

## **BEGEGNUNGEN**

### **Finden und Verbinden**

Fuehle dich selbst.  
Fuehle dein Pferd.  
Lass dein Pferd dich fuehlen.

Fuehlen fuehrt zu Begegnen.  
Begegnen fuehrt zu Finden.  
Finden fuehrt zu Verbinden.

Lasse dir Zeit.  
Lasse deinem Pferd Zeit.

Erkenne dich selbst in schwierigen Situationen. Ziehst du dich eher in Hilflosigkeit zurueck oder versuchst du eher, eine Loesung zu erzwingen? Wirst du wuetend? Kommen dir die Traenen aus Frustration? Oder wie reagierst du sonst? Erkenne dein Gewohnheitsverhalten und waehle ein frisches, kreativeres Verhalten. Dafuer musst du dir Zeit und Ruhe nehmen.

Habe Geduld mit dir selbst und mit deinem Pferd.

Verbinde dich mit deinem Pferd und lasse es die richtige Antwort finden. Tu dasselbe fuer dich.

Reite und trainiere mit emotionaler Selbsterkenntnis und mit einer inneren und auesseren Einstellung, die nicht statisch ist sondern lebendig durch Aufmerksamkeit zu dir und zum Pferd.

Manchmal moegen dir Uebungen "schrecklich langweilig" vorkommen, wie eine Schuelerin bemerkte, jedoch sind genau diese Uebungen aufmerksam, stressfrei, geduldig und einfuehlsam; dies nicht durch 'Action' sondern durch 'Sein' (fuehlen und sich fuehlen lassen) und ruhiges, bewusstes 'Tun'.

Gesundes Fuehren entsteht nicht durch Dominanz oder durch Alpha-Pferd sein, sondern durch "Komm mit mir" und "Danke schoen". Du kommst deinem Pferd nicht dadurch naeher, dass du seine Naehesuchst, sondern wenn du dir selbst nahe stehst. Dasselbe gilt auch fuer menschliche Beziehungen.

Hier profitieren Pferd und Reiter gemeinsam als Team und der Mensch generell im Leben. Durch diese Art mit Pferden zu sein, veraendert sich dein ganzes Leben im Positiven.

Fuehle dich selbst.  
Fuehle deinen Mitmenschen.