Pferdedenker

Fragen, statt fordern.
Ab-, statt aufrüsten.
Staunen, was reicht.
- Fabienne Lemke

Herzlichen Willkommen bei *Pferdedenker werden.*
Wie schön, dass Dein Weg Dich hierher geführt hat.

Im Folgenden möchte ich Dir einen kleinen Einblick in die *Pferdedenker* Philosophie geben.
Dir das *Pferdedenker*-Sein näher bringen und Dir einen Vorgeschmack auf ein geplantes Buch geben.

Ich wünsche Dir viel Freude beim Lesen, allerhand Emotionen, Inspiration und ein wundervolles Lächeln.

Alles Liebe,
Deine Fabienne

© Copyright 2022 Fabienne Lemke
Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

„ATME", sagt das Pferd.
„Ich kann nicht", sage ich.
„STEH AUF", sagt das Pferd.
„Wo soll ich hin?", sage ich.
„ZU DIR", sagt das Pferd.
„LASS LOS, KOMM IN MIR ZUR RUHE UND ATME."
„Ich weiß nicht, wie das geht", sage ich.
„FÜHLE die Erde, streck Dich zum Himmel, dann öffne die Augen und SEI", sagt das Pferd.
„Lass uns den Weg gemeinsam gehen", sagt es. „Wo Du mutlos bist, trage ich Dich. Wo Du klein bist, bin ich groß. Erinnere Dich, wer wir waren. Sieh, wer wir sind. Lass geschehen, wer wir werden."
„Wo ist der Weg?" frage ich. „Ich kann nichts sehen."

„WIR GEHEN DOCH SCHON", sagt das Pferd.

Verfasser: Andrea Schmidig

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

(Sich) SELBST - BEWUSST - SEIN

Bevor Du nun meine Gedanken, Wünsche und Ideen lesen wirst, fragst Du Dich sicher, was bedeutet die *PferdedenKer* Philosophie eigentlich? Ist das eine Reitweise, eine Methode für Pferdetraining? Ich werde versuchen, Dir diese Frage zu beantworten.

Zwischen allerhand aufkommenden und altbewährten Trainingsansätzen stehend, beginnt oft ein Wanken und Stolpern, sich kurzzeitig festhalten an etwas, um es dann doch wieder loszulassen und nach etwas Neuem zu greifen. Es fallen Namen von Begründern gewisser Reitweisen, wissenschaftliche Erkenntnisse über Lerntheorien, Analysen eines jeden Gesichtszuges des Pferdes und rasch das Gefühl, eine Schublade zu brauchen, in die man gesteckt werden kann. Welche Reitweise wird praktiziert, nach wem arbeitet man, ...
Welch weitreichende Folgen dies haben kann, wird im ersten Moment übersehen.
Ist es doch ein verunsicherter Mensch neben dem Pferd, der daraus hervorgeht.
Von der einen Gruppe wird man verurteilt, weil man sein Pferd reitet, von der anderen, weil man longiert, die nächste missbilligt das Zubehör und überhaupt, “Der hat ja ganz traurige Augen!”.

Wo gehöre ich eigentlich hin?
Was mache ich da mit meinem Pferd?
Ist mein Pferd überhaupt glücklich?

Suchend nach dem zielführenden Weg zu einem glücklichen, gesunden Pferd und wahrer Freundschaft zieht Dich jede Sparte zu einer anderen Seite und ein sicherer Stand wird schwierig. Dabei ist es nicht der Boden, von dem Du weggezogen wirst, sondern am Ende Dein Pferd.

So bleibt das Pferd selbst doch stets der größte Lehrmeister.

- Rudolf Binding

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Ja, Dein Pferd kann glücklich sein, auch wenn es mal Stress hat.
Ja, Dein Pferd kann Spaß am Reiten haben.
Ja, Dein Pferd kann Dich lieben, auch wenn es mal keine Lust auf Training hat.
Ja, Du findest den für Euch beide richtigen Weg.

Offene Augen zu haben und sich nach links und rechts umzuschauen ist gut, sehr gut sogar. Orientierungspunkte zur Wegfindung und Geländer zum Stützen. Doch verliere dabei nicht Deinen eigenen Weg aus den Augen, während Du nur auf die Wegweiser anderer schaust.
Sag ja zu Dir und zu Deinem Weg!
Du kennst Dein Pferd am besten. Sieh es an, höre ihm zu und Du wirst wissen, was das Richtige ist. Du musst zu keiner Gruppe gehören und zu keiner Reitweise. Es muss nicht alles übermäßig analysiert werden.
Pferde lesen keine Bücher und interessieren sich nicht für Analysen, Theorien oder die Meinungen anderer. Sie leben im Hier und Jetzt und vertrauen einzig und allein auf ihre Gefühle. *Bewusstsein* ist so wichtig. Bewusst zu handeln zum einen, aber doch auch zum anderen unbedingt sich seiner selbst-bewusst-sein. Schau auf Deinen eigenen Weg, denn nur dieser hat Dich bis hierher gebracht.

Nach wem ich arbeite? Nach mir.
Welche Reitweise ich praktiziere? Meine.
Orientiere ich mich irgendwo? Ja.
Doch ich treffe meine eigenen Entscheidungen. Nach Gefühl und immer **pro Pferd**.

Das ist meine Philosophie. Die *Pferdedenker* Philosophie. Keine Methode und kein System.
Finde heraus, was Dich glücklich macht.
Finde heraus, was Dein Pferd glücklich macht.
Und vertraue auf Dein Gefühl und *denke für Dein Pferd.*

© Copyright 2022 Fabienne Lemke
Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Und so bin ich schon vor einiger Zeit von dem Weg abgekommen, den ich früher bestritt. Der Weg des konventionellen Pferdetrainings.
Warum dieser es nun nicht mehr ist und auch nie mehr werden wird, möchte ich Dich gerne wissen lassen, bevor wir weitermachen.

