

**Neue Wege gehen –**

# **Energiearbeit mit Pferden für Teenager**

- Zur Vorlage als Zertifizierungsarbeit -  
von Silke Kaiser

## Inhaltverzeichnis

1.0 Einleitung	S.3
1.1. Vorgehensweise	S.5
2.0. Basisübung und neutrale Position	S.6
3.0. Stehen wie ein Baum	S.7
3.1. Die Reaktion des Pferdes als Indikator für energetische Dysbalance	S.7
3.2. Die Intensität der Energie	S.8
3.2.1. Die neutrale Energie	S.8
3.2.2. Die unterstimulierte Energie	S.9
3.2.3. Die überstimulierte Energie	S.10
3.3. Energetische Dysbalance als Abwehrmechanismus	S.10
4.0. Beispiele zu meiner Arbeitsweise mit Feedback der Teilnehmerinnen	S.11
6.0. Fazit	S.16

# Neue Wege gehen - Energiewerk mit Pferden für Teenager

von Silke Kaiser

## 1.0 Einleitung

Als Teenager bin ich geritten. Wie so viele andere Frauen auch. Bei den Pferden sein war das Größte für mich und ich habe Klavierstunden, Klarinettenunterricht und andere ambitionierte Arbeitsgemeinschaften in Kauf genommen, um in den Reitstall zu dürfen.

Dort ritt ich dann einmal pro Woche mit zehn anderen Reitschülern auf Pferden, die in Ständern gehalten und niemals auf die Weide durften, im Kreis. Ein Kontakt zu den Pferden war jenseits von aufstupsen und absatteln kaum möglich. Reiten beschränkte sich auf Kommandos – dennoch: Ich fühlte mich zu den Pferden hingezogen. Abitur, Ausbildung und Beruf schwemmen mich von dieser intuitiven Anziehung hinweg. Ich war im Fluss des Lebens angekommen – ohne zu begreifen, dass ich um mein Leben schwamm. Ich suchte im Außen zu finden, was im Innen nicht vorhanden war.

Als meine Tochter sieben Jahre alt war äußerte sie den Wunsch zu reiten. Pferde waren damals jenseits meines Horizonts. Der Wunsch meiner Tochter ein solches Hobby auszuüben stellte mich lediglich vor eine neue logistische Herausforderung im Alltagsleben zwischen Beruf und Kind. Meine Tochter blieb hartnäckig und wir gingen einmal pro Woche in den Reitstall.

Ich hatte alles vergessen. - Das Pferd, das sie regelmäßig zugeteilt bekam war ein bissiges Geschöpf, das seine Arbeit als Schulpferd hasste. Es war frustrierend – ich sah weg.

Bis eines Tages ein neues Schulpferd eintraf. Eine Schimmelstute, die auf der Weide stand und ich meine mich zu erinnern, dass ein ganz besonderer Lichtstrahl auf sie fiel. Ich hatte mich grenzenlos verliebt und bekam dieses eine und besondere Pferd nicht mehr aus dem Kopf. Durch glückliche Umstände konnte ich dieses Pferd kaufen. Daria ist heute 28 Jahre alt und ich freue mich über jeden Tag mit ihr.

Meine Tochter ritt mittlerweile kleinere Turniere, sammelte Schleifen und war eine der großen Hoffnungen des kleinen Reitstalls. Ich hingegen machte ganz andere Erfahrungen. Daria verwehrt sich all meinen herkömmlichen ‚Künsten‘, bestehend aus drauf sitzen und los reiten.

Sie hatte schlimme Erfahrungen gemacht, zitterte wenn sie angebunden wurde, ließ sich nicht führen, trabte an, so wie sie ein Gewicht im Sattel spürte und mir war bald klar: „So geht das nicht.“

Ich habe begonnen mich mit dem Wesen der Pferde zu beschäftigen, da ich unbedingt Darias Vertrauen gewinnen wollte. Ich beschloss nur noch Dinge mit ihr zu machen, die für sie nicht

negativ belastet waren und verbrachte mit ihr knapp zwei Jahre auf dem Boden. Während ich vom Boden aus die Lektionen über das Leben lernte, die uns nur Pferde vermitteln können, hatte meine Tochter einen schweren Reitunfall auf dem Pony, das sie als Reitbeteiligung ritt. Ich wollte nicht, dass sie sich noch einmal auf dieses Pferd setzte. Der Sturz war zu schwer gewesen. Wir machten uns auf die Suche nach einem Pony für sie. Wir entdeckten ein ganz wunderbares palominofarbenes Wesen, dem sie auf Anhieb vertraute und auf dem sie sich sicher fühlte. Leider waren er und meine Tochter begabt, was dazu führte, dass sich der Ehrgeiz der Reitlehrerin über sie ergoss, während ich mit meine achtzehnjährigen Stute jenseits der Aufmerksamkeit in aller Stille meinen Weg finden durfte.

Meine Tochter, die zu Beginn so selbstbewusst, voller Freude und intuitiver Hingabe auf ihrem Pony saß, erstarrte unter dem Erwartungsdruck und dem herrischen und rauen Ton der Reitlehrerin immer mehr. Es gab Tränen über Tränen. Das Pony wurde immer fester, der Sperrriemen wurde immer enger geschnallt und ich habe lange gebraucht um zu verstehen, dass das nicht der Weg sein kann, der beschritten werden muss, wenn man reiten will. Vom Reiten hatte ich zwar wenig Ahnung - ich stand ja immer noch die meiste Zeit auf dem Boden – aber diese Art und Weise mit Kind und Pferd zu arbeiten fühlte sich so falsch an, dass es nicht richtig sein konnte. Egal, was man mir erzählte.

Ich hatte wirklich schlaflose Nächte, weil ich so unglücklich darüber war, was beiden widerfuhr. Schließlich habe ich die Reißleine gezogen. - Wir haben den Stall gewechselt und einen eigenen Hof gekauft, wo wir mit unseren mittlerweile vier Pferden hingezogen sind, um so die Freiheit zu haben, unseren ganz eigenen Weg zu gehen. Es hat drei Jahre gedauert, bis Pferd und Kind – mittlerweile zur jungen Frau herangewachsen - wieder wirklich Freude am Reiten hatten. Ein Gebiss mag unser Pony bis heute nicht mehr haben.

