gemacht. Ein „sprechendes Pferd“ sei die Fenja, empfand auch sie.

Die Pferdesprache richtig deuten – das gelingt nicht unqualifizierten Pferde-Leuten...

Von Anfang an habe ich gespürt, dass ich zu lernen habe, um das Wesen meiner Fenja wirklich zu erfassen. Ich wurde meiner Pferdefreundin nicht immer genügend gerecht, ich wusste und konnte es damals zu Beginn nicht besser. Die Pferdesprache verstehen heißt, Mimik, Ausdruck, Bewegung und Laute des Pferdes als eine zusammengesetzte komplexe Signalkette „wahr“zunehmen und ihren Sinn zu erfassen. Wie bei jeder Sprache, sei es Tier oder Mensch (der, das sei unter uns geflüstert, sich allzu oft nicht wirklich als „Krone der Schöpfung“ geriert: ein Jammer, diese sprachliche Unfähigkeit. Nur Wenige sind es, die als Pferdeflüsterin sich empathisch auf die sensible Seele eines Pferdes einschwingen können. Die Männer mit ihren maskulin rauen Sprachmustern a la „hopp-hopp-Galopp“ lassen wir hier mal außen vor, die schwingen sich oft lieber auf das Brumm-brumm-Motorrad mit seinem einfach zu hand-habenden Regelwerk Gas-Lenker-Bremse, brumm-brumm.

Die komplexe Pferdesprache kapiert jedes Pferd – schon, weil es den „größeren Kopf“ hat.

„Überlassen Sie das Denken den Pferden, die haben den größeren Kopf!“. Diesen uralt Spruch kennt wohl jedes Kind.

Unser Kopf ist zu klein, in Relation zum Pferdekopf viiiiiel zu klein! – Dennoch wollen wir als die von der Natur Benachteiligte – wir haben nicht zu wenig „Köpfchen“ – sondern zu wenig Kopf (!), am liebsten die Chefs sein? Müssten nicht eigentlich die Pferde uns zeigen, „wo es lang geht“!? Sie tun es gerne, wenn wir sie lassen!

Auch daran wird der Unterschied klar: Mensch und Pferd sind von Natur aus mit der ältesten Sprache überhaupt ausgestattet, die jedes Lebewesen nutzt, der Körpersprache. Durch intelligente Nutzung dieses Naturschatzes kann sich das Pferd hochökonomisch auf wenige Laute beschränken, des kommuniziert effektiv und effizient, jedes Pferd kapiert jedes Pferd. Pferde nutzen weltweit ein und dieselbe, überall verständliche nonverbale Universalsprache!

„Clever“ ist auch die menschliche sprachliche/sprechliche Universal-Kompetenz, weil die Gene der Menschen miteinander so verwandt sind, dass jedes Kind in jeder Kultur ohne Einschränkung als Kulturangehöriger aufwachsen kann. Und: Alle Menschen weltweit haben dieselben fünf Hauptfacetten der Persönlichkeit (www.acprofile.com).

Des Weiteren: Zeige mir, wie Du reitest, pflegst, betreust - und ob Dein Pferd Dir frei und willig auf Augenhöhe zu Fuß auf freier Weide folgt, oder Dich un-beachtet „stehen lässt“ oder Dir gar davongaloppiert – und ich sage Dir, wer Du bist. Und wie Du werden kannst, wie es gut wäre, zu Sein... Man suche hervorragende Seminare und auf die Persönlichkeit zugeschnittene Coachings...

Bei der Emotionalen Kompetenz und beim Wahr-Nehmen ist das Pferd dem „gemeinen Menschen“ ohnehin überlegen: Es reagiert feinsinniger und kapiert unmittelbar, es braucht keine umständliche Sprechweise, die man interpretieren (können) muss. Da haben Menschen massive Probleme: Siehe „Turmbau zu Babel“, Hunderte von Sprachen, Tausende von Dialekten – und selbst innerhalb nur einer Sprache versteht keiner den anderen wirklich und ganz: Man kläre für sich, was man unter „Liebe“, „Treue“, „Heimat“, „Flüchtling“, „Rechter“, „Linker“ usw. „versteht!“ – und finde jemand, der das zu 100% genauso mit demselben Inhalt besetzt.

