



www.taketime2smellthehorses.com

Heilende Ferien mit Pferden
in Australien

FINDEN UND VERBINDEN Pferde als Wegbegleiter

*Jeder Mensch hat eine einzigartige Schwingung.
Unsere Lebensaufgabe ist es, diese Schwingung wiederzuentdecken,
dieses Abbild Gottes und einer Hoeheren Kraft.
Wir können einander helfen, unsere Schwingung wiederzuentdecken.*

Beate Maria Sommer

1986 bin ich aus Deutschland ausgewandert. Heute lebe ich an der Ostkueste Australiens auf meiner Farm *Aurora Valley* mit Blickrichtung Osten ueber ein Tal hinweg wo verstreut Kuehe grasen und regelmaessig Adler im Aufwind segeln. Die Sonnenaufgaenge sind spektakulaer und es vergeht kein Tag, an dem ich nicht dankbar bin fuer die Pracht der Natur und die wohltuende Stille der fuer deutsche Verhaeltnisse fast unvorstellbaren Weite.

Mit auf meiner Farm leben fuenf Pferde, zwei Hunde, drei Katzen, zwei Erwachsene und ein Kind. Ausserdem eine Vielzahl an Voegeln, ein Wallaby, sowie mehr- und keinbeinige Kritter. Meine Toechter sind erwachsen und ausser Haus. Ich folge meiner Leidenschaft des Pferdeunterstuetzten Lernens und Energieheilens.

Die Gegend wo meine Farm liegt heisst Northern Rivers. Sie ist etwa achthundert Kilometer noerdlich von Sydney und mit Byron Bay als oestlichstem Punkt des Kontinents nicht typisch fuer Australien. Manche sagen, es ist eine alternative Gegend, ein New Age-Paradies. Diejenigen, die alt genug sind, erinnern sich an die Hippies und Aussteiger der sechziger, siebziger und achtziger Jahre, die hier einen starken Einfluss ausgeuebt haben. Andere wieder betonen die Vielfalt der Einwohner. Wie dem auch sei, die Gegend uebt einen Zauber aus mit traumhaften Sonnenaufgaengen und leuchtenden Regenboegen, Buckelwalen auf ihrer Wanderung vor der Kueste, Wasserfaellen, Wellness-Centres, Yoga, Meditation, Musik, Tanzen und die besten Restaurants, oft mit organischen Produkten und fuer jede Diavorschrift passend.

Eine grosse Anzahl der Einwohner ist gesundheits- und umweltbewusst. 'Global denken, lokal kaufen' ist ein Motto das hier die 'Farmers Markets' entstehen liess, wo nur lokale Anbauer lokales Gemuese, Obst, selbstgemachtes Brot usw. verkaufen duerfen. Es ist genau der richtige Ort zum 'Sich Selbst Finden'.

Die Pferde auf *Aurora Valley* werden von mir nicht in der konventionellen Weise gehalten. Sie leben zusammen in einer Herde auf neuneinhalb Hektar mit einer Ecke Wald, einem plaetschernden Bach, etwas flachem und etwas huegeligem Terrain. Sie haben die Moeglichkeit sich gegenseitig zu kratzen und putzen oder

auch miteinander zu spielen. Dank des Klimas sind sie das ganze Jahr ueber unbedeckt und stehen so gut wie nie im Stall. Sie gehen barfuss und werden gebisslos geritten.

Aber nicht nur das, im Umgang mit den Pferden verbringe ich mit meinen Klienten, Studenten und Feriengaesten ausgewogene Zeit damit, nur auf der Weide mit ihnen zusammen zu sein und das zu tun was sie miteinander tun – naemlich nichts. Sich entspannen, nichts wollen... dem Kauen und Niesen lauschen und dem Vogelgezwitscher. Ihre Schoenheit bewundern und ihre Kraft bestaunen. Dem eigenen Atem folgen und seine Gefuehle bemerken. Nicht Tun, bloss Sein. Das erlaubt den Pferden, ihre Menschen mal zu fuehlen. Es ist schon was, gefuehlt zu werden!