Ich habe oft gedacht: „Wie schön wäre es gewesen, wenn die beiden jemanden gehabt hätten, der ihnen einen anderen Weg gezeigt hätte. Der meine Tochter in ihrer ungezwungenen Selbstverständlichkeit bestärkt und ihr gezeigt hätte, um was es bei der Zusammenarbeit mit Pferden wirklich geht. Welches Potential in ihnen steckt. Wie sehr sie uns helfen, unseren Weg zu finden.“ Damals konnte ich den beiden dabei noch nicht wirklich helfen. Ich wusste zwar intuitiv, wie ich mit Daria arbeiten kann, aber methodisch hatte ich es noch nicht erfasst. 2009 kam ein weiteres Pferd zu uns. Ich bekam ihn geschenkt, weil er sehr krank war und seine Krankheit hat mich zur Tierkommunikation geführt. 2011 habe ich begonnen selbst damit zu arbeiten<sup>1</sup>.

2014 habe ich meine Trainer-Ausbildung bei Raidho Healing Horses begonnen, ohne zu wissen, wie ich damit arbeiten möchte. Dann erreichte mich Ende 2014 die Nachricht eines jungen Mädchens, das mich darum bat, mit ihrem Pferd zu sprechen. Kurz darauf erreichte

---

<sup>1</sup> Im September 2015 werde ich meine langjährige Ausbildung als lizenzierte Tierkommunikatorin nach Penelope Smith abschließen. Penelope ist die Pionierin der Tierkommunikation und hat diese Arbeit in den 80er-Jahren zunächst in den USA und schließlich weltweit etabliert.

Vorab kurz als Erklärung: Tierkommunikation ist telepathische Kontaktaufnahme. Ich empfangen Bilder und Gefühle vom Tier und übersetze diese. Wenn ich also schreibe, „Sie/er hat gesagt“, dann ist das die Übersetzung des Gefühls und Bildes, das ich empfangen habe.

mich eine weitere Nachricht von einem Mädchen. Beide Mädchen waren ratlos und hilflos. Sie spürten, dass es einen anderen Weg geben muss, mit ihren Pferden zu arbeiten – und die Pferde baten in den Gesprächen genau darum. Doch die Mädchen wussten nicht wie. Ihre Ausbilderin war zwar eine ausgesprochen versierte Pferdefrau, die intuitiv bemerkenswert mit ihren Pferden arbeitete – doch sie konnte das was sie tat nicht vermitteln. Die Mädchen versuchten die Handlungen nachzuahmen, was die Pferde nicht überzeugte. Es fehlte die Basis und das grundlegende Verständnis über das eigene Handeln und die Reaktion der Pferde.

Mich an meine eigene Sehnsucht und die Wogen der Teenagerzeit erinnernd, wohl wissend, welch einen kostbaren Schatz der Umgang mit der Pferden für uns bietet und den schmerzhaften Weg meiner Tochter vor Augen habend, wusste ich plötzlich, wie ich arbeiten möchte: Ich möchte jungen Menschen in einer Zeit, in der sie selbst an der Nahtstelle von Kindheit zu Erwachsenenalter stehen, durch die Arbeit mit den Pferden nicht nur einen Weg zeigen, wie diese Arbeit erfüllend und harmonisch für beide sein kann, sondern wie die Zusammenarbeit mit dem Pferd ihnen helfen kann, zu einer Ruhe und Sicherheit zu finden, die auf dem Weg in das Erwachsenenleben hoffentlich hilft, sich selbst wahrzunehmen und nicht über sich hinwegzugehen. Denn wie bei der Zusammenarbeit mit den Pferden ist es auch im Leben nicht möglich diesen Weg ohne die eigene Gegenwärtigkeit zu begehen.

Aus diesem Grund habe ich mich dazu entschieden als Raidho Trainerin die Energiearbeit mit Pferden für Teenager in den Fokus meiner Arbeit stellen.

Da ich erfahren habe, welch hilfreiche Perspektive die Gespräche mit den Pferden offenbaren, habe ich beschlossen diese beiden Arbeitsweisen miteinander zu kombinieren. Darüber hinaus arbeite ich selbstverständlich auch unabhängig von meiner Arbeit mit jungen Menschen und ihren Pferden als Tierkommunikatorin, weil es immer wieder verblüffend ist, welch wertvolle Hinweise uns Pferde zur Problemlösung geben und welch tiefgreifende Einsichten sie offenbaren – wenn man sie zu Wort kommen lässt. So erfahre ich nicht nur in der unmittelbaren Zusammenarbeit, sondern auch im Rahmen dieser Gespräche regelmäßig wie sehr uns Pferde dabei behilflich sind uns selbst zu erkennen und uns mit ihrer Weisheit einen Weg aufzuzeigen

Im Folgenden will ich einige grundlegende Gedanken und Überlegungen zu der Energiearbeit mit Pferden darlegen und meine Arbeitsweise erläutern.

## **1.1. Vorgehensweise**

Zu Beginn meiner Ausführungen werde ich die Basisübung, welche bei der Energiearbeit mit Pferden eine zentrale Rolle spielt und darauf Bezug nehmend grundlegende Zusammenhänge und Überlegungen zur Energie des Menschen anstellen. Anschließend werde ich meine Arbeitsweise an zwei Fallbeispielen veranschaulichen.

## 2.0. Basisübung und neutrale Position

Die Basisübung in Verbindung mit der neutralen Position stellt die grundlegende Übung dar, mit der ich im Rahmen meiner Kurse arbeite.

Sie bildet sozusagen das Fundament für jegliche Arbeit mit dem Pferd. Im Rahmen dieser Übung werden die Grundlagen für die weitere Zusammenarbeit mit dem Pferd und somit auch der Grundstein für harmonisches Reiten erarbeitet.

Bei der Basisübung lernt der Mensch den Zusammenhang zwischen seinem eigenen Denken, Fühlen und Handeln – seiner Energie - und der Reaktion des Pferdes zu erkennen.

Im Rahmen dieser Übung zieht der Mensch einen Kreis um sich herum. Dieser Kreis symbolisiert seine private Zone. Er muss das Pferd nun, ohne es zu berühren, daran hindern, dass es in seine durch den Kreis markierte Individualzone eindringt.