Ich sann nach Wegen, mich mit meiner Stute ohne die sehr begrenzten und ziemlich plumpen oder auch feinen Zug- und Druck-„Hilfen“ (Paraden am Zügel, drücken mit dem Schenkel – und im primitivsten, eklatantesten Fall von Hilflosigkeit und Inkompetenz: Schlagen mit Gerte oder noch Schlimmeren...) zu verständigen. Fenja war und ist immer hochgradig motiviert, mich zu verstehen und zu lernen, sie unternimmt sehr, sehr gern etwas mit Menschen, ist kognitiv hellwach: Ein Vorbild an Motivation für jeden Schüler.

Drei Wochen, nachdem ich sie „hatte“ (wann „hat“ man ein Pferd?), wurde Fenja ein „Mobbingopfer“.

Als rangniedrige Vollblut-Stute wurde sie von ranghohen) Pferden erbarmungslos gejagt. Bis es passierte.

Ein Weide-Unfall...! Mit fatalen Folgen für ihre Rittigkeit! Statt wie der Tierarzt nach der Abschlussbehandlung nach vielen Monaten nach diesem Ereignis empfahl, Fenja auf eine Rentnerweide zu stellen, habe ich sie in einen Pensionsstall eingestellt, wo ich sie nahezu jeden Tag aufsuche.

Und zusammen mit meinen Hunden gehen wir ins Gelände spazieren oder machen andere schöne Sachen.

Im selben Monat, in dem ich Fenja kaufte, hielt ich per „Zufall“ (was einem halt so „zu-fällt“ im Leben) eine Zeitschrift in den Händen, in der ein Artikel über Alexandra Rieger am Gardasee stand, der mich sofort fesselte:

Die Raidho-Ausbildung bei Alexandra Rieger am wunderschönen Gardasee

Im Oktober 2018 bin ich dann zur „Alexandra Rieger Kompakt-Raidho-Ausbildung“ (pferdegestützte Therapie) an den Gardasee in Norditalien gefahren. Die einzelnen Ausbildungsinhalte sind in diversen Arbeiten recht ausführlich beschrieben.

Und – ich konnte etliche Blockaden, alte, hinderliche Muster aufarbeiten, die mich schon lange drückten. So kam ich in einem deutlich besseren Gesamtzustand als vorher wieder nach Hause. Ich ließ sich innerlich alles setzen und war unschlüssig, ob ich überhaupt den praktischen Abschluss der Ausbildung machen sollte-wollte?

Ich habe in meinem Leben recht viele Zusatzausbildungen begonnen, teils auch zu Ende geführt, aber eben einige Male auch nicht den Abschluss gemacht. Weil mir vor Prüfungen graute, obwohl ich mich durchaus befähigt und berufen fühlte. Es waren immer „beängstigende Ängste“ auf „Absch(l)üsse“ gerichtet. Unsicherheiten, Zweifel, ob ich es denn auch wirklich schaffen werde - und vor allem, ob mein gesammeltes Wissen denn auch wirklich für eine berufliche Ausübung dieser reicht. So war es mir zunächst einmal Schnuppe, hab ich mir eingeredet), ob ich irgendwann den Abschluss noch machen würde - oder eben nicht, was sollte es? Das kannte ich ja schon.

In der 1. Hälfte von 2019 absolvierte ich zusammen mit einer anderen Kursteilnehmerin aus 2018 ebenfalls bei Alexandra die Reitlehrerausbildung, die aus drei mal zwei Tagen besteht, also sechs insgesamt. In der mittleren Sequenz stand ich der Kursteilnehmerin zur Verfügung, die mit mir ihre praktische Abschlussarbeit aus der Ausbildung im Oktober 2018 erledigen wollte. Weil wir den größten Teil der langen Fahrt von Deutschlands Mitte nach Italien Auto fahren, erzählten wir uns sehr viel von-ein-ander - und so einigten wir uns während der Fahrt auf „mein Thema“ - als Abschlussarbeit für eben Verena:

Aufstellungs-Therapie à la Hellinger – erfolgreich mit Pferden als „Medium“

Es ging bei „meinem“ Thema – das ich nur allzu gern loswerden wollte - um das gesammelte, angehäuften, aber ungenutzt brachliegende Wissen aus vielen, vielen und noch mehr Kursen – das eben nicht „kursierte“, sondern in mir begraben war... Viiiiele Seminare, viiiiiiele Ausbildungen... „gebildet“, um mich zu bilden – und diese Bildung anderen zur Weiterbildung anzubieten – was ja der Sinn war (und ist!). Verena absolvierte am Ende des 2. Reitlehrerkursteils also ihre Prüfung mit mir als Klientin, die für mich hochgradig überzeugend und erfreulich war: Denn Verena führte mich professionell mit Hilfe des Pferde-Stellens: Ein Pferd = „Racky“ wurde Stellvertreter für mein angesammeltes Wissen, ein Pferd = „Nevada“ repräsentierte mich, und ein Pferd = „Alba“ vertrat mein Gefühl des Abgeschnitten-Seins von meinem erlernten Wissen (kurz „Blockade“ genannt). Jeder Aspekt führte offensichtlich sein Eigenleben, keiner nahm Bezug auf den anderen Anteil, es fehlte nach meiner Interpretation eine Integration. Dann verschob die „Blockade“ = Alba ein paar Mal Nevada = „mich“, und Verena fragte mich, wie sich die emotionale Verschiebung anfühlt bzw. ob ich dieses Gefühl aus meinem Alltag her kenne, und ob ich diese Blockade (durch welche ich mich in meinem Leben oft verschoben fühlte) zu transformieren wünsche? – Die daraufhin angewandte Technik erzeugte eine Dynamik, welche mich prompt mental in einer sehr kleinen, sehr dunklen Höhle wieder finden ließ, die mich gefangen hielt, aus der es keinen Ausweg gab. In der ich mich quasi im Kreis drehte, da sie so winzig klein war. Ganz auf mich zurückgeworfen, allein. Zunächst war es für mich stockduster in dieser von meinem Unterbewusstsein geistig-emotional entstandenen (gedachten) Höhle. Auf Intervention von Verena erhellte sich die Höhle im Laufe der Zeit ein wenig, so dass sich mir im Dunkel furchteinflößende Schatten zeigten. Schatten, die mich noch zusätzlich beunruhigten. Noch mehr resignieren und meine Hilflosigkeit mir verstärkt vergegenwärtigend. Es war weiß Gott kein schönes Gefühl, lebendig eingesperrt zu sein, keine Option zur Veränderung, zur Verbesserung zu fühlen, zu haben.

Verena animierte mich, die Höhle zu bearbeiten, die Form aufzulösen. Das machte mir Angst. Nicht nur, dass ich mich absolut ausgeliefert und hilflos fühlte, etwas verändern zu können (siehe „erlernte Hilflosigkeit“ bei Pferden durch menschlich unausgereifte Fehl-Einwirkung). Jeder Gedanke, die einengende Form aufzubrechen, dabei Schaden zu nehmen, erzeugte regelrecht Angst in mir. Dennoch war der Wunsch nach Verbesserung meines Gefühls - und auch die Neugierde und der Wunsch nach mehr Teilhabe am Leben, so mächtig, dass ich versuchsweise die Wände abklopfte. Ich wollte unbedingt den „Durchbruch“ nach draußen haben! Ich suchte, eine dünnere Stelle in der Steinwand ausfindig zu machen, um im Zweifelsfalle den Schaden durch eine einstürzende Höhle zu

