ARBEIT MIT DEN VIER ELEMENTEN

SCHAMANISCHE ARBEIT

MIT DEN PFERDEN

Die schamanische Arbeit mit Pferden ist das unmittelbare Eintauchen in die Natur mit den vier Grundelementen: Luft, Feuer, Wasser, Erde. Die Kräfte, die in jedem der vier Basis-Elemente verborgen sind, werden durch die Arbeit mit den Pferden hautnah erlebt – intensiv erfahrbar -, so dass sich diese Kräfte dem Übenden offenbaren. Und zwar auf eine Weise, die diese Begriff nicht weiterhin abstrakt bleiben, sondern vielmehr lebendig werden und so aktiv in unser Leben kommen lässt. Sozusagen können diese Kräfte eingeladen werden, damit wir zu einem kraft– und energievollen Leben gelangen. Was sind das nun für Kräfte und Energien, die hinter bzw. durch die Elemente repräsentiert werden?

DER MENSCH IM EINKLANG MIT DEN ELEMENTEN ERDE, LUFT, FEUER UND WASSER

Fotos: Kreutz - Fotolia
epantha - Fotolia

Element Erde

Beginnen wir bei der Erde. Sie besitzt stützende, Halt gebende und nährende Energien. Sie gibt uns die Möglichkeit in das Tätigwerden zu gehen. Wie wir handeln hängt davon ab, in wieweit wir die Energien der „Erde" in uns erwecken und aktivieren. Ist das Erdelement in uns nicht gestärkt und schwach, dann haben wir keine Wurzeln und es wird uns schwer fallen, einen festen Standpunkt einzunehmen und diesen zu vertreten. Wir sind nicht in der Lage Grenzen zu setzen und werden bewusst und in den allermeisten Fällen unbewusst Opfer von Personen und Situationen, die unsere Grenzen überschreiten. Dadurch werden uns Energien abgezogen, ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht. Wir sind darüber hinaus geneigt ja zu sagen, auch wenn wir eigentlich nein meinen. Die Konsequenz im Alltag ist, dass wir Respektlosigkeit statt Respekt uns gegenüber erfahren. Wir werden übergangen und können uns nur schwer Gehör verschaffen. Wir haben Schwierigkeiten unseren Standpunkt einzunehmen und zu vertreten. Unsere Persönlichkeit wird von den anderen „verwaschen" und als schwach wahrgenommen.

Ist dagegen das Erdelement in uns ausgeglichen, dann sind wir in der Lage unseren Standpunkt nicht nur einzunehmen, sondern auch in schwierigen Situationen zu vertreten. Wir fühlen uns wie ein „Fels in der Brandung" und können aus dieser „verwurzelten" Haltung heraus dem Leben entgegentreten. Wir werden von unseren Mitmenschen als eine starke Persönlichkeit mit klaren Grenzen wahrgenommen. Es gelingt uns nein zu sagen, wenn es für uns ein nein ist und unsere Grenzen werden respektvoll gewürdigt. Unsere zwischenmenschlichen Beziehungen werden von Klarheit, Respekt und Vertrauen getragen.

PFERDE HALTEN DEM MENSCHEN DEN SPIEGEL HIN UND DER MENSCH KANN SICH IN SEINEM VERHALTEN DARIN ERKENNEN.
Foto: Claudia Pircher

Element Wasser

Das Wasserelement besitzt die Fähigkeit des Fließens, es reinigt, bewegt und belebt. Ist in uns das Wasserelement blockiert, bilden sich sinnbildlich in uns „stehende Gewässer", die kein Leben bergen können und am Ende zu fauligen „Gewässer" werden. Ist das Wasserelement in uns nicht aktiv und ausgeglichen, heißt dies, dass wir nicht in Kontakt sind mit unseren Gefühlen. Unterdrücken wir unsere Gefühle, bilden diese in unserer Seele „gestautes Wasser", die es uns nicht ermöglichen, in Fluss mit dem Leben zu kommen. Wir fühlen uns innerlich wie äußerlich blockiert. Oftmals befinden wir uns dann in Lebenssituationen, in denen alles blockiert ist. Obwohl wir im Außen sehr aktiv sind, gelingt es uns nicht in Fluss zu kommen, um unsere Ziele zu erreichen. In uns kommt Frustration auf und das Leben wird als Kampf empfunden.