Das Pferd trägt ein Halfter und ist durch ein Leadingsrope von ca. fünf Metern Länge, mit dem Mensch verbunden.

Wie kann so eine simple Übung der Grundstein für eine harmonische Reitweise sein, mag sich nun der ein oder andere vielleicht fragen?

Ich will diese hypothetische Frage mit einer Gegenfrage beantworten: Wir alle sind uns darüber einig, dass Reiten mit Fühlen zu tun hat. Man muss die Bewegungen des Pferdes fühlen. Wie sollen wir die Bewegungen des Pferdes fühlen können, wenn wir nicht Mal in der Lage sind uns selbst zu fühlen?

Dieses Frage- Antwort Spiel lässt sich beliebig fortsetzen.

Wir fordern vom Pferd Durchlässigkeit? Wie können wir so etwas fordern, wenn wir selbst nicht einmal in der Lage sind uns für den Augenblick durchlässig zu machen, indem wir alles Störende durch uns hindurch fließen lassen und an die Erde abgegeben können?

Wir erwarten vom Pferd, dass es aufmerksam ist und uns zuhört? Wie können wir das erwarten, wenn wir nicht einmal bereit dazu sind, die Signale, die uns das Pferd als Reaktion auf uns sendet zu hören?

Harmonie ist niemals etwas Einseitiges. Harmonie ist ein Wechselspiel aus Gefühl, Durchlässigkeit und Aufmerksamkeit. Das gilt für das Reiten – und für das Leben.

Kehren wir also zu der Übung zurück, welche die Basis für jeglichen Umgang mit dem Pferd darstellt. Sei es nun die alltägliche Pflege, Bodenarbeit, Freiarbeit, oder Reiten. - Die Basisübung.

Der Mensch hat nun also den Kreis um sich gezogen, der seine Individualzone beschreibt und die das Pferd nicht betreten soll. Warum diese Übung aus sich der Pferde so elementar ist, werde ich in den folgenden Kapiteln erläutern.

Möchte das Pferd in den Kreis, der die Individualzone des Menschen markiert, eindringen, versucht er dies durch bewussten Aufbau seiner Energie zu verhindern. Um die Energie zu verstärken darf er eine kleine Peitsche als Verlängerung seines Arms zur Hilfe nehmen. Wichtig ist dabei, dass lediglich Energie aufgebaut wird und das Pferd nicht berührt, oder gar bedroht wird.

Weicht das Pferd zurück und signalisiert dadurch dass es den Individualraum des Menschen respektiert, nimmt dieser augenblicklich die neutrale Position ein. Das heißt, er atmet aus und löst jegliche Spannung auf allen drei Ebenen: Mental, emotional und physisch.

Um den Menschen in die Lage zu versetzen, eine Energie aufzubauen, die vom Pferd wahrgenommen wird erlernt er die Wurzelatmung. Das heißt, dass er seinen Körper und jegliche darin befindliche Spannung ganz bewusst wahrnimmt, durch den Atem löst, an die Erde abgibt und im Gegenzug die Kraft der Erde aufnimmt. Anschließend nimmt er bewusst Kraft Imagination den Raum um sich herum ein und füllt ihn mit der Energie der eigenen Präsenz.

Diese erdverbundene Präsenz, verbunden mit dem kleinen Hinweis des verlängerten Arms „Nein, ich möchte nicht, dass Du in meinen Raum trittst“ reicht in der Regel aus, damit das Pferd den Raum des Menschen respektiert und außerhalb des Kreises eine entspannte Haltung einnimmt, bis gemeinsam weiter gearbeitet wird.

### **3.0. Stehen wie ein Baum**

Ich werde im folgendem Kapitel drei wesentliche Energieformen voneinander unterscheiden und diese am Beispiel eines Baumes veranschaulichen. Der Baum stellt mit seinem Wuchs eine sehr gute Metapher dar, um die wesentlichen Aspekte der energetischen Balance zu erläutern.

#### **3.1. Die Reaktion des Pferdes als Indikator für energetische Dysbalance**

Im vorherigen Kapitel habe ich beschrieben wie es aussieht wenn es uns Kraft unserer Präsenz gelingt unseren Individualraum zu wahren, so dass dieser vom Pferd wahrgenommen und respektiert wird.

Was ist aber, wenn das Pferd nicht mit leicht gesenktem Hals, weichen Blick, die Ohren uns zugewandt, vielleicht auch ein Bein entlastend, entspannt am Rand des in den Sand gezeichneten Kreises steht? Was, wenn es uns ignoriert, oder gar flieht?

Im Rahmen meiner Arbeit konnte ich zwei wesentliche Verhaltensweisen bei Pferden beobachten mit denen sie auf grundlegende energetische Dysbalancen des Menschen aufmerksam machen.

### Verhaltensweise eins: Der Bulldozer

Wir sind mit einem Pferd konfrontiert, das sich dazu entschlossen hat den Kreis und den privaten Raum des Menschen zu ignorieren und stur an diesem Entschluss festzuhalten. Gerne auch demonstrativ durch den Kreis durchschlurft und sich vielleicht auch noch dazu hinreißen lässt den Menschen, der da verzweifelt versucht in seinem Zentrum zu bleiben anzurempeln, so dass dieser in jeglicher Hinsicht aus dem Gleichgewicht gerät.

### Verhaltensweise zwei: Der Flüchtige

Das Pferd zieht es auf Grund eines vermeintlich kleinen Hinweises mittels des verlängerten Armes vor, fünf Meter zu weichen und in sicherem Abstand zum Kreis und dem darin befindlichen Menschen zu verharren. Mit einem Gesichtsausdruck der uns schwer erkennen lässt, dass es sich nichts sehnlicher wünscht als von dem Seil, das ihn mit diesem Menschen verbindet, befreit zu werden.

Besonders sensible Pferde kennen in dieser für sie schwer zu ertragenden Situation möglicherweise nur noch einen Ausweg: Sie beginnen im Kreis um den Menschen herumzurennen.

Was ist schief gelaufen? Würde man Pferd eins zu dem Vorgang befragen, würde es ratlos erklären, dass es nichts wahrgenommen hat das besagt, dass es da nicht hingehen soll.

Energie ist für Pferde so real, wie für uns ein Baum. Ist da also keine Energie, dann heißt das für das Pferd: „Freie Fahrt!“

Würde man Pferd zwei zu dem Vorgang befragen, dann würde es aufgeregt erklären, dass es bedroht worden ist, aber nicht fliehen durfte. Eine sehr schwierige Situation für ein Fluchttier.