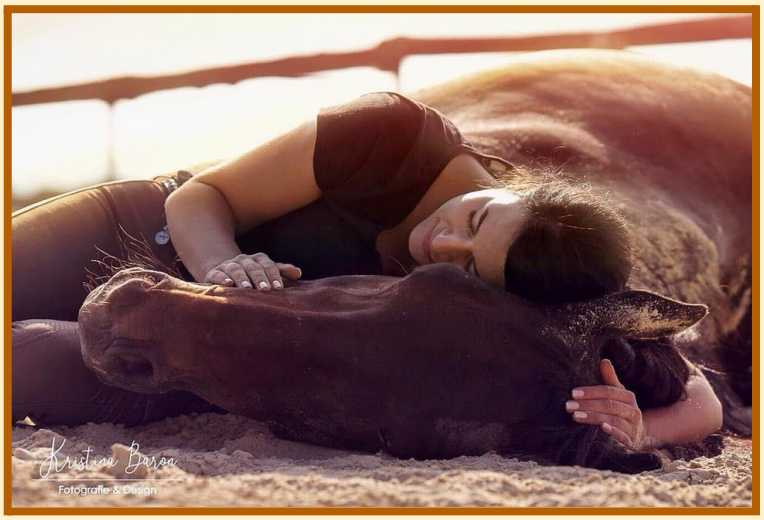
WARUM ICH KEIN NATURAL HORSEMANSHIP MEHR MACHE
oder wie ich ein Pferdedenker wurde

Natural Horsemanship.
Natürliche Pferd Mensch Beziehung.
Klingt erstmal gut. So eine natürliche Beziehung zu seinem Pferd ist erstrebenswert.
Dafür gibt es auch vielerlei Systeme, die einem dies versprechen.
„Wenn Du Dein Pferd da berührst, dann…“
„Wenn Du dort stehst, dann…“
„Wenn Dein Pferd das und das macht, dann…“

Knöpfe drücken, um bestimmte Reaktionen hervorzurufen.
Klingt einfach, Pferdetraining nach Schema F. Quasi für jeden umsetzbar, Training nach Anleitung in einem sicheren System.
Leider stehen diese Systeme und dieses Training, das sich „Horsemanship“ nennt oftmals unter dem Zeichen von Druck und Erwartungen. Um es universell kompatibel für jeden Pferdebesitzer zu machen bleibt kaum Raum für Individualität und selbstbestimmtes Denken, kein Raum für Fehler.
So soll man häufig z.B. vor seinem Pferd stehen und so lange und so vehement mit dem Strick wedeln, bis das Pferd rückwärts geht.

© Copyright 2022 Fabienne Lemke
Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Pferde kommunizieren über Körpersprache. Die kleinste Drehung ihrer Ohren drückt etwas aus. Sie spüren eine Fliege auf ihrem Fell.
Und dann geht der Mensch daher und behauptet, er mache pferdefreundliches Training, und ist dabei so aktiv in seinem Tun.
Ich möchte hier ausdrücklich keine Pauschalisierung treffen.
Doch erlebe ich im Alltag sehr häufig Pferd-Mensch-Paare, die zuvor bei sogenannten Horsemanship Trainern waren und die eben genau über dieses durch Druck geleitete System ausgebildet wurden.



Hier geht es nicht um klare und ehrliche Kommunikation, kognitives Denken, positive Bestärkung und Raum für Fehler und Selbstreflexion, sondern um: „Mach das und das, sonst…“.
Häufig funktioniert das sogar. Das Pferd geht dann rückwärts, seitwärts, vorwärts, weicht usw..
Doch es tut das, weil es gelernt hat, dass ihm sonst physischer oder psychischer Druck widerfährt. Und nicht, weil es aktiv in seinem Denken gefördert wird und auf natürliche Weise auf unsere Körpersprache reagiert. Dieses Prinzip heißt negative Verstärkung.
Oft sind die Menschen in meinem Training sehr erstaunt, dass ihre Pferde zum Beispiel nur über Atmung, innere Bilder und Energie zu bewegen sind. Und, dass sie Fehler machen dürfen und sollen, um ihr Verhalten reflektieren zu können und eigene Ideen zu entwickeln.
Es heißt dann: „Schau mal, ich drehe meine Schulter ein, was könnte ich meinen? Magst Du mir folgen?“ und nicht „Komm mit, sonst mach ich Druck!“.

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Argumentiert wird häufig damit, dass die Pferde in der Herde untereinander ja auch über Druck kommunizieren.
Doch wann passiert das tatsächlich mal?
Meist kommen sie doch außer zum Spielen oder zur Fellpflege gar nicht in direkten Kontakt miteinander. Bevor das nämlich geschieht, wird zunächst über allerfeinste Signale und Gesten kommuniziert.
Selbst wenn Druck ins Spiel kommt - wo ist es natürlich, einem Pferd auf Kommando ein Rückwärtsrichten beizubringen, eine Hinterhandwendung oder ein Seitwärts?
Pferde REagieren in der Natur so, aber selbstbestimmt und nicht auf Knopfdruck.
Also wie realitätsnah ist es, die Pferd-Mensch-Beziehung mit der Pferd-Pferd-Beziehung zu vergleichen vor dem Hintergrund eines Trainings.

Ich persönlich denke bei Horsemanship inzwischen meist an Menschen, die ihre Pferde mittels Druck in ein System drängen und Pferde, die ohne jeden Glanz die immer gleichen Lektionen abspielen und funktionieren.

Natural Horsemanship.
Natürliche Pferd Mensch Beziehung.
Befassen wir uns doch wieder mit der Natur der Pferde. Ihrem Wesen. Lernen wir, sie zu lesen und wir lernen, mit ihnen zu kommunizieren.
Lasst uns *Pferdedenker* sein. Denken wir für unsere Pferde.
Wenn Du Dich dafür öffnest, dann wirst Du schnell erkennen, dass Dein Pferd darauf reagieren wird, denn...

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

DEIN PFERD IST DEIN SPIEGEL

oder warum Pferde niemals lügen

Das Pferd ist Dein Spiegel. Es schmeichelt Dir nie. Es spiegelt Dein Temperament. Es spiegelt Deine Schwankungen. Ärgere Dich nie über Dein Pferd, denn Du könntest Dich ebenso über Dich selbst ärgern.