Sind wir dagegen in Kontakt mit unseren Gefühlen, sprich mit dem Wasserelement in uns, dann unterdrücken wir unsere Gefühle nicht, sondern nutzen vielmehr deren Botschaften um mit dem Leben in Fluss zu kommen. Auf diese Weise können sich keine Energien in uns anstauen, um uns zu blockieren. Wir „fließen" mit dem Strom des Lebens, erreichen unsere Ziele auf spielerische Weise und gehen einen „Tanz mit dem Leben" ein.

Element Feuer

Das Feuer ist die stark transformierende, wärmende und aufbauende Kraft. Ist diese Kraft in uns nicht erweckt, haben wir einen nur schwachen Willen. Wir fühlen uns unseren

SEMINAR SCHAMANISCHE ARBEIT MIT PFERDEN

- 01.11.2014 Gardasee Schamanische Arbeit mit Pferden, 4-tägiges Seminar

WEITERE INFOS & ANMELDUNG AUF WWW.PARACELSUS.DE

inneren Kräften und Energien kraftlos ausgeliefert und können somit auch im Außen nur schwer unsere Vorstellungen und Ziele verwirklichen.
Das Feuer, das sich in unserem Leben auch als Begeisterungsfähigkeit ausdrückt, fehlt und damit die Antriebsfeder aktiv das Leben als Selbstgestalter in die Richtung zu lenken, die wir uns wünschen. Brennt unser inneres Feuer nicht – es ist unsere seelische Kraft – dann fühlen wir uns energie- und kraftlos und wir befinden uns oft in „Energiekrisen", die sich als ausgebrannt sein und in Erschöpfungszuständen äußern.
Haben wir in uns das Feuerelement ausbalanciert, dann strotzen wir vor Kraft und sind unseren täglichen Aufgaben gewachsen. Energiekrisen kennen wir nicht. Im Gegenteil wir haben Energie im Überschuss und können an unsere Umwelt Energie abgeben und so auf die Lebewesen um uns herum positiv einwirken.

Element Luft

Das Luftelement ist eine alles durchdringende Kraft, die erneuernd, erfrischend und stärkend wirkt. Ist das Luftelement in uns nicht oder nur schwach aktiviert, kann es geschehen, dass wir von unseren Gedanken „terrorisiert" werden. Wir finden keine Ruhe mehr vor den ständig sich im Kreis drehenden Gedanken, die uns regelrecht zermürben. Wir haben die Herrschaft über unser Denken verloren und werden von diesem versklavt. In unserem Leben geschieht nichts wirklich Neues. Alles wiederholt sich in bereits bekannten und langweiligen Mustern, die wir, da wir uns in einer Gedankenhypnose befinden, nicht durchbrechen können. Ein Teufelskreislauf hat sich gebildet, aus dem wir nur herausfinden, wenn wir das Luftelement in uns harmonisieren.
Ist das Luftelement in Harmonie, setzen wir unser intellektuelles Denken in den uns geeignet erscheinenden Situationen ein, in denen es auf intellektuelle Fähigkeiten ankommt.
Wir sind dann nicht Spielball unserer Gedanken und seelischer Impulse, sondern „beherrschen" unsere Gedanken um unsere Ziele zu verfolgen.

Element-Wirkung

So erkennen wir, dass die Energien und Kräfte der vier Elemente - Erde, Wasser, Feuer, Luft - in uns wirken, aber nur dann segensvoll wirken, wenn wir sie in uns ausbalanciert haben.
Überwiegt ein Element in seiner Stärke und Äußerung kommt es zu einem Ungleichgewicht. So wie wir das Ungleichgewicht der Elemente in der Natur beobachten können, so können wir dies bei genauer Betrachtung auch in uns feststellen.
Betrachten wir doch nur einmal die Natur aufmerksam. Regnet es sehr viel, sprich zu viel, weicht die Erde auf und sie kann ihre nährende und haltgebende Funktion nicht mehr angemessen erfüllen.
So wie sich Gott in Seinem Wirken über die vier Elemente in der Natur ausdrückt, so drückt sich jedes Individuum über das Denken (Luft), Wollen (Feuer), Fühlen (Wasser) und Handeln (Erde) aus. Das Handeln ist dem Element der Erde zugeordnet, das Fühlen dem Wasser, das Wollen dem Feuer und das Denken der Luft. Jeder Mensch verfügt über diese vier Wesensglieder. Jeder Mensch sollte seine vier Wesensglieder unter seine „Herrschaft" bringen, damit er ausbalanciert und segensvoll gedeihen und wirken kann.