## **3.2. Die Intensität der Energie**

Sehen wir uns diese beiden Energien genauer an. Würden wir die Energien auf einer Scala zwischen -10 0 +10 skalieren würde Pferd eins die wahrgenommene Energie vermutlich bei -10 einordnen und Pferd zwei die Energie bei + 10.

0 ist der Wert für die neutrale Energie. Bei der neutralen Energie handelt es sich um eine Energie die ein Mensch aussendet, der organisch mit sich selbst verbunden ist. Dieser Mensch gleicht in seiner Haltung einem Baum. Er steht aufrecht und strahlt Ruhe und Stabilität aus. Er ist tief verwurzelt in der Erde und durch seine Krone mit der Kraft des Himmels verbunden. Ohne etwas anderes tun zu müssen, als zu sein, kann dieser Mensch für seinen Raum sorgen. Er ist also weder zu übersehen, noch sendet er eine fordernde, oder gar bedrohliche Energie aus.

Jenny Wild bringt es folgendermaßen auf den Punkt: „Die Energie, die der Mensch hierfür [um für seinen Raum zu sorgen] aufwendet, muss nicht zwangsläufig gegen das Pferd



gerichtet sein, ganz im Gegenteil, es soll nämlich nicht darum gehen, das Pferd zu verscheuchen, sondern einfach nur für etwas Platz um sich herum zu sorgen. Mein Standartspruch ist in diesem Moment immer: Ich bin ein Mensch, der sehr viel Platz braucht.“<sup>2</sup>

### **3.2.1. Die neutrale Energie**

Jeden Mensch hat um sich herum ein energetisches Oval, das seine Energie in die Umgebung abstrahlt und von manchen Menschen auch als Aura bezeichnet wird. Bei selbstbewussten Menschen ist dieses Oval kräftig und bildet eine Schutzhülle für Körper, Geist und Seele. Das Oval ist stark ausgeprägt und daher für andere Menschen und Tiere intuitiv wahrnehmbar. Das ist die Kraft der neutralen, oder anders ausgedrückt: Die Kraft der ausgeglichenen Energie.

Menschen, die sich ihrer Energie bewusst und damit vertraut sind mit ihr zu arbeiten, sind in der Lage diese Energie auszudehnen, um mehr Raum für sich zu schaffen, oder zusammenzuziehen, um sinnbildlich gesprochen unsichtbar zu werden – was in der ein oder anderen Situation durchaus hilfreich sein kann.

Ein Mensch mit dieser ausgeglichenen Energie steht, wie bereits erwähnt, wie ein Baum: Fest verwurzelt in der Erde und mit seiner Krone mit der Kraft des Himmels verbunden. Er ist im Hier und Jetzt verankert. Seine Handlungen sind fokussiert und die Energie kann zielgerichtet und angemessen eingesetzt werden.

### **3.2.2. Die unterstimulierte Energie**

Die für ein Pferd nicht wahrnehmbare Energie, die bei -10 eingeordnet wurde, muss man sich hingegen so vorstellen: Bei einem unsicheren Menschen ist dieses Oval nur schwach ausgeprägt und erscheint wie ein kaputter Fahrradschlauch, aus dem die Luft entwichen ist. Das Oval ist formlos und ohne jede Kraft. Menschen mit einer solchen Energie versuchen einer Konfrontation auszuweichen, indem sie versuchen so wenig Angriffsfläche wie möglich bieten.

Diesen Menschen geschieht es häufig, dass ihre Grenzen übertreten werden, weil diese für das Umfeld nicht wahrnehmbar sind.

Diese unterstimulierte Energie spiegelt sich häufig auch in der Körperhaltung. Der Blick ist gesenkt und haftet auf dem Boden, die Schultern sind leicht nach vorne gebeugt, das Gewicht ist vor das Becken verlagert und einen Blickkontakt zu halten fällt schwer.

Wäre dieser Mensch ein Baum, so hätte er eine sehr dünne Krone. Er ist zwar in der Lage zu stehen, ist aber nicht in der Lage Widerständen zu trotzen, da er nur einseitig verankert ist.

---

<sup>2</sup> vgl. Jenny Wild: Von Pferden lernen sich selbst zu verstehen, Stuttgart 2014, S. 28.

Die Energien stocken, da sie nur zur einen Seite fließen können. Zur Erde. Wurzeln brauchen jedoch die Sonnenkraft, um kräftig zu sein. Ein Sturm könnte diesen Baum daher leicht entwurzeln da die Wurzeln, wie auch die sonstige Energie, schwach ist.

Diese unterstimulierte Energie darf auf keinen Fall mit der bewusst zurückgezogenen neutralen Energie verwechselt werden, da die bewusst reduzierte neutrale Energie trotz ihrer Reduktion immer noch kraftvoll und mächtig ist.

### **3.2.3. Die überstimulierte Energie**

Die für ein Pferd als bedrohlich erlebte Energie, die bei + 10 eingeordnet wurde, muss man sich wie ein offenes Feld aus elektrischen Impulsen vorstellen, die ungeordnet um den Menschen herum in alle Richtungen schießen und dabei wirre und nicht identifizierbare Muster bilden. Die energetische Hülle von Menschen, die sich vorwiegend in dieser Energie befinden, ist häufig an vereinzelt Stellen nicht intakt, hat also in gewisser Hinsicht einen ‚Riss‘. Diese überstimulierte Energie gleicht weniger einem Kraftfeld, als vielmehr einem gut bewehrten Verteidigungswall.

Im Bild des Baumes gesprochen entbehrt ein Mensch in diesem überstimulierten Energiezustand jeglicher Erdung. Die Abwesenheit von tatsächlicher Kraft wird durch die Überstimulierung der Energie kompensiert. Viele dieser Menschen haben aber dennoch eine sehr ausgeprägte Krone. Durch die Krone stehen sie bildlich gesprochen in enger Verbindung mit dem Himmel und sind nicht selten sehr sensitiv und emotional nahezu hellsehtig. Da es aber an Erdung mangelt können die so wahrgenommenen Vorgänge nicht integriert und in eine adäquate Handlung umgesetzt werden, was häufig zu einer Überreaktion führt. Dieser Baum ist hochgradig instabil, da ihn die Überlast der Krone bei nur schwach ausgeprägtem Wurzelwerk bei der geringsten Einwirkung von Außen ins Wanken bringt und schließlich zum umkippen lässt.