- Rudolf Binding

Sich dafür öffnen, kleinste Gesten und Zeichen zu erkennen, sie zu reflektieren und an ihnen zu wachsen erfordert einen freien Geist, ein hohes Maß an Ehrlichkeit und vor allem eines: Mut.
So ist es doch der am einfachsten zu beschreitende Weg, nur seine eigenen Bilder als wahr gelten zu lassen und seine Realität geradlinig zu strukturieren. Klar gesetzte Ziele, Wege und Grenzen. Ein begrenzter Raum für Individualität, Fehler, Zweifel und Heilung.
Besonders wächst die Beziehung zu dem Pferd doch aber, wenn wir mit offenen Augen dem gegenüberstehen, was wir selbst gerade ausstrahlen.
Jede Idee einer Bewegung, ist ein Wort des Pferdes. Der Wunsch nach einem Dialog.
Doch es ist nicht ein jeder bereit, in diesen zu treten.
So bedeutetet dies schließlich, sich selbst gegenüberzutreten. Die Tür für die Wahrheit zu öffnen und mag sie noch so unbequem sein.
Eines ist sicher, es gibt kein Pferd, welches nicht diesen Wunsch hegt. Wirklich gehört zu werden. Nun ist es an uns, auch zu *er*hören.
Ein ‚Nein' einmal wachsen zu lassen und zu bestärken. Seinen Grund zu

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

finden, anstatt es zu übertönen. Nur so ist es möglich, überhaupt eines Tages ein wahrhaftiges und ehrliches ‚Ja' zu erhalten.
Dazu muss jedoch als erstes unverdeckt das ‚Nein' erkannt werden, woran doch so viele scheitern. Denn wo wir oftmals schnell die Stimme erheben, so flüstern unsere Pferde doch meist. Wird dieses Flüstern aber erhört, wird es bald lauter und klarer erklingen und bald jedes Wort des Pferdes ganz deutlich.
Dem ‚Nein' seine negative Behaftung nehmen und alles wird plötzlich einfacher werden.
Es ist doch wunderbar, in einer Beziehung zu sein, in der man sich stets offen gegenübertritt und einander ohne Zögern die Wahrheit sagen kann - ohne mit negativen Konsequenzen rechnen zu müssen. Ist es nicht das, wonach wir alle streben?
Doch bei den Pferden ist Ehrlichkeit gleichsam mit Ungehorsam und Widersetzlichkeit.
Welch verkehrte Welt... Ignoranz ist die Kunst, mit offenen Augen nicht sehen zu wollen.

So werde Du Dir klar darüber, dass Authenzität das ist, was es bedarf, um die Seele Deines Pferdes wirklich und wahrhaftig zu entdecken.
Das ist nicht einfach und es ist auch nicht einem jedem vergönnt. Doch es ist möglich.
Beginne jetzt damit, Deinen Weg zu gehen.

Doch jener welcher Weg, der Deiner sein soll, er ist häufig so kurvig und steil und voller Sackgassen, dass Du beginnst, an ihm zu zweifeln.
Führt er Dich überhaupt an Dein Ziel?
Um diese essentielle Frage beantworten zu können musst Du erst einmal wissen:
Was ist Dein Ziel?

Nur wer sein Ziel kennt, findet den Weg.

- Laozi

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Turniere gewinnen.
Mit Halsring reiten.
Die neueste Schabracke.
100 Likes für das Reitfoto.

Mein Pferd überall hinführen zu können.
Auf meinem Pferd reiten.
Meinem Pferd vertrauen.
Dass mein Pferd mir vertraut.

So unterschiedlich können Pferdemenschen ihre Ziele formulieren.

Mein persönliches Ziel für jedes Pferd-Mensch-Paar, das ich begleite:
Verbindung. Eine wahre, ehrliche, vertrauensvolle Verbindung.
Der Weg zu diesem Ziel ist lang, kurvig, hat Abzweigungen, Sackgassen, geht bergauf und bergab.
Auf diesem Weg ergeben sich viele tolle Zwischenstopps. Jedes, der oben genannten Ziele kann einer davon sein. Aber auch Dinge, die nicht funktionieren.
Manchmal muss man in eine Sackgasse gehen, nur um zu erkennen, dass man wieder umkehren muss, um weiterzukommen.
Oben genannte Wünsche sollten Nebeneffekte des Weges zu einer Freundschaft sein, aber keine primären Ziele.
Wer verbissen ein Ziel verfolgt, der verliert oft das Wesentliche aus den Augen.

Stelle Dir vor, Du befindest Dich auf einer Straße.
Das Ziel ist die Verbindung zu Deinem Pferd, die Du am Ende der Straße erreichen kannst.
Um dorthin zu gelangen musst Du gehen, einzelne Schritte, einen Fuß vor den anderen.
Jeder Schritt ist ein Zwischenschritt in Eurem Training, in Eurem täglichen Umgang, in Eurem Miteinander.

© Copyright 2022 Fabienne Lemke
Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Konzentriere Dich also auf die kleinen Dinge und lasse Dich von Hindernissen und Kurven nicht vom Ziel abbringen. Wenn Du meinst, Du musst eine Abzweigung nehmen in der Hoffnung eine Abkürzung zu finden, dann tu das.
Wenn es nicht weitergeht, frage Dich nicht als Erstes, wie Du es doch noch schaffen kannst und renne mit dem Kopf gegen eine Mauer, sondern schlage einen anderen Weg ein: frage Dich, warum es nicht funktioniert hat. Das Ziel zu erreichen ergibt sich nur aus dieser Frage und deren Antwort.

Es wird auch Tage geben, an denen es besonders steil bergauf geht und anstrengend wird, Du vielleicht sogar nochmal einen Schritt zurück gehen musst.
Aber auch Tage, an denen die Straße bergab geht und Du umso schneller voran kommst.

Was für Ziele hast Du mit Deinem Pferd? Schreibe sie auf, nur für Dich. Und wirf in einem Jahr noch einmal einen Blick auf genau diese Liste. Dort können viele kleine Dinge stehen, zum Beispiel:

- der erste Ausritt alleine
- einmal frei zusammen tanzen
- einen Tag gemeinsam in der Sonne faulenzen
- ans Meer fahren
- einen Trick lernen
- . . .

Aber dort wird ganz sicher auch ein großes Ziel, ein großes Wort stehen:

FREUNDSCHAFT

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Doch was bedeutet Freundschaft eigentlich und wie kann ich mit einem Pferd befreundet sein? Ist das überhaupt möglich, wo ich doch in so großen Teilen das Leben meines Pferdes bestimme?
Zunächst musst Du ein Freund für Dein Pferd sein, damit es Dir einer sein kann.