Welche Rolle spielen dabei die Pferde?

Folgende praktische Bedeutung haben Pferde für uns bei der bisher nur abstrakten Betrachtung der vier Elemente. In der Interaktion mit diesen majestätischen Wesen können wir hautnah und direkt erleben, wie das Handeln (Erde), das Fühlen (Wasser), das Wollen (Feuer) und das Denken (Luft) in uns beschaffen sind. Der Mensch erkennt eventuelle Unausgewogenheit im Zusammenspiel - in der Mensch/Pferd Interaktion - seiner vier Wesensglieder und kann nun regulierend eingreifen.
In den Übungen mit dem Pferd, die sehr einfach und von jedermann ausgeführt werden können, erkennt der Übende in wieweit er das Erdelement in seiner Psyche ausgeprägt hat, d. h. wie gut er in der Lage ist, Grenzen aufzuzeigen, die das Pferd beachtet. Der Übende erkennt, ob er in seinen Gedanken anwesend ist oder zu sehr vom Luftelement oder einem andern Element in Beschlag genommen ist.
Der Übende wird sich seinen Emotionen, die dem Wasserelement zugeordnet sind, gewahr und erfährt durch das Pferd die Botschaften der Gefühlsinhalte, die ihm vielleicht bisher sogar verborgen waren. Gefühle, die vielleicht über Jahre von ihm unterdrückt „stehende Gewässer" gebildet haben: Gefühle, die abgestanden und deshalb unbrauchbar geworden sind.

Warum gerade Pferde?

Pferde sind sehr hilfreiche „Gefühlsverstärker". Pferde haben ein sehr starkes „Gegenwärtigkeitsfeld", so-

PFERDE SIND SEHR HILFREICHE „GEFÜHLSVERSTÄRKER". PFERDE HABEN EIN SEHR STARKES „GEGENWÄRTIGKEITSFELD", SODASS DER MENSCH IN IHRER GEGENWART AUS DER EIGENEN GEDANKENHYPNOSE HERAUSTRITT UND IN TIEFERE SCHICHTEN SEINES SEINS VORDRINGEN KANN.
Foto: Claudia Pircher

dass der Mensch in ihrer Gegenwart aus der eigenen Gedankenhypnose heraustritt und in tiefere Schichten seines Seins vordringen kann.

Das Wollen wird ebenfalls durch das Pferd klar erkennbar, denn das Pferd reagiert sensibel auf die Intention der anderen Wesen in seiner Nähe. Ist der Wille des Menschen in seiner Interaktion mit dem Pferd schwach, können auch die stärksten äußeren Kraftanstrengungen nicht zu den gewünschten Resultaten führen, da es eben der Wille des Menschen ist, den die Pferde „lesen" können und klare und kräftige emotionale Anweisungen nötig sind um Pferde zu bewegen.

Das Feuerelement soll eine Stärke haben, die das Pferd zur gewünschten „Antwort"´ veranlasst.

Das Luftelement, das in uns das Denken repräsentiert, kann ebenfalls durch die Pferde emotional erkannt werden. Denn nur ein klarer von Sanftmut getragener Gedanke veranlasst das Pferd zu einer Kooperation mit dem Menschen. Das Pferd spürt die Emotion des Menschen, die er mit einem bestimmten Gedanken befördert. Pferde reagieren gern, wenn Gedanken des Menschen von Zuneigung getragen sind. Sind die Gedanken in Unordnung, inkongruent und vielleicht sogar chaotisch, dann werden die Reaktionen des Pferdes dies „spiegeln". Im übertragenen Sinne: Pferde halten dem Menschen den Spiegel hin und der Mensch kann sich in seinem Verhalten darin erkennen.

So können wir durch die schamanische Arbeit mit den Pferden unsere vier Wesensglieder des Denkens, Wollens, Fühlens und Handelns in eine harmonische Ausgeglichenheit bringen, sie stärken, um dadurch in unserem spirituellen Zentrum zu erwachen und damit Herrscher/in im eigenen Reich sein.

ALEXANDRA RIEGER
PSYCHOPÄDAGOGIN
RAIDHO-AUSBILDUNGSZENTRUM AM GARDASEE

TÄTIGKEITSSCHWERPUNKTE:
- Rhaido
- Alpha Training
- NLP
- Pferdegestütztes Lernen
- Schamanische Energiearbeit
- Seminarleiterin von Kursen an den Paracelsus Schulen

KONTAKT:
- riegeralexandra@gmail.com