### **3.3. Energetische Dysbalance als Abwehrmechanismus**

Natürlich befindet sich kein Mensch ausschließlich in dem einen oder anderen der oben genannten Energiezustände. Wir alle wechseln zwischen diesen drei Energieformen je nach Situation und je nach persönlichen Erfahrungen, die unsere Persönlichkeit geprägt haben.

Doch obwohl sie unseren Alltag in unterschiedlichem Maße prägen, sollte uns bewusst sein, dass der unter- oder überstimulierte Energiezustand keinem natürlichen Zustand entspricht, sondern in gewisser Hinsicht einen Abwehrmechanismus darstellt, der uns vor der Konfrontation mit unangenehmen Gefühlen schützt.

In welcher Energie wir uns befinden ist uns im Alltag häufig nicht bewusst. Pferde helfen uns, uns dieser Energie bewusst zu werden, da sie diese – im Gegensatz zu uns – sehr bewusst wahrnehmen.

Durch die Reaktion der Pferde auf unsere Energie erhalten wir den wertvollen Hinweis, dass wir uns in energetischer Dysbalance befinden und es somit ein Thema gibt, das wir klären sollten, wenn wir mit ihnen harmonisch zusammen arbeiten möchten.

#### **4.0. Beispiele zu meiner Arbeitsweise**

Wie bereits erläutert arbeite ich seit 2011 als Tierkommunikatorin. Caroline<sup>3</sup>, ein 14- Jähriges Mädchen, hat sich mit einem Problem mit ihrem Pferd an mich gewandt: Ihr Stute Tori droht im Gelände regelmäßig durchzugehen. Caroline möchte dem Pferd nicht im Maul reißen um es zu bremsen – und sie möchte schon gar nicht eine noch schärfere Zäumung verwenden.

Das Gespräch mit Tori ergibt, dass für sie im Schritt alle in Ordnung ist da in dieser Gangart Ruhe herrscht. Ihre junge Reiterin ist entspannt und kann sich gut mit den Bewegungen des Pferdes mitbewegen. Kommt es aber zu einer schnelleren Gangart, kommt Unruhe in die Reiterin. Tori schickt mir ein Bild von physischer Unruhe im Sinne eines nicht ausbalancierten Sitzes. Die Stute beschleunigt, ihrem natürlichen Impuls folgend, vor etwas Unangenehmen wegzulaufen. Nun kommt auch emotional Bewegung in Caroline. Sie bekommt Angst, dass die Stute durchgehen könnte. Ihre Handlungen werden unüberlegt, ihr Atem stockt, sie probiert dies und jenes, nichts fruchtet, sie bekommt Angst – Die Situation wird im wahrsten Wortsinn ein unangenehmer Selbstläufer.

Damit keine Missverständnisse aufkommen, muss an dieser Stelle klargestellt werden, dass natürlich nicht Tori die Situation in dieser Form analysiert hat. Sie hat mir die Situation in Bildern und ihre damit verbundenen Körpergefühle und Emotionen gezeigt, zu denen ich weiter nachgefragt und diese anschließend entsprechend formuliert habe.

Ich berichte Caroline von dem Gespräch und schlage ihr vor, nur die Gangart zu wählen, die sie physisch und emotional in aller Ruhe bewältigen kann. Als nächstes erläutere ich ihr detailliert, wie sie vorgehen kann, um vor allen Dingen psychisch und mental ruhig bleiben, wenn irgendetwas ‚aus der Ordnung‘ gerät und durch dieser Ruhe einen Raum zu schaffen, der ihrem Pferd Sicherheit gibt und in dem wieder Ordnung entstehen kann.

Der Gedanke, dass wir als die Menschen, die wir uns zum Zusammensein mit den Pferden entschieden haben, die Verantwortung für eine Energie tragen, die den Pferden Sicherheit gibt und in welcher wieder eine Ordnung im Sinne von Klarheit und Gegenwärtigkeit entstehen kann, war Caroline neu.

Sie probiert es aus uns schreibt mir nach drei Wochen eine E-Mail, in der sie folgendes berichtet:

„Am Mittwoch war ich ausreiten und habe mir wirklich Mühe gegeben, einerseits bei der

---

<sup>3</sup> Sämtliche Namen – auch die der Pferde – wurden geändert, um die Privatsphäre zu wahren.

Sache zu sein und andererseits ruhig zu sein. Und ich habe gemerkt, dass Tori unglaublich fein auf die Hilfen reagiert hat, und immer auch das Interesse hatte, möglichst gut und schnell das auszuführen, worum ich sie gebeten habe. Und ich habe gemerkt, dass ich, sobald ich mehr Kraft aufwenden muss um zu einem bestimmten Ergebnis zu kommen, nicht ganz ruhig bin, sobald ich das aber wieder "beheben" konnte, war auch Tori wieder ganz ruhig - das war ein seeehr schöner Ausritt! Am Freitag war ich reiten und Tori ist sofort, obwohl ich sie nicht einmal gerufen habe, einfach zu mir gekommen - mit aufgestellten Ohren :) Und es war meiner Meinung nach seeehr harmonisch. Und wenn Tori im Gelände dann wieder nervös wird (was ja an mir liegt) können wir dem jetzt *miteinander*, und nicht *gegeneinander entgegenwirken*. Noch mal vielen, vielen Dank dass du mit ihr geredet hast!!!“

Caroline interessiert sich nun sehr für meine Arbeitsweise und wir vereinbaren, dass ich bei ihr auf dem Hof einen Kurs gebe.

### Meine Arbeitsweise:

Ich erarbeite zunächst in einer theoretischen Einheit die Grundbedürfnisse von Pferden, mit dem Fokus auf ihren Wunsch nach Sicherheit.

Anschließend übe ich mit den TeilnehmerInnen planvolles und strukturiertes Handeln, um ein Bewusstsein für eigene Handlungsabläufe zu wecken und Situationen zu erkennen, in denen sie ‚nicht bei der Sache‘ sind, was wie bereits erläutert zu Folgeproblemen mit dem Pferd führen kann.