Sei Deinem Pferd ein Freund.

Freunde sind füreinander da, vertrauen sich.
Lachen und weinen zusammen, motivieren einander auch einmal, sich anzustrengen und mutig zu sein. Streiten und vertragen sich wieder. Gehen stets gemeinsam über steinige Wege und stärken sich gegenseitig.

Freundschaft und Freiheit mit unseren Pferden bedeutet also nicht, zu allem Ja zu sagen.
Es bedeutet vielmehr, auch mal ein Nein zu erkennen und dies zu respektieren.
Es bedeutet, immer das Beste für den anderen zu wollen und auch mal seine eigenen Bedürfnisse zurückzustellen, Kompromisse einzugehen.

Lerne, Dich selbst zu reflektieren, Dein Pferd besser kennenzulernen und auch Dich selbst.

Ist Dein Ziel immer die Freundschaft, so wirst Du auf diesem Weg viele Kurven gehen, Hindernisse überwinden und es mag auch mal einiger Schritte zurück bedürfen.
Doch das Ziel hast Du immer vor Augen und auf diesem Weg werden sich so viele andere, wundervolle Dinge ergeben, wenn Du nicht danach fragst.

Ein Satz, den ich so häufig im Unterricht sage:

„Einfach mal nur da sein. Einfach mal nichts fragen.“

© Copyright 2022 Fabienne Lemke
Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

So häufig ist es der Mensch, der über das Pferd bestimmt.
Wir bestimmen, wo es lebt. Mit wem es lebt. Was es frisst. Was es macht. Was es trägt. Was es erträgt bzw. ertragen muss ...
Sollten wir ihm da nicht Entscheidungsfreiraum lassen, wenn wir zusammen sind und aktiv Zeit miteinander verbringen? Nicht immer und nicht bei allem, denn in einer Freundschaft darf jeder mal zu Wort kommen. Aber seine Meinung sollte das Pferd immer sagen dürfen, wir sollten sie immer erhören und dann wohl bedacht handeln und entscheiden.

DAS GEHEIMNIS DEINES PFERDES

Ich habe ein Geheimnis.
Ich wünsche mir mehr Freiheit.
Ich wünsche mir eine große Wiese, einen Wald und einen Bach.
Ganz viel Platz, sodass ich ganz weit wandern kann, jeden Tag.
Aber nicht allein. Eine große Herde wäre toll, mit Stuten und Hengsten, mit Fohlen und Älteren.
Ich will mit ihnen die Welt erkunden. Ich will spielen und raufen und wieder zur Ruhe kommen.
Ich wünsche mir viel Futter. So viel, dass ich immer essen kann, wann ich will und so viel ich will. Ich will auch selbst entscheiden können, was ich esse. Weil ich selber weiß, was ich brauche und was mir gut tut.
Ich wünsche mir einen Freund, der mich begleitet und von dem ich mich nicht wieder trennen muss.
Ich wünsche mir, eigene Entscheidungen treffen zu können. Ganz für mich alleine. Wann ich schlafe, wann ich esse, wann ich mich bewege.
Ich wünsche mir, respektiert zu werden und dass man mich nicht übergeht.
Ich möchte machen, worauf ich Lust habe.

© Copyright 2022 Fabienne Lemke
Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Ich wünsche mir, mich frei bewegen zu können. Ohne Dinge an mir, die drücken und schmerzen.

Ich wünsche mir, dass Du mein Freund bist.

Ich kann wohnen und leben, wo ich möchte.
Ich kann Zeit verbringen, mit wem ich möchte.
Ich kann reisen und Abenteuer erleben, ich kann mich entspannen und ausruhen.
Ich kann immer essen, so viel ich will und was ich will und brauche.
Ich ziehe nicht ständig von meinem besten Freund weg oder er zieht weg.
Ich kann selber entscheiden, wohin ich gehe, mit wem, was ich aus meinem Leben mache.
Ich kann machen, was ich möchte.
Ich möchte respektiert werden und wer das nicht tut, von dem trenne ich mich.
Mein Pferd kann all das nicht.

Ich stelle es in einen begrenzten, eingezäunten Raum.
Ich bestimme, wann es wie viel und welches Futter bekommt.
Ich entscheide, wo es lebt und mit wem.
Ich entscheide, wie es seinen Tag verbringt.
Ich entscheide, wie es behandelt wird bei Krankheit.
Ich bestimme über seinen Körper und somit auch über seinen Geist.
Ich möchte mein Pferd respektieren.
Kann ich das überhaupt wirklich?

Ich kann mich **bemühen**.
Ich kann seine Sprache verstehen lernen und erkennen, was es möchte, was es sich wünscht. Das dann respektieren und umsetzen.
Ich kann ihm erlauben, seine Meinung auszudrücken und das kann es nur über seinen Körper. Und das kann durchaus auch mal ein Schnappen sein oder ein Keilen. Denn das ist

© Copyright 2022 Fabienne Lemke
Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

dann Schreien des Pferdes, welches kommt, nachdem ich die ruhigen Worte und das Flüstern ignoriert habe. Und wenn mein Pferd mich anschreit, sollte ich nicht zurückschreien, dass es aufhören soll, sondern mich fragen: Was habe ich getan, dass mein Pferd mich anschreien muss?

Ich kann mich über sein Ja freuen und auch über sein Nein. Weil es sich traut, Nein zu sagen und daran wachsen wird. Weil ich es so besser kennenlerne und unsere Beziehung stärken kann, indem ich das Nein akzeptiere und eine Alternative biete.

Ich kann darüber nachdenken, wie unnatürlich das Leben meines Pferdes eigentlich ist. Weil ich es so mache.

Ist es wirklich selbstverständlich, dass mein Pferd bereitwillig tut, was ich will?

Nicht über den Zaun springt und wegläuft? Sich am Halfter führen lässt? Auch an unheimlichen Dingen vorbei? Mich auf sich reiten lässt? Irgendwelche Tricks vollführt?

Mein Pferd braucht mich nicht. Es braucht mein Müsli und mein Leckerchen nicht, kein Halfter und keinen Sattel. Es braucht nicht geritten werden oder Zirkuslektionen.

