

Maren Diehl

DIE
PFERDE
SIND
NICHT
DAS
PROBLEM

Keine Reitlehre

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

© 2014 spiritbooks, 73230 Kirchheim/Teck
Verlag: spiritbooks, www.spiritbooks.de
Autorin: Maren Diehl
Herausgeberin: Ulrike Dietmann
Umschlaggestaltung: Maren Diehl, Martin Roser
Foto Cover: Viktoria Makarova
Druck und Verlagsdienstleister: www.tredition.de
Printed in Germany

ISBN: 978-3-944587-11-0

Haftungsausschluss

Wichtiger Hinweis: Die hier vorgestellten Methoden sind kein Ersatz für eine Ausbildung zum Reiter oder im Umgang mit Pferden. Die Autorin und der Verlag lehnen jede Verantwortung ab für Folgen, die direkt oder indirekt aus der Lektüre des Buches entstehen.

„Es ist daher mehr Grund vorhanden, über Mangel an verständigen und geschickten Reitern als über die Pferde Klage zu führen, da wir uns mit Hilfe jener viele vorzügliche Pferde mehr schaffen könnten aus solchen, die jetzt infolge falscher Bearbeitung durch Mangel an Gleichgewicht vor der Zeit zugrunde gehen. Man nehme daher die Pferde, wie sie sind, bilde sie sich, wie sie sein sollen (...). (...) und auf diese Weise wird ein für den Reitdienst scheinbar unbrauchbares Pferd zu einem normalen umgewandelt.“

Gustav Steinbrecht, Das Gymnasium des Pferdes

„The problem was, that modifying ineffective thought and behaviour patterns turned out to be much more difficult than building the pyramids (...).“

Linda Kohanov, The Power of the Herd

Vorwort

Schon kurz nachdem ich Maren Diehl das erste Mal die Hand gegeben hatte, fingen wir an zu diskutieren über Reiten, über Kommunikation mit Pferden, über Gott und die Pferdewelt. Ihre Ansichten waren so interessant, dass ich mit einer Kollegin zusammen das Privatseminar bei ihr besuchte und dabei zwei Tage lang jedes Wort mitschrieb. Danach gehörte ich zu jenen, die sie unter Druck setzten, ihr umfangreiches Wissen und ihre Erfahrung in einem Buch festzuhalten. Jetzt finde ich mich in der glücklichen Lage, dieses Buch herausgeben zu dürfen.

Wie Maren selbst schreibt, gibt es schon genügend Reitlehren. Reitlehren sind das eine, Reitlehrer das andere. "Die Aufgabe eines Lehrers ist, die Schüler zu lehren, ihre eigene Begeisterung zu entdecken", sagt Joseph Campbell, selbst ein großer Lehrer. Genau das ist die Qualität von Maren Diehl. Damit hat sie mich vom ersten Augenblick an im Netz gehabt. Ich hatte Fragen, viele Fragen, nervtötend viele Fragen. Maren war nicht aus der Ruhe zu bringen. Hier war jemand, der sich über all das, was ich in Pferdratgebern vergeblich gesucht hatte, Gedanken gemacht und viele Jahre lang experimentiert hatte: Reiten ohne Unterwerfung, das Pferd gesund erhalten, reiten, ohne dem Pferd Schaden zuzufügen. Maren führt Wissen und Erfahrung aus vielen Gebieten zusammen: Osteopathie, klassische und andere Reitlehren, Bewegungslehre, Kampfkunst, intuitives und energetisches Heilen.

Maren Diehl hat etwas Einzigartiges zu lehren, etwas, das man bei keinem anderen Lehrer findet. Und das macht ebenfalls einen guten Lehrer aus: Sein Wissen ist im Feuer seiner eigenen Erfahrung geprüft und mit seinem Herzblut unterschrieben. Was sie zu lehren hat, ist zugleich Ausdruck ihrer Persönlichkeit. Wenn man sich lange mit etwas beschäftigt, werden die Lösungen einfach, keine oberflächliche Einfachheit, sondern die Einfachheit der Essenz. Marens Wissen ist zugleich umfangreiches Detailwissen und es ist Weisheit. Ihre Antworten sind bestechend, weil sie zutreffen. Ihre Art, sie vorzutragen ist unnachahmlich, ihr Humor ist sehr erfrischend.