In den kommenden beiden Tagen werden die Basisübung und das zentrierte Longieren in Hinblick auf die individuelle Thematik erarbeitet, zunächst in Mensch-Mensch Übungen, darauf aufbauend mit dem Pferd. Als letztes werden die so erarbeiteten Aspekte auf dem Pferd - meist im Schritt - umgesetzt.

Im Rahmen der gemeinsamen Tage beobachte ich die TeilnehmerInnen nicht nur im Viereck. Jegliche Interaktion mit dem Pferd ist Gegenstand der Arbeit. Sei es nun die Pflege des Pferdes, oder die Art- und Weise, wie es geführt wird.

Diesen Vorgängen wird häufig viel zu wenig Bedeutung beigemessen. Aber genau bei diesen alltäglichen Handlungen können Probleme beim Reiten entstehen – oder gelöst werden.

Gleiches gilt für die Arbeit auf dem Boden. Ein alter Reitmeister hat einmal gesagt „Probleme beim Reiten löst man nicht auf dem Pferd sondern auf dem Boden.“<sup>4</sup>

Auf der im Rahmen des Kurses vermittelten Basis können die TeilnehmerInnen dann weitestgehend eigenständig mit den Pferden weiterarbeiten.

Alles was wir benötigen, um uns eine solide reiterliche Grundlage im Schritt, Trab und Galopp zu erarbeiten, können wir erfüllen, wenn wir gelernt haben uns unserer eigenen

---

<sup>4</sup> Leider weiß ich nicht mehr, in welchem der vielen Bücher, die ich in den letzten Jahren gelesen habe, das stand. Es hat sich mir aber eingepägt, da es zu einem zentralen Gedanken meiner Arbeit wurde.

Gefühle, Handlungen und Energie bewusst zu werden, die Reaktionen der Pferde als Hinweis auf unsere energetische Dysbalance und das mangelnde Gefühl von Sicherheit zu verstehen und über die Kenntnis unseres und des Bewegungsapparats der Pferde verfügen.

Außer uns und dem Pferd benötigen wir dann noch jemanden, der uns beobachtet und uns ein offenes, aber wertschätzendes Feedback zu dem gibt, was er wahrnimmt. Wenn das ein Reitlehrer tut – wunderbar. Falls es diesen nicht gibt, oder dieser sich auf Aussagen wie „Hacken runter, Oberkörper gerade, etc.“ beschränkt, ist jede Person, die ähnlich arbeitet und sensibel ist perfekt. Wenn es diesbezüglich gar niemanden gibt, ist eine einfache Videokamera auch sehr gut, so dass wir uns das, was wir getan haben im Nachhinein ansehen können. Das hilft häufig, um Rückmeldungen der Pferde zu entdecken, die wir bei der gemeinsamen Arbeit vielleicht übersehen haben und um uns selbst in unseren Handlungen objektiv wahrzunehmen.

Besonders zu Beginn dieser anderen Arbeitsweise nehmen wir nicht unmittelbar wahr, dass wir unser Zentrum verlassen haben. Physisch und Psychisch. Doch die stete Übung wird uns diesbezüglich immer sensibler machen.

### Caroline

Bei der gemeinsamen Arbeit mit Caroline und ihrem Pferd wird deutlich, dass Caroline ihre Vorgehensweise nicht strukturiert, sondern handelt, bevor sie weiß, was sie tun und erreichen möchte und darüber hinaus die Intention ihres Handelns nicht klar zum Ausdruck bringt.

Sie achtet nicht auf ihr Pferd und bekommt nicht mit, dass Tori beim Führen mit angelegten Ohren hinter ihr herläuft, gelegentlich in Carolines Richtung schnappt, und sich an der Idee erfreut Caroline vor sich herzutreiben. Weiterhin hat Caroline keinen visuellen Fokus, sowohl innerlich – als auch äußerlich, was dazu führt, dass Tori nicht erkennen kann, wo sie sich hinbewegen soll, oder wo sie sich beim Reiten gemeinsam hinbewegen.

Wir arbeiten an diesen Themen. Caroline nimmt eine andere Führposition ein, die es ihr ermöglicht Tori durch ihre eigene Wachheit zu verdeutlichen, dass sie weiß, wo sie langgehen werden, und nicht Tori die Richtung vorgibt. Darüber hinaus ermöglicht ihr die neue Führposition Tori zu korrigieren, sowie diese nach ihr schnappt.

Ich möchte an dieser Stelle noch einmal betonen, dass die Pferde bei dieser Arbeit nicht mit der Gerte oder Peitsche berührt – geschweige denn geschlagen - werden, nicht im Halfter gerückt wird und auch ansonsten keine Emotionen gegen das Pferd gerichtet werden.

Es handelt sich bei der Energiearbeit mit Pferden um eine ruhige, konzentrierte Arbeit, bei der die Menschen so wach und sich ihrer eigenen Energie bewusst sind, dass die immer wachen Pferde endlich wieder leise antworten dürfen, indem es ihnen ermöglicht wird, auf ein ausatmen durchzuparieren, da die Energie so fein und wohldosiert angewandt wird, dass ein vollkommenes entlassen der Energie durch ausatmen bedeutet: „Wir ruhen uns kurz aus.“

Wir arbeiten auch daran, dass die Bitte etwas zu tun – wenn die Voraussetzungen beim Menschen so sind, dass das Pferd auch in der Lage ist, dieser Bitte nachkommen zu können – fokussiert ausgeführt wird, so dass das Pferd nicht desensibilisiert wird, bzw. erarbeiten wir in den beiden Tagen, dass die bereits desensibilisierten Pferde, die es aufgegeben haben, zu versuchen unklare und diffuse Wünsche zu entschlüsseln, wieder sensibilisiert werden, indem sie erfahren, dass sie eine Chance haben auf Antrieb zu verstehen, um was der Mensch sie bittet.

Selbstverständlich kommen im Rahmen der Kurse auch die Pferde zu Wort. Nach dem ersten Tag der gemeinsamen praktischen Arbeit bitte ich auch sie um ein Feedback, in welchem sie mir mitteilen, wie sie ihren Menschen wahrgenommen haben und wie sich diese Arbeit für sie anfühlt. Diese Aussagen fließen dann in die praktische Arbeit des nächsten Tages mit ein.