Aber - ich kann diese Dinge zu etwas machen, was meinem Pferd gefällt. Was es gerne macht und wofür es sich selbst entscheidet. Wenn ich verstehe, dass es doch auch ohne auskäme. Wenn ich dankbar bin, dass so ein großes starkes Tier bereitwillig all das tut, wofür es nicht bestimmt ist. Wie bei jeder Beziehung - man muss etwas dafür tun.

Ja sagen, Nein sagen, Lachen, Weinen, Streiten, Kämpfen, Abenteuer erleben, Entspannen, Gespräche führen, sich kennen- und verstehen lernen, gleichberechtigt sein.

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Auch Freunde schimpfen mal miteinander. Lachen übereinander. Sind mal unfair zueinander. Pushen sich gegenseitig. Lassen mal 5 gerade sein. Tun mal Dinge für den anderen, zu denen man selbst eigentlich weniger Lust hat.
Das gehört alles zu einer guten Freundschaft dazu.
Wir halten uns Pferde zu **unserem** Vergnügen.
Also ist es doch das Mindeste, diese Haltung so natürlich und schön für unsere Pferde wie möglich zu machen. So freundschaftlich, wie möglich.
Also denke, wie Dein Pferd denken würde.
Sei ein *Pferdedenker.*

KONTROLLE

und wie wundervoll es sein kann, sie abzugeben

Bei all den Gedanken an Freundschaft und Freiheit und Gleichberechtigung dürfen wir nicht vergessen, wen wir uns da als Freund wünschen.
Ein 600kg schweres Tier, um genauer zu sagen ein Fluchttier.
Ein Tier mit Instinkten, welches eine völlig andere Sprache spricht, als wir.
So geraten wir Menschen oft in den Wunsch nach Kontrolle.
Das eigene Bedürfnis nach Sicherheit, welches das Überleben sichert, ist so fest in uns verankert, wie der Fluchtinstinkt in unseren Pferden.
So wirst Du Dich sicher mal selbst dabei erwischen, wie Du in vielen alltäglichen Situationen mit Deinem Pferd Deinem Kontrollwunsch unbewusst nachgehst. Beginnt es doch damit, dass Du Deinem Pferd ein Halfter anziehst, einen Strick anhängst und es so kontrolliert führst.
So wichtig und berechtigt diese Gefühle und Handlungen sind, so darf nicht vergessen werden, dass sie oft unberechtigter Weise auch viel Raum im aktiven Zusammensein mit dem Pferd erhalten. Das heißt zum Beispiel im Training.

© Copyright 2022 Fabienne Lemke
Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Ich möchte an dieser Stelle keinesfalls zu kopflosen Handlungen aufrufen und daher unbedingt betonen - Sicherheit geht immer vor.
Ich beziehe mich vielmehr auf die vielen kleinen Entscheidungen, die wir im Training mit unseren Pferden treffen, die wir mit etwas mehr Bewusstsein sicher häufig anders treffen würden. Häufig erhascht uns ein Bedürfnis nach Sicherheit, auch wenn in diesem Moment unsere Sicherheit gar nicht bedroht ist. Wir haben einfach ein unbewusstes Bedürfnis nach Kontrolle. Ich habe diese Momente und Du hast sie ganz sicher auch, oder?
Kennst Du diese Momente, von denen ich spreche? In denen Du kurz überlegen musst, ob das jetzt okay ist, was Dein Pferd da macht? Zum Beispiel bocken beim Angaloppieren, beim Longieren ungefragt die Richtung wechseln, ...
Ich beziehe mich hier ausdrücklich auf Situationen, in denen das Wohlbefinden des Menschen nicht durch das Handeln des Pferdes gefährdet wird.

Um zu entscheiden, was nun richtig und was falsch ist. Wann Kontrolle und Korrektur angebracht sind und wann nicht, versuche Dir eine jede Handlung Deines Pferdes durch einen Satz zu ersetzen. Überlege, was genau Dein Pferd Dir mitteilen möchte und aus welcher Intention heraus Dein Pferd gerade handelt.
Natürlich habe auch ich mit meinen Pferden Momente, in denen sie lieber spielen möchten, ich aber in die Rolle des Personaltrainers rutsche und sagen muss “Nein Pony, ein paar Schritte Travers machen wir noch, denk an Deine Bauchmuskeln!”.
Doch wenn ich immer nur fordere, wie soll mein Pferd sich dann selbst frei entfalten? Wie soll es Spaß haben an dem, was wir gemeinsam tun?
Was würde Dein Pferd dazu sagen?

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

„Wenn ich nur darf,
wenn ich soll,
aber nie Kann,
wenn ich will,
dann mag ich auch nicht, wenn ich muss.
Wenn ich aber darf,
wenn ich will,
dann mag ich auch,
wenn ich soll,
und dann Kann ich auch, wenn ich muss.
Denn schließlich ist es doch so:
Die Können sollen, müssen auch wollen dürfen.", Heinz Schirp

Erlauben dürfen. Erlauben sollen. Erlauben müssen.

In einer wahren Freundschaft bestimmt nie nur einer. Der andere darf immer MIT-entscheiden.
Gute Freunde spornen einander auch mal an, motivieren sich gegenseitig, gehen Kompromisse ein, streiten und vertragen sich wieder.
Sie gehen auf die Bedürfnisse des anderen ein.
Viele Pferde fangen erst wirklich an zu strahlen, sobald man ihnen das Halfter auszieht und sie wählen lässt. Dann muss man natürlich mit den Konsequenzen leben und auch die Entscheidung des Pferdes akzeptieren lernen.

Schaffst Du das, erhältst Du ganz bestimmt wunderschöne Geschenke von Deinem Pferd.
Sei dafür offen für ein gemeinsam bestimmtes Miteinander.

© Copyright 2022 Fabienne Lemke
Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Ein Tag hat 24 Stunden. Durchschnittlich zwei davon verbringen wir mit unserem Pferd.
Was machen wir in diesen zwei Stunden?
Putzen, reiten, füttern?
Was machst Du, wenn Du Dich mit einer Freundin triffst?
Erzählen, wie Euer Tag war, was Euch im Moment beschäftigt, etwas tolles unternehmen, was beiden Spaß macht, dafür vielleicht auch Kompromisse eingehen.

