

Schutzschild ein.

Achtsamkeit will geübt sein.

Gemütlich bin ich im Stall, das Pferd steht neben mir und wir möchten eine schöne Zeit miteinander verbringen. Nun, es soll ja ab und zu vorkommen, dass man nicht alleine im Stall ist. Was grundsätzlich auch überhaupt kein Problem wäre. Jedoch gibt es Tage, an denen ertrage ich das Geschnatter einiger Stallkolleginnen absolut nicht. Ich spreche vom «zu getextet werden». Um es beim Namen zu nennen. Dieser Redefluss löst nicht immer Gutes in mir aus? Wie soll ich das beschreiben, es schmerzt mich innerlich und ich könnte vor aufkommender Nervosität und Wut laut schreien. Als ob sich eine meter-hohe Welle langsam nähert um dann mit einem lauten und tiefen grollen über mir zusammen zu brechen. Wie schon gesagt, heute war mal wieder so ein Tag. Und ich ärgerte mich danach extremst über mich selber.



Was den heutigen Tag jedoch von allen den vorangegangenen Tagen unterscheidet, ist: mir ist etwas klar geworden. Als ob jemand das Licht eingeschaltet hat. Bisher gab ich immer meiner Hochsensibilität oder meiner allgemeinen Gemütsverfassung die Schuld. Hast wohl einen schlechten Tag, das Wetter ist mal wieder schuld, oder einfach zu viel Stress. Bisläng versuchte ich mich dann steht's zusammen zu reißen, immer halbwegs nette Antworten zu geben. Gleichzeitig machte ich mich unauffällig und diskret aus dem Staub, was nicht immer gelang. Das aber mein Pferd ebenfalls unter dieser Welle begraben wurde, entging mir bis dato voll und ganz. Seit heute weiß ich aber, dass auch die Pferd davon betroffen sind. Und sie können sich

nicht einfach verziehen, da sie angebunden sind oder festgehalten werden. Pferde wollen in der gemeinsamen Zeit unsere absolute, geistige Aufmerksamkeit. Und sie wollen Ruhe. Innere Ruhe und Klarheit. Vermutlich um zu verstehen wieso sie nun aus dem Stall geholt wurden. Was sie heute wohl erwarten wird, wie die momentane Lage aussieht, um hier nur ein paar mögliche Gründe zu nennen.



Jedoch, kann man ihnen diese Achtsamkeit nicht geben, weil man abgelenkt ist durch äußere Einflüsse, wird dies schnell und deutlich von ihnen kommentiert. Und genau solche Momente lösten in mir eine große Frustration aus. Mir ist nun klar, es ist nicht die Situation «zu getextet werden» oder «Ablenkung» die mich fertig macht. Vielmehr ist es, der fehlende Respekt, den ich meinen Pferden in diesem Moment nicht entgegen gebracht habe. Mein Energie wurde in eine andere Richtung gelenkt, obwohl sie eigentlich meinem Pferd zugestanden hätte. Das brachte mich immer wieder aus dem Gleichgewicht.

Wenn Sie einmal darüber nachdenken, wie oft haben Sie schon Sätze gehört wie folgende? «Siehst Du, sobald ich nicht bei der Sache bin, versucht er es gleich wieder!», «Sie nützt es sofort aus wenn ich nicht immer aufpasse!», «Dem kann ich keine Sekunde lang den Rücken zu drehen.» Und «peng!» kriegt er eins mit der Bürste oder sonst was übergezogen. Weil er ja so frech und ungeduldig war. Wessen Schuld war das nun genau? Dem Pferd seine? Handy oder sonstige Stöpsel am Ohr, laute Musik

im Stall, Gekicher und Geschnatter mit denn Stallkollegen. Probleme aus dem Alltag werden gedanklich oder öffentlich hin und her gewälzt. Der Einkauf wird geistig geplant. To-do-Listen im Kopf abgearbeitet. Sicher, es gibt Pferde die sind bereits routinierte Einzelkämpfer, die haben sich daran gewöhnt, dass ihr Mensch sich geistig nicht mit ihnen einlässt, geschweige denn einen austauscht anbietet. Diese Pferde lassen alles über sich ergehen, sie nehmen sich aus der Situation heraus, sind geistig nicht online. Dies wird dann vom Besitzer mit super gehorsam gleich gestellt. Und sollte sich das Tier einmal bemerkbar machen, «peng!» kriegt er wieder eins gebraten. Und wehe, im falschen Moment KEINE Reaktion, ein erneutes «peng!».

Ich bin mir sicher, Pferde reagieren oftmals nur mit Frustration, weil wir unachtsam waren. Und was meinen Sie, wie können sie uns dies mitteilen? Der Mensch betitelt die Zeichen als «Unart», «Frechheit» und «Ungeduld». Man holt das Pferd aus dem Stall, fordert es auf mit dem Menschen Zeit zu verbringen, verlangt von ihm absolute Konzentration und in jeder Sekunde eine Reaktionszeit von einem Superhelden. Ist es dann nicht auch nachvollziehbar, dass die Pferde dies von uns ebenfalls erwarten dürfen? Achtsamkeit ist der Schlüssel.

Vielleicht mag mein heutiger Denkanstoß etwas überspitzt rüber kommen, ich habe aber auf jeden fall wieder etwas dazu gelernt. Mein Schutzschild wird ab der 1. Sekunde in der ich Zeit mit einem Pferd verbringe eingeschaltet. Ich Versuche ab sofort das jeweilige Pferd auch noch mit darunter zu packen. Mich bewusst zu zentrieren und jede Sekunde meine Aufmerksamkeit auf das Pferd zu fokussieren. Auf die Gefahr hin, das ich auf das restliche Umfeld unfreundlich und distanziert wirken könnte. Also nicht, dass ich gedacht hätte, ich hätte dies bis an hin nicht getan. Ich meine mich auf die Pferde auszurichten. Seit heute weiß ich, da geht noch viel mehr und daran muss gearbeitet werden.

Übrigens: Der Schutzschild wird erst ausgeschaltet, wenn das Pferd zurück im Stall steht.

PS: Ich mag alle meine Stallkolleginnen sehr gerne.
Bin sogar sehr Dankbar über die Erkenntnisse die ich heute erlangen durfte. Vielen lieben Dank!

Caroline Raimondi
www.dressageria.ch

Denkanstöße:

30.10.2016

Knacknuss: Anlehnung.

Ohne sie wird sich der Bogen niemals spannen.

07.05.2017

Knacknuss: Seitengänge.

Sinn und Unsinn des zu frühen seitwärts Reitens.

04.07.2017

Vorwärts-abwärts Reiten.

Unbedingt machen oder lieber sein lassen?

18.09.2017

Muss es dann immer gleich die Piaffe sein?

27.09.2017

Wie sinnvoll ist die klassische Handarbeit?

12.12.2017

Bewegungsmangel oder fehlende Grunderziehung?