### Louise

Ein weiterer wichtiger Aspekt meiner Arbeit „Klarheit über die eigenen Emotionen und die Fähigkeit, diese anzunehmen, bzw. an die Erde abzugeben“, lässt sich am Beispiel von Louise verdeutlichen.

Ich lerne Louise ebenfalls über eine Tierkommunikation kennen, um deren Durchführung sie mich bittet.

Sie hat große Probleme mit ihrem Pflegepferd Amira, das mittlerweile beißt, sowie sie in ihre Nähe kommt und bei der gemeinsamen Arbeit auch schon versucht hat gegen sie auszutreten. Im Gespräch bringt die Stute eine große Enttäuschung zum Ausdruck. Sie schildert, dass sie Dinge tun sollte, die sie nicht verstanden hat. Als sie dann das gewünschte in Ermangelung von Verständnis nicht getan hat, wurde sie mit Louises Wut konfrontiert. Sie hat dann einfach nur das zurückgegeben, was ihr entgegen gekommen ist.

Sie ermutigt Louise dazu, erst einmal ihre eigenen Themen zu klären, bevor sie wieder zusammenarbeiten. Sie laufe ja nicht weg.

In der gemeinsamen Arbeit - bei der wir nicht mit Amira arbeiten, weil deren Besitzerin Louise im Augenblick nicht gestattet mit ihr zu arbeiten - wird deutlich, dass Louise ein sehr impulsiver Mensch ist, der bei Überforderung und Frustration sehr schnell in Wut kippt.

Im Rahmen der gemeinsamen Tage arbeiten wir zunächst daran, dass Louise ein Bewusstsein für diese Gefühle bekommt. Anschließend erarbeiten wir eine Akzeptanz gegenüber diesen Gefühlen, anstatt sie zu ignorieren. Louise soll sich dazu bewusst eine Pause bei der Arbeit mit dem Pferd gönnen, um diese Gefühle wahrzunehmen und sie dann über die Wurzelatmung an die Erde abzugeben und wenn möglich eine Kraft, die älter und weiser ist als wir Menschen um Heilung für diese Gefühle und Erfahrungen zu bitten. Erst wenn der Mensch innerlich wieder ruhig ist und die Emotionen bereinigt sind, fährt er mit der Arbeit mit dem Pferd fort.

Sollte es aus verschiedenen Umständen nicht möglich sein, die Gefühle nach der Bewusstwerdung loszulassen, werden Alternativen erarbeitet. Will heißen: „Welche Zusammenarbeit mit dem Pferd ist mir unter den gegenwärtigen Umständen möglich, ohne dass ich Wut und Frustration empfinde?“

Am Nachmittag des zweiten Tages kann sich Louise Amira zum ersten Mal wieder nähern, ohne dass diese die Ohren anlegt. Louise hat es akzeptiert, dass sie gerade eine problematische Zeit mit Amira durchmacht und nährt sich ihr so ohne jeglichen Erwartungsdruck. Als Louise einfach nur ruhig bei Amira steht, legt diese sich in den Sand neben ihr und schläft. Louise sitzt eine halbe Stunde in unmittelbarer Nähe der Stute und ist glücklich über diesen Moment tiefer Verbundenheit.

Abschließend möchte ich noch die Feedbacks von Caroline und Louise im Rahmen dieses Aufsatzes wiedergeben, um so das zu beleuchten, was jede aus der gemeinsamen Arbeit mitnimmt.

#### Caroline:

„Zunächst einmal: Tori und mir geht's sehr gut, und ich habe bis jetzt viel von dem, was Du uns beigebracht hast, anwenden können. Z.B. dass man, wenn etwas nicht so funktioniert, wie man sich das vorgestellt hat, lieber kurz anhält, durchatmet, und sich überlegt, was genau nicht geklappt hat, bzw. wie man das ändern kann, anstatt mit seiner frustrierten Energie weiter am Pferd rumzuwürgen. Ich hatte letztens z.B. einen schlechten Tag, an dem irgendwie nichts gelingen wollte. Das Anhalten durch Ausatmen hat schon gar nicht funktioniert. Und weil ich deshalb zunehmend genervt war, wurde es, wie Du Dir sicher vorstellen kannst, nicht besser.

Ich habe dann gemerkt, dass das so keinen Zweck hat, und bin abgestiegen, habe mich gesammelt, auf meine Füße geachtet, tief durchgeatmet und vor allem mich bemüht, all die Sache, die Tori sehr gut gemacht hat auch zu würdigen und nicht nur das zu sehen, was nicht klappt.

Nach einiger Zeit Führen bin ich dann mit einem viel positiveren Gefühl wieder aufgestiegen und siehe da: Das Anhalten durch Ausatmen klappte auf einmal wieder wunderbar und Tori kaute erleichtert, weil ich wieder ‚normal‘ war.

Wie man an dem Text schon sehen kann, kann ich sehr viel aus dem Kurs mitnehmen, einerseits die schon aufgeführten Dinge, aber auch beispielsweise das Wahre des eigenen Raumes, und (das klappt schon immer öfter) an den Faden<sup>5</sup> zu denken, sowie die Beine locker ans Pferd fallen zu lassen.

Auch diese drei Stufen – bitten, möchten, darauf bestehen – erweisen sich als sehr hilfreich, wenn man das Pferd nicht aus dem Nichts überraschen will mit irgendeiner Hilfe, oder auch beim Longieren. - Auch hier konnte ich eine Menge mitnehmen, u.a. zentriert zu bleiben, den Druck bei gewünschtem Verhalten rauszunehmen, auch hier die drei Stufen anzuwenden etc.

---

<sup>5</sup> Hierbei bezieht sich Caroline auf ein Bild, das aus dem Centered Riding von Sally Swift stammt, und das ich ihr an die Hand gegeben habe.

Dich als Lehrerin zu haben, war sehr schön: Du warst immer geduldig mit uns, hast einen nicht bedrängt wenn man Zeit gebraucht hat, und hast immer sehr aufmerksam zugehört, so dass man sich Dir sehr gerne anvertraut hat. Auch dass Du viele Beispiele eingebaut hast war sehr hilfreich um wirklich zu verstehen, was Du meinstest.

Vielen, vielen Dank noch einmal, dass Du uns so viel beigebracht hast, was so nützlich ist!