Pferde sind reine Energieleiter und sind ehrlich in ihrer Kommunikation. Sie fuehlen sich sicher bei dem der Aussen das ausdrueckt was er innen fuehlt. Dann wissen sie woran sie sind. Wenn man sich seiner Gefuehle nicht bewusst ist und etwas ausdrueckt, das nicht mit der emotionalen Energie die sich in Einem gerade bewegt uebereinstimmt, dann entsteht eine Spannung welche die Pferde spueren. Pferde lieben es, wenn man echt ist. Dann entspannen sie sich.

Wir fangen immer mit uns selbst an. Uns selbst bemerken, unser Umfeld, die Pferde, ein bestimmtes Pferd, die Pferde untereinander und dann auch den Zusammenhang unserer verschiedenen Sinneswahrnehmungen... Hoeren, Sehen, Riechen, Spueren, Fuehlen und Denken. Dann spueren wir Tiefenentspannung am eigenen Koerper. Dies bildet die Grundlage fuer Wachstum, positive Veraenderung, Heilen, Freude und ein allgemeines Wohlbefinden.

Interessant ist es auch zu wissen, dass Pferde in ihrem Naturzustand andauernd tiefenentspannt sind, jedoch blitzschnell auf Gefahr oder andere Stimulationen reagieren koennen. Sie sind Meister ihrer Energie. Wenn die Bedrohung vorueber ist, geht ihr Nervensystem wieder auf Tiefenentspannung zurueck. Menschen sind genau anders herum – meistens angespannt und dann gehen wir in Urlaub oder zum Meditieren um uns kurzfristeg zu entspannen.

Auch sind Pferde in sich vollkommen und gleichzeitig Teil der Herde, ihrer Umgebung, von Mutter Erde und einer Hoeheren Kraft. Obwohl es so ausschauen mag als ob es einen Fuehrer gibt in der Herde und eine Rangordnung, sind das vielleicht nur Beschreibungen, die wir als Menschen brauchen um das Sozialsystem der Pferde zu verstehen und in unsere eigene Realitaet einordnen zu koennen.

Die Integritaet einer Herde ist wie ein fein gewobenes Netz in dem kein Herdenmitglied mehr oder weniger wichtig ist. Alle sind gleichberechtigt weil alle souveraen sind. Wenn jemand souveraen ist, hat sie es nicht noetig, eine Hierarchie zu etablieren oder Dominanz zu beweisen. Die Notwendigkeit fuer Konkurrenz stellt sich erst gar nicht. Jeder weiss wer er ist und durch dieses innere Sich Kennen fuehlt man sich auch mit Allen und Allem verbunden.

Ein solcher Grad an Empfindsamkeit gegeneuber sich selbst und anderen ermoeoglicht es, zu erkennen wann der Zeitpunkt ist zum Zuruecktreten und wann zum Vortreten, wann zum Tun und wann zum Lassen, wann zum Etwas sagen und wann zum Stillsein... denn wir sind miteinander verbunden und damit auch mit einer Kraft die Gutes nur will wenn es fuer Alle gut ist.

Gewisse Pferde bieten sich in bestimmten Situationen zur Fuehrung an. Zum Beispiel ist *Echo*, die zur Futterzeit als zweitunterste in der Rangordnung steht, die Stute die auf Ausritten im Gelaende in angsterregenden Situation meistens die Fuehrung uebernimmt. So geht sie auch vor dem Wallach *Buffalo*, der im Alltag der Herde der 'Leithengst' ist. Sie schauen alle nach ihm und respektieren ihn. Er fuehrt seine Herde in einer gerechten und liebevollen Weise. Die Stute *Rose*, die zur Futterzeit so dominantes Verhalten zeigt, dass ihr alle ausser *Buffalo* sofort weichen, ist im Alltagsleben der Herde nicht die Leitstute. Das ist *Tammie*, die aelteste Stute. Sie ist die Matriarchin und wenn die Herde aus der grossen Weide heimgerufen wird und sie kommt, dann kommen alle.