Ich möchte, dass mein Pferd sich auf die Zeit mit mir freut. Dass es sich zu nichts gezwungen fühlt und sich aktiv dafür entscheiden kann, mit mir zu gehen oder nicht, meine Fragen mit Ja zu beantworten oder nicht.

Dein Pferd möchte heute nicht longiert werden, dann macht etwas anderes. Stichwort: Kontrollbedürfnis. Dir bricht doch dadurch kein Zacken aus der Krone. Was soll schlimmstenfalls passieren?
Hast Du eine gute Beziehung zu Deinem Pferd, wird es am nächsten Tag nicht sagen: „Ätsch! Ich weiß, dass ich nicht muss, wenn ich nicht will - also lass ich's!".
In einer Freundschaft nutzt man sich nicht aus.
Gestalte doch am nächsten Tag das Longieren einfach cooler und spannender, Dein Pferd wird dankbar sein, dass es MITentscheiden durfte und sich besonders bemühen.

Wenn Dein Pferd Nein sagt, dann weil das für es die einzig richtige Antwort ist. Überdenke Deine Frage, die Art und Weise des Fragens und die Intention dahinter. Wie wichtig ist es, dass Dein Pferd heute rechts herum longiert wird? Ist es das Durchsetzen Deiner Frage wert, Druck zu nutzen, damit ihr nachkommt? Oder wäre

© Copyright 2022 Fabienne Lemke
Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

mal nur links auch okay? Oder ist es wichtiger, dass ihr Spaß miteinander habt und Dein Pferd weiß, dass es erhört wird?
Setze Deine Prioritäten richtig.

Beginne bereits das erste Zusammentreffen positiv. Nimm Dir Zeit fürs Begrüßen, fürs Putzen und fürs Aufwärmen, lass auch mal das Training ausfallen und massiere oder streichle nur.

Was bedeutest Du für Dein Pferd?
Was denkt es im ersten Moment, wenn es Dich sieht? Spiele doch mal mögliche Antworten in Deinem Kopf durch.
Wie guckt es dabei, wenn es Dich kommen sieht?
Macht es einfach mit, weil es gelernt hat, sich hilflos zu verhalten, da ihm sonst Konsequenzen drohen?
Oder freut es sich ehrlich und kommt auf Dich zu?
Kommt es frei mit und bleibt bei Dir oder tut es das nur wegen dem Seil?

Was für eine Freundschaft ist das, wo man sich trifft und der eine immer bestimmt, was gemacht wird und der andere muss mitmachen, egal wie er es findet.
Und was sagt es über den Bestimmenden aus, wenn der auch noch Spaß dabei hat?

WER BIST DU FÜR DEIN PFERD?

vom Lernen und Lehren

Stelle Dir vor, es ist Dein erster Schultag.
Der Lehrer kommt und zieht Dir eine Kette durch den Mund und über die Nase. Er zieht heftig daran, schlägt Dich mit einer Peitsche, wenn Du flüchten willst und schreit Dich an.
Wie wird wohl Deine Beziehung zu diesem Lehrer werden?

© Copyright 2022 Fabienne Lemke
Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Und wie wirst Du überhaupt über Schule denken?

Zwingt man ein Kind zum Balletttanzen, anstatt es dazu zu motivieren, wird es niemals herausragende Leistungen erbringen.

Zwinge ich das Kind, ist es bereit nur so viel zu tun, wie nötig ist, um keine Sanktionen zu erwarten.
Motiviere ich das Kind, kann es Hervorragendes leisten.
Hier liegt der Unterschied zwischen Fügsamkeit und echtem Engagement.

Mit Pferden ist es ebenso.
Ehrliche Motivation ist das, worum es geht, worin der Schlüssel zu allem liegt.

Wie kann sich jemand anmaßen, sich über ein anderes Lebewesen zu stellen und zu sagen "Du tust, was ich Dir sage, sonst tue ich Dir weh!"?
Geht man so mit einem Partner um, kann man Gehorsam entstanden aus Angst erwarten, aber keine ehrliche Motivation.
So jemand ist nicht gleichberechtigt, sondern wird gezwungen und dominiert.
Doch sollte es nicht darum gehen, Freude an der Zusammenarbeit zu finden?
Stellt man ein Fluchttier vor eine Konfrontation gibt es nur zwei Auswege: Kampf oder Flucht.
Gleichberechtigtes Pferdetraining bietet eine Alternative, nämlich *Partnerschaft.*

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

DOMINANZ

oder ein längt vergangenes Märchen

Wenn etwas nicht klappt, hört man gleich: “Du musst härter werden! Du musst zeigen, wer der Chef ist! Pass auf, der ist schon viel zu dominant! Du hast ein Dominanzproblem mit Deinem Pferd!”

Pferde können nicht ihren Mund öffnen und uns verbal mitteilen, was sie gerade möchten und was nicht. Sie kommunizieren über Körpersprache. Wenn ein Pferd also unter dem Reiter buckelt, sollte man nicht “härter” werden und es darin bestärken, dass ein Reiter auf dem Rücken unangenehm ist, sondern versuchen zu verstehen, was das Pferd einem damit sagen möchte, also das Problem eruieren, um es anschließend zu lösen.

Steigt ein Pferd und ich schlage es zur Bestrafung, bestätige ich es darin, wie unschön es gerade in meiner Nähe ist und, dass auch ich einen Kampf will. Und das kann wirklich gefährlich enden, denn einen Kampf mit einem 600kg schweren Tier kann man nur verlieren.

Alleine das Wort “Dominanz” findet in meinem Pferdetraining keinen Platz. Ich will mein Pferd nicht dominieren. Ich will, dass es mir gerne die Führung überlässt und sich mir freiwillig anschließt. Und das tun Pferde, wenn die Beziehung stimmt, denn sie geben gerne die Verantwortung, ständig aufzupassen ob Wölfe kommen ab. Sie sagen gern: “Ich möchte

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

mich nicht unterwerfen, aber einer von uns beiden sollte die Führung übernehmen und ich würde mich freuen, wenn Du das tust."
Eines der ersten Dinge, die ich beim Kennenlernen mit neuen Pferd-Mensch-Paaren klarstelle: wir zwingen das Pferd niemals zu etwas, das es nicht will. "Der muss da jetzt durch" gibt es nicht. Meinen Partner oder meine beste Freundin zwinge ich auch nicht zu tun, was ich will. Ein Pferd, dass mit seinem Menschen nicht bereit ist, alles zu tun und überall hinzugehen, sieht ihn (noch) nicht als gleichberechtigten Partner und da sollte angesetzt werden, anstatt nur mit Druck und Zwang Symptome zu bekämpfen.