minimieren - mit mir in dieser Höhle. Verena fragte mich nach Werkzeugen, welche ich für einsetzen könnte. Der erste Gedanke, der mir durch den Kopf schoss, war der, dass es in diesem Fall *wirklich* nichts gibt. Doch dann sagte ich spontan „Munition“, und diese fand ich sogleich direkt parat neben mir liegend. Zudem ermutigte mich Verena, eine höhere Kraft anzurufen, und um deren Unterstützung, um deren Hilfe zu bitten, diese Form aufzulösen. Und damit - ging der Durchbruch ganz leicht vonstatten. Ich fühlte mich plötzlich geblendet von Tageslicht und traute mich nicht richtig aus der Höhle heraus. Ich hatte regelrecht Angst vor dem Neuen, vor dem neuen Leben, dem Licht und den neuen Eindrücken und Wegen, die mir so unbekannt waren. In der Höhle kannte ich alles; alles war so vertraut und reduziert auf quasi „Nichts“. Erst mit der Zeit und mit Verenas Aufmunterung, durch die Fußwurzeln zu atmen und die Ängste weg zu atmen, erhielt ich nach und nach das Gefühl der Zuversicht, des Mich-Trauens, der Neugierde auf das Unbekannte. Und plötzlich war soo viel Freude da, dass mich nichts mehr in der Höhle halten konnte!

Ich trat hinaus in mein neues Leben und konnte die Sonne und den Wind auf meiner Haut und die mir neu erscheinenden Bewegungen des Schreitens genießen!

Der Erfolg

Vier Wochen später, es ist der dritte Teil des Reitlehrer-Kurses (jeder Teil dauert ja zwei Tage). Unverhofft bekomme ich die Rückmeldung, sowohl von Alexandra als auch von Verena, dass ich einen Riesenschritt in meiner Entwicklung gemacht hätte. Alexandra sagte, wenn sie nicht wüsste, dass ich diese Session gehabt hätte (siehe zuvor), dann würde sie mich völlig erstaunt fragen, was ich in der kurzen Zwischenzeit von vier Wochen gemacht hätte, um mich derart zu verändern.

Ich selbst hatte diese Entwicklung nicht bewusst mitbekommen, das entspricht eben der eigenen Betriebsblindheit ☺. Aber ganz zum Schluss des Kurses, als wir unser auf dem Boden, ohne aufzusitzen, erlerntes Wissen, nun aufgesessen auf dem Rücken der Pferde anwenden durften, fiel mir selbst auf, dass ich frei und munter herumexperimentierte und mich und mein Wissen ausprobierte. Und noch dazu OHNE das sonst bei mir so übliche Verzagt sein. Ich erlebte einfach Freude im Tun, im Probieren, die Leichtigkeit im Tun mit dem Pferd „Nevada“ - und fühlte eine recht große Übereinstimmung zwischen Nevada und mir. Das war ein sehr erfüllender Augenblick!

Ein sooo gewaltiger Unterschied zu der Privat-Reitstunde (auf Nevada!) bei Alexandra nur wenige Monate zuvor! So gewaltig, dass ich das trotz meiner Betriebsblindheit selbst stark spürte ☺!

Und zu meiner eigenen Überraschung fragte ich Alexandra, die noch gar nichts von ihrem „Glück“ wusste - ich hatte mich bezüglich der Prüfung nicht festlegen wollen und mir alle Hintertürchen offen gehalten, ob sie mir am Ende der zwei Tage die Praktische Prüfung (zur Ausbildung im Oktober 2018) abnehmen würde? Das kam ziemlich überfallmäßig für sie. Sie wollte! Auch darin zeigt sich der Erfolg der Ausbildung, bezogen auf meine Vorliebe für „Hintertürchen“ als Ausdruck von Unsicherheit: Ich habe nicht länger gezaudert und hin und her bedacht - sondern einfach gemacht! - Und bestanden!

Zusammenfassung:

Mir liegt an Alexandras Arbeitsweise sehr viel, weil ich dadurch, immer feiner in den Impulsen werdend, in die Übereinstimmung und Harmonie mit den Pferden komme - bis hin zum damals erlebten (siehe oben) mental gesteuerten Reiten über energetische Bewusstwerdung und über den gezielten energetischen Einsatz meiner Körpersprache. Ich gebe mein Wissen und meine Erfahrungen gern weiter und zeige entwicklungsfreudigen Reiterinnen und Reitern, wie man das

erreicht und welche Genugtuung und Freude dann aufsteigt, wenn das gelingt und edle Tiere nicht zu (Leih-) Fahrrädern verkommen oder in ihrer Not zu „bockigen Biestern“ geraten, auf denen man sich „durchsetzen“ muss. Nur ein stolzes Pferd kündigt von einem stolzen, kompetenten Reiter. Gewaltlose Kommunikation (communis = gemeinsam) und subtile Führung ist für Mensch und Tier die Vorbedingung für Motivation und Loyalität - „erlernte Hilfslosigkeit“ fördert bei Mensch und Tier das Drückebergertum, führt zu Ressourcenverlust, senkt das Kompetenz-Potenzial und mindert die Fähigkeiten.