### Louise:

„Der Kurs hat mir sehr gut gefallen. Es war genau das, was ich in jenem Moment gebraucht habe. Dank unseren und den Erzählungen der Pferde hast Du ein tolles, auf uns abgestimmtes Programm zusammengestellt mit den absoluten Basics im Zusammensein mit dem Pferd.

Auch möchte ich Dir sehr für das Gespräch mit Amira danken, es hat mich sehr ermutigt und die Sache anders ansehen lassen.

Ich nehme vor allem die Tatsache mit der Energie bei Pferden, und der wichtige Fakt der Sicherheit in der Beziehung mit.

Außerdem weiß ich jetzt endlich wie so bedeutende Pferdemenschen wie Klaus Ferdinand Hempfling das unter anderem anstellen, ein Pferd so frei um sich rum laufen zu lassen.

Auch der schon erwähnte Aspekt, die Sicherheit, ist so grundlegend und wichtig. Jetzt verstehe ich auf was man gucken muss und das es auch ein bedeutendes Ziel in jeder Pferd-Menschbeziehung ist, vielleicht sogar das Wichtigste...

Danken möchte ich dir auch für das klarstellen der menschlichen Emotionen gegenüber dem Pferd. Für mich persönlich das wütend sein... Das ist auch so unglaublich wichtig.

Die Mittel wie man zur Ruhe gelangt haben mir auch geholfen, genauso wie der fast essentielle Hinweis auf einen persönlichen Schutz während ich etwas mit dem Pferd vor anderen Menschen vormachen muss.

Du mit deiner tollen Art hast den Kurs genau so gestaltet und uns nur die Dinge gezeigt, von denen du absolut überzeugt bist. Das hat man gemerkt. Deine Herangehensweise an Pferde und auch an Menschen ist so positiv und ruhig, dass du genau die Richtige warst für den Zeitpunkt in meinem Leben. Du hast mich wieder ein großes Stück aus diesem Loch rausgeholt, indem ich mich befand, mit deinen Tipps, Anregungen und Persönlichkeitsverbesserungen, aber vor allem mit deinem schon erwähnten Wesen. Super geduldig, rücksichtsvoll und flexibel, so hast du dir auch mein Vertrauen erobert. Auch warst/bist du offen für alle Meinungen und deswegen erzählt man dir gerne seine Ansichtweise, weil man darauf vertrauen kann, dass du einen höchstens schief angucken würdest, aber nie einem das Gefühl der Dummheit weiterleiten würdest.“

### **5.0. Fazit**

Pferde werden von uns Menschen leider immer noch weitestgehend als ‚Sportgeräte‘ verstanden und benutzt. Der ursprüngliche Ansatz der klassischen Reitlehre wird in der Praxis auf etwas Äußerliches reduziert. Reiten wird zur Nachahmung einer physischen und psychischen Haltung degradiert.

Doch Reiten und die wie auch immer geartete Arbeit mit Pferden ist weitaus mehr. - Pferde sind keine ‚Sportgeräte‘. Sie sind beseelte Wesen mit der ganz besonderen Begabung uns bei unserem eigenen Weg behilflich zu sein. Pferde müssen ihren Weg nicht gehen. Sie sind bereits. Doch wir Menschen



sind es nicht. Wir befinden uns in einer stetigen mentalen Vorwärts- oder Rückwärtsbewegung, unterwerfen uns unseren, oder den Erwartungshaltungen anderer Menschen. Wir haben es verlernt, einfach nur zu sein. In diesem ‚Sein‘, womit ich meine ‚im Moment Sein‘ liegt die Freude, der Frieden und die Freiheit, nach der wir alle streben, ohne zu realisieren, dass es der konkrete Moment ist, der uns all dies ermöglicht. Wir befinden uns nicht in der Zukunft, wir befinden uns nicht in der Vergangenheit. Wir befinden uns genau da, wo wir gerade sind: Im konkreten Moment. Auf den noch ein Moment folgt, und noch ein Moment und aus der Summe dieser Momente webt sich unser Leben.

Beim Zusammensein mit Pferden müssen wir ihnen die Sicherheit geben die sie bedingungslos benötigen damit sie losgelassen und durchlässig mit uns arbeiten können.

Durch ihre Forderung unserer Gegenwärtigkeit, gepaart mit der Übernahme der Verantwortung für unsere Gefühle und angemessene Handlungen, können uns Pferde lehren, wie es uns gelingen kann, unser Leben zu leben - das niemals mehr ist, als der konkrete Moment und unsere damit verbundenen Gefühle und Handlungen.

Ich möchte dieses Fazit also mit einer Vision beschließen: Ich habe die Vision, dass wir Menschen das Geschenk der Pferde an uns verstehen lernen, indem wir lernen gegenwärtig zu sein, die Verantwortung für unsere Gefühle zu übernehmen und uns durch angemessene Handlungen Ausdruck zu verleihen.

Ich habe die Vision, dass wir lernen zu verstehen, dass es nicht darum geht, Pferde zu bezwingen und auszubilden, sondern dass es darum geht, unsere innersten Ängste mit Hilfe der Pferde zu überwinden und uns selbst auszubilden, im Sinne einer Persönlichkeitsbildung.

Ich habe die Vision, dass wir lernen den Pferden mit der gleichen Duldsamkeit, Klarheit und dem gleichen Sanftmut zu begegnen, mit denen sie uns begegnen.

Ich wünsche mir, durch meine Arbeit dazu beitragen zu dürfen, dass junge Menschen den Mut finden, sich der Weisheit der Pferde anzuvertrauen und durch ihre Hilfe und Unterstützung zu erkennen, dass es im Leben nicht darum geht äußere Erwartungen zu erfüllen, sondern vertrauensvoll den eigenen Weg zu gehen. Im Rahmen der individuellen Möglichkeiten und unter Berücksichtigung der eigenen Gefühle, mit einem Bewusstsein für die eigenen Fähigkeiten.

Es ist unser intuitives Wissen über diese Eigenschaft der Pferde, welches uns immer wieder zu ihnen hinzieht.

Ich habe die Vision, dass wir dieser Intuition vertrauen und die Herausforderung an uns selbst zu arbeiten annehmen, anstatt die Pferde ehrgeizig zu missbrauchen und blind gegen uns Selbst und das Sein zu verharren.