Im Umgang mit Klienten hat jedes Pferd einzigartige Qualitaeten. Regelmassig ist es die Stute *Echo* die sich zur Klientin stellt wenn sie sich verwundbar zeigt. Dann legt sie ganz sacht den Kopf auf ihre Schulter oder steht still bei ihr und schliesst die Augen. *Echo* selbst ist hoch empfindsam und im Umgang mit ihr kann man viel lernen ueber eine Staerke die aus der Verwundbarkeit herauswaechst. *Buffalo* hingegen ist direkt. Er erkennt nach was gefragt ist, kommt her, macht es, steht oft noch eine Weile ueber der Person und geht dann. Und wenn er dann so ueber einem steht, fuehlt man sich geehrt und beschuetzt. Auch ist er voller Lebensenergie und spielt gern. So hat jedes meiner Pferde seine (ihre) einzigartige Schwingung, so wie wir Menschen auch.

Pferde kennen sich und durch dieses innere Sich Kennen spueren sie die Verbundenheit mit ihrer Herde (Familie), ihrer Umgebung (Freunde, Gemeinde, Natur, Tiere, Welt) und mit einer Hoeheren Kraft. Sie haben sozusagen den Leim der sie zusammen haelt, innen und aussen.

Bei vielen Menschen ist dieser Zusammenhalt geschwaecht durch einen Mangel davon waehrend der Kindheit. Vielleicht haben wir nicht genug warme Umarmungen erhalten und die fuer ein Kind notwendige Unterstuetzung nicht gespuert, um alle Teile in uns zu vereinen. Das koennen wir mit den Pferden erleben, was uns wiederum hilft im Zusammensein mit den Menschen.

Hier ist eine Reihe hilfreicher Fragen um in sich selbst zu kehren:

1. Wenn ich meine Aufmerksamkeit nach innen richte, welchen Teil meines Koerpers bemerke ich und was empfinde ich dort? z.B. Kribbeln, kalt, weich, verspannt, usw.
2. Was ist mit meinem Atem? Atme ich tief, flach, schnell...?
3. Was fuer Gedanken gehen mir gerade durch den Kopf? Was fuer innere Stimmen sprechen zu mir? Sind sie kritisch, urteilend, hart...? Oder sind sie hilfreich, kreativ, liebevoll?
4. Was fuer eine Emotion ist mit all diesen Empfindungen verbunden? Was fuer ein Gefuehl bewegt sich gerade in mir?
5. Wie will ich mich fuehlen?
6. Was brauche ich jetzt?

Denken Sie an ein GPS. Sie koennen ihr Reiseziel eingeben, aber nach was fragt das GPS zuerst? Nach Ihrem Standort. Wo sind Sie? Und was braucht das GPS um Ihren Standort bestimmen zu koennen? Ein Signal und Verbindung! Die Verbindung stellen wir mit unserem Atem her und mit der Absicht in uns zu kehren her. Wenn wir wissen wo wir sind, koennen wir bestimmen wo wir hin wollen.

Zu Beginn bedarf es etwas Übung, sich auf all das zu konzentrieren. Nach einer Weile merkt man dann wie es sich auszahlt. Während wir in uns kehren, haben auch die Pferde (oder ein anderer Mensch) die Gelegenheit uns zu spüren. Es entsteht ein bewusster Energieaustausch durch den man sich selbst, sein Gegenüber und sein Umfeld besser kennenlernt und der eine gute Grundlage ist für selbstbewusstes (sprichwörtlich) Lernen und im allgemeinen für gesunde Beziehungen sowohl mit Tier und Natur als auch mit den Menschen. Als gesund ausgeglichener Mensch erleben wir Verbundenheit mit uns selbst, einer Höheren Kraft, unserem Gegenüber, unserem Umfeld und der Menschheit.

Ursprünglich bin ich als Psychotherapeutin ausgebildet. Da die Pferde schon seit langem meine Wegbegleiter sind, habe ich eine Fortbildung in Pferdeunterstütztem Lernen und Heilen hinzugefügt.

Aurora Valley bietet mit Herz, Spass und Fingerspitzengefühl geleitete Einzel- und Gruppenerfahrungen in Pferdeunterstütztem Lernen und Heilen. Die 'Retreat Stays' auf *Aurora Valley* im Hinterland von Byron Bay in Neusuedwales sind bei Gästen aus der ganzen Welt als 'Heilende Ferien' beliebt. Ein Gast aus Deutschland nannte *Aurora Valley* "Das Haus der Gruenen Ruhe".