Die Lebendigkeit und Bewusstheit der Pferde fördert meine eigene Lebendigkeit und Bewusstheit. Meine Trauer um die seelischen Qualen unqualifiziert behandelter Pferde haben natürlich etwas mit meiner Selbstidentifikation zu tun, mit Identifizierung mit äußeren Objekten. Pferde stärken die Selbstwahrnehmung und die Selbstentwicklungskompetenz. Ich entwickle mich. Aus Energien reduzierendem Mitleid hin zu Energien spendendem Mitgefühl, zur Empathie, was auch für therapeutische Ziele hilfreich ist.

Als ich nach dem zweiten Teil des Reitlehrer-Kurses nach Hause kam (also nach meinem tiefgreifenden Prozess), machte ich die Beobachtung, dass es meiner Stute sehr gut in ihrer neuen Herde geht. Zuvor war es immer so gewesen, dass sie sich nie, in welcher Herde auch immer, wohl fühlen konnte, jetzt hat sie es geschafft! Wir, Fenja und ich, mussten einen Tag vor der Abreise zum zweiten Teil der Reitlehrer-Ausbildung quasi fluchtartig in einen anderen Stall umsiedeln, den jetzigen. Das heißt, dass sie zum Zeitpunkt des Schreibens dieser Zeilen noch keine 4 Wochen in ihrer neuen Herde stand, aber noch nie war sie sooo relaxt, entspannt, zufrieden und ausgeglichen! Das mag ein Stück an der Herde liegen, die in sich ruht, in der es keine „Quälgeister“ gibt, aber ich bin sicher, es spiegelt sich auch meine Situation, mein inneres geordnetes Gefühlsleben, in ihrem Verhalten wider.

Fazit: Pferde sind hochoffen, sie spiegeln den Menschen und helfen 1:1 beim Erkennen seiner Sehnsüchte, seiner Wünsche und auch seiner Baustellen. Sie zeigen, wie man am schnellsten ins Bewusstsein kommt, in seine Mitte, seine Kraft, seinen Frieden. Sie begleiten, sind im Prozess dabei und stehen treu und grundehrlich und quasi altruistisch dem Werden des Neuen bei. Bei Alexandra's Methode setzt das „Übel“ im wahrsten Sinne der Worte an den Wurzeln an. Man erlebt sofortige emotionale Entlastung und Frieden verbreitet sich mehr und mehr in einem, verankert sich fest. Gleichzeitig erlaubt diese Methode u.a. ein stetiges, über den eigentlichen Prozess sogar hinaus gehendes Wachstum und Abbau der Baustellen, die ein jeder hat, gerade der verdrängten und der unbemerkten. Ein stetiges sich spielerisches Sich-selbst-Begleiten durch die inneren täglichen Turbulenzen hin zur Er-Lösung. Innere Stabilität und mentale Klarheit breiten sich aus.

Dass Alexandra ihre Methoden als „Lebensschule für den Menschen“ bezeichnet, das ist bezeichnend: Es sind nicht abgehackte, vom übrigen Leben sondierte, einzelne Sessions, die durchgeführt werden, sondern ihre Ausbildung/Methode beinhaltet eine Vielzahl einzelner Bausteine und Übungen. Diese Bausteine bzw. Übungen lassen sich in jedes Leben integrieren, und sogar sehr oft an jedem Ort zu jeder Zeit durchführen, ohne dass es die Außenwelt wahrnimmt. Zum guten Schluss: Ein dickes DANKE, Alexandra!