Liebevolle Konsequenz:
Es geht nicht darum, dass man keine Grenzen aufzeigen soll, sondern um die Art und Weise der Kommunikation und zu entscheiden: wähle ich Konfrontation oder Partnerschaft? Zwinge oder motiviere ich? Welche Art von Partner würdest Du Dir wünschen?

Um unserem Partner Pferd so viel Entscheidungsfreiraum zumessen zu können, müssen wir vorher eines erkannt haben: Pferde sind wundervoll.
Das klingt oberflächlich, oder? Du denkst Dir jetzt: "Ist doch klar, das wusste ich schon vorher. Das weiß ich schon, seit ich vier bin."
Und da liegt der Punkt. Du wusstest es schon, als der Pferdevirus Dich infiziert hat. Und doch hat sich Deine Sichtweise seitdem etwas geändert, wenn Du einmal ehrlich zu Dir bist.

BEWUSSTSEIN

Als Kind haben die Augen schon gestrahlt, als man sich die Reitstiefel anzog.
Putzen, streicheln, führen, waren das Größte.
Wenn man dann mal ein Privatpferd trocken reiten durfte, war man der König und grinste stolz von einer Backe zur anderen.

© Copyright 2022 Fabienne Lemke
Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Den Duft der Pferde sollte es als Raumspray geben, die Wände des Zimmers mit Pferdepostern tapeziert sein und jede freie Minute am Stall verbracht werden.

Inzwischen haben wir Reitbeteiligungen oder sogar eigene Pferde. Wir fahren wie selbstverständlich täglich in den Stall, das Pferd versorgen. Wir haben unseren eigenen Spind, ein eigenes Halfter und den Aigle Gummireitstiefeln (wer hatte sie nicht?) und Fahrradhelmen sind Lederstiefeln und Hightech Reithelmen gewichen.
Aber ist all das selbstverständlich?

Ich freue mich jeden Tag aufs Neue auf meine Pferde, ich freue mich auf jedes Pferd, das ich begleiten darf. Ich streichle sie gerne und stecke meine Nase in ihr warmes Fell, ich flüstere ihnen zu, wie schön sie sind und wie gern ich sie habe.
Ich komme immer noch in den Stall, sehe mein Pferd an und denke: "Wow, das ist MEIN Pferd. Nur meins!". Jeden Tag weiß ich diesen Luxus zu schätzen.
Nur noch selten sehe ich jemanden mit einem Lächeln reiten. Man schaut konzentriert, verbissen oder gar genervt.
Kennen wir nicht alle diese Leute, die schon mit so einem Gesicht den Hof betreten? Oder die, die sich nie blicken lassen und deren Pferde verwahrlosen? Die, die nur zum Füttern kommen? Die, die kommen, reiten und gleich wieder fahren?
Kein Streicheln, kein Flüstern, kein Lächeln.
Dabei sind diese Momente so wichtig, in denen wir innehalten und uns bewusst werden, dass so ein großes und kraftvolles Tier bei uns ist und wir es sogar unser Eigen nennen dürfen. Dass wir es reiten dürfen, dass es uns folgt, dass es sich uns anschließt.

Erinnere Dich zurück an diese Anfänge im Reitstall. Bewahre Dir diese Gefühle und schätze Dein Pferd. Jeden Tag.

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Doch wie fing damals eigentlich alles an? Nicht mit den Themen, die Du heute hast. Selbstreflexion, Persönlichkeitsentwicklung, Freiarbeit, Spazierengehen, usw.
Wir landeten doch (fast) alle bei den Pferden wegen einer Sache...

DAS REITEN

oder: warum reiten wir?

Begonnen hat alles einmal aus praktischen Zwecken, es war eine Notwendigkeit.
Doch heute ist es nicht mehr nötig, zu reiten. Also hast Du Dir diese Frage schon einmal gestellt? Warum reiten wir?
Diese erste Antwort wäre wohl: Spaß. Spaß für wen, ist dabei klar - für uns Reiter.
Denn unsere Pferde sind nicht dafür gemacht, Menschen auf ihren Rücken zu tragen, dafür sind ihre Körper nicht konstruiert worden.
Und doch wollen wir, dass unsere Pferde motiviert und freudig mitarbeiten.
Wenn wir sie also schon reiten, dann doch wenigstens so, dass wir ihnen damit nicht schaden, sondern etwas Gutes tun.
Aber so einfach ist das nicht, denn kein Pferd geht daher und denkt "Oh, jetzt geh ich ein Travers, das ist gut für meine Bauchmuskeln" ...
Also sollten wir nicht nur gesundheitsfördernd reiten, sondern vor allem anderen motivierend.

Unsere Pferde brauchen unser Reiten nicht, sie brauchen kein Schulterherein und keine Anlehnung. Und doch fragen wir sie danach.
Wir bringen sie also in für sie vollkommen unnatürliche Situationen.

© Copyright 2022 Fabienne Lemke
Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Und wozu? Zu unserem Vergnügen.

Pferde sprechen nicht unsere Sprache, verstehen viele unserer Fragen nicht (wie auch?) und wir erhöhen auch noch den Druck, wenn die gewünschte Reaktion nicht kommt.
So erreicht man sicher kein motiviertes Pferd und so gewinnt man erst recht keinen Freund.

Also wenn wir schon daher gehen und Tiere einsperren, die nicht dafür gemacht sind, eingesperrt zu werden, wenn wir sie reiten, obwohl ihre Körper dafür nicht konstruiert wurden, wenn wir Dinge von ihnen verlangen, die wider ihrer Natur sind, dann sollten wir ihnen doch eine Stimme erlauben.
Wir sollten zuhören und Zeichen erkennen. Wissen, wann es genug ist, wissen, wann Grenzen überschritten sind, besser noch - wann Grenzen nahen.
Fragen stellen: "Kannst Du...?", statt "Du musst!".
Eine Freundschaft bieten, einen vertrauensvollen Raum schaffen, Liebe und Geborgenheit spenden, Ruhe ausstrahlen, zuhören. Pferdeflüstern heißt nicht, den Pferden etwas zu zuflüstern, sondern ihr Flüstern zu (er)hören.

Es sollte nicht darum gehen, dass ich Spaß habe. Das ist leicht, über ein Feld galoppieren macht mir Spaß, einen fliegenden Wechsel reiten macht mir Spaß, piaffieren macht mir Spaß.
Doch - macht das auch meinem Pferd Spaß?
Was mir immer am meisten Freude bereitet, ist Zeit mit meinem Pferd zu verbringen. Es zu beobachten, meine Hände in seinem Fell zu vergraben, seinen unvergleichlichen Pferdegeruch zu riechen. Zu kuscheln, neben ihm gemeinsam zu laufen und neue Dinge zu erkunden, es jeden Tag noch besser kennenzulernen, ein Team zu sein, sein Vertrauen zu spüren. Seine Motivation und Freude zu sehen. Und ich bin mir sicher, diese Dinge machen ihm auch Spaß.

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Und hier liegt der Unterschied zwischen Oberflächlichkeit und Tiefgang, zwischen "Bekannten" und "Freunden".
Zwischen "Ich muss mit Hengstkette spazieren gehen und ob ich mein Pferd von der Wiese geholt kriege ist Glückssache, aber wir können Galopp-Pirouetten reiten und mein Pferd kann sich auf Kommando verbeugen!" und "Mein Pferd galoppiert zwar keine Pirouette, aber auf der Wiese auf mich zu, folgt mir frei auf Schritt und Tritt und legt sich neben mir zum Schlafen hin.".

Nehme ich mir die Zeit, mein Pferd lesen zu lernen? Nehme ich mir die Zeit, meine eigenen Bedürfnisse hinten anzustellen? Diese Fragen sollte sich jeder Pferdebesitzer einmal stellen.
Denn so sollte es in einer funktionierenden Beziehung doch laufen, oder? Gleichberechtigung, keine Unterdrückung, keine Dominanz, kein Zwang.
Sondern ein Dialog, Fragen, Wünsche.
Doch das ist schwer, das bedarf Geduld, Zeit und vor allem Selbstreflexion.
"Hätte ich nach den zwei tollen Runden Galopp besser aufgehört? Aber es hat so viel Spaß gemacht, da wollte ich nochmal...", wer kennt das nicht?
Halten wir uns einmal selbst den Spiegel vor. Reflektieren wir die Erfüllbarkeit unserer Erwartungen und vergleichen wir die Ansprüche und Prioritäten unseres Pferdes und unserer selbst.
Ich habe in den letzten Jahren viel an mir gearbeitet und habe die Beziehung zu meinem Pferd durch das Einstellen von Erwartungen unglaublich stark weiterentwickelt.

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

GLÜCK

und warum es von Erwartungen abhängt

Also gehe ich jeden Tag ohne Erwartungen und ohne Vorgabe in den Stall. Ziel: Zeit zusammen verbringen und alles, was sich dabei ergibt ist toll. Wer genau plant, hat Erwartungen und will diese erfüllt wissen. Das lässt keinen Platz mehr für Spontanität, Intuition und Überraschungen.

Also: Weniger erwarten und mehr erreichen.
Und Augen auf - schau hin.
Verlang nicht zu viel, es geht nie um Wollen, sondern viel mehr um Können.
Geh zurück zum Ursprung und frage Dich, was Glück wirklich bedeutet.

Der eine ist glücklich, wenn das Pferd einen Wechsel springt, der andere über eine Platzierung und der nächste über eine neue Schabracke.

Für mich bedeutet Glück, jeden Tag auf diese Wiese zu gehen, zu rufen und mein Pferd brummelnd auf mich zulaufen zu sehen.
Seine Nähe zu spüren, sein weiches Fell, seinen warmen Atem zu fühlen und seinen unvergleichlichen Geruch zu riechen. So läuft doch alles am Ende auf eines hinaus:

DANKBARKEIT

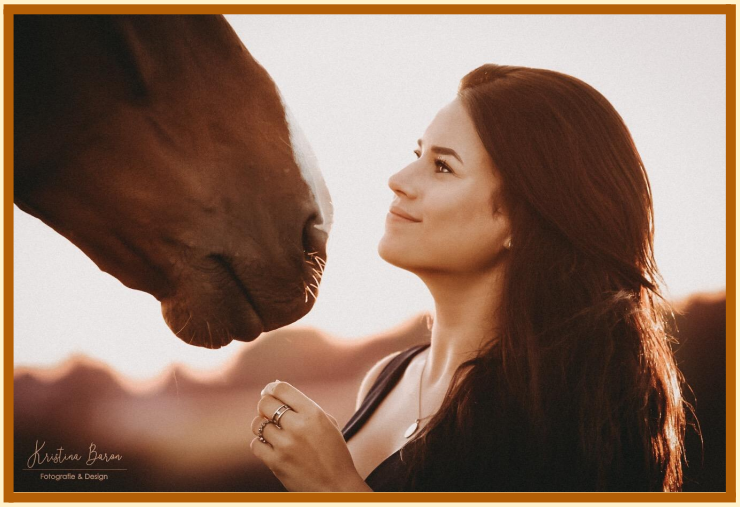
Ich denke, viele Reiter wissen ihr Glück gar nicht zu schätzen.

© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.

Was unsere Pferde alles stumm und tapfer mitmachen und ertragen, ist unvorstellbar. Und wir fordern immer mehr, höher, schneller weiter. Doch wird dabei außer Acht gelassen, dass all das nicht selbstverständlich ist.
Ich brauche nicht auf seinem Rücken zu sitzen, um glücklich zu sein.
Seine Lebensfreude und Zuneigung sind mein größtes Glück. Dass er bei mir bleibt, auch wenn er gehen kann. Dass er auflebt und Spaß am Laufen hat. Dass er ein tolles Zuhause und Freunde hat.

Ich bin glücklich, dass so ein großes, starkes und anmutiges Wesen gerne Zeit mit mir verbringt und ich seinen Weg begleiten darf.
Und am glücklichsten bin ich, wenn er es ist.



© Copyright 2022 Fabienne Lemke

Das Vervielfältigen und Verbreiten dieser Dokumente ist untersagt.