Marens Arbeit zielt darauf ab, das Pferd körperlich in die Lage zu versetzen, den Reiter zu tragen. Damit trifft sie das zentrale Problem der meisten Pferdebesitzer, der großen Gruppe der Freizeitreiter. Bevor das Pferd nicht ausreichend bewegungskompetent ist, um den Reiter zu tragen, ist kein verantwortungsvolles Reiten möglich. Für diese ethische Grundüberzeugung setzt sich Maren Diehl ein. Sie zeigt uns, wie der Pferdekörper gebaut ist, was Tragkraft und Schubkraft sind, wie sie zusammen spielen, um kraftvolle Bewegung hervorzubringen. Sie erklärt uns, wie wir über den Sitz einwirken – im Guten, wie im Schlechten.

Bei Maren hörte ich das erste Mal den Begriff „menschengestütztes Erfahrungslernen für Pferde“. Maren erteilt Pferden Hilfe zur Selbsthilfe. Sie zeigt Pferden, wie sie ihre eigene Bewegungskompetenz entdecken können. Sie zeigt Menschen, wie sie das Pferd dazu einladen können - und woran wir erkennen, dass das Pferd auf dem richtigen Weg ist.

Maren Diehl fordert Verantwortung vom Reiter. Sie zeigt, wie wir diese Verantwortung einlösen können, ohne jahrelang zu studieren: Durch einfache Übungen, durch verständliches Wissen, das jeder haben sollte, der sich auf ein Pferd setzt, ein Tier, das nicht zum Reiten geboren wurde, aber das, durch den richtigen Umgang, gern die Freude an der gemeinsamen Begegnung mit dem Menschen teilt.

Ich wünsche diesem Buch viele Leser, viele Menschen, die das Wissen anwenden, um glückliche Reiter zu werden auf glücklichen Pferden.

Ulrike Dietmann

Kirchheim/Teck, Februar 2014

INHALTSVERZEICHNIS

Kapitel I	13
Selbst denken	16
Entwicklungsprozess	17
Wortwahl	18
Bilder	18
Kaffeeränder	19
Inhalte	20
Definition: Freizeitreiter	21
Wissenswertes I:	
Longenarbeit	24
Zeit	24
Grundausbildung	25
Alternative Ausbildungskonzepte	26
Widerstand	28
Die Aufgabe	29
Trageerschöpfung	30
Trainingsprogramm	33
Der Faszienkörper	34
Techniken	38
Biomechanik	39
Motorische Zentren	41
Innere und äußere Schubkraft	43
Stützbein- und Hangbeinphase	43
Bewegungsprinzipien	44
Muskeln und Faszie	44
Kastanienpferdchen	46
Schubkraft und Tragkraft	47
Dehnung	52
Federweg der Vorhand	53
Federkraft	54
Rumpfbeweglichkeit	55

Leistungsgrenze	57
Haltemuskulatur	58
Der schwingende Rücken	59
Kritzelseite	60
Wissenswertes II:	
Die Sache mit der Balance	61
Reitweisen und Pferderassen	63
Reitkunst	64
Synapsentraining	64
Macht der Vorstellungskraft	64
Ja, aber	65
Form und Funktion	66
Geduld	66
Kontrollverlust	68
Der Versuchsaufbau	69
Komfortzone, Dehnzone, Panikzone	69
Hilfzügel	71
Ausbildungsfortschritt	72
Kapitel II	75
Basisinformationen zum Longieren	75
Seitengänge	75
Hinweise zur Ausrüstung	76
Kappzaum	76
Longe	76
Platz	77
Handschuhe	77
Longierpeitsche	77
LongenführerIn	77
Longierkurs	78
Gefühle und Emotionen	78
Empathen	81

Innere Wahrheit	82
Sehen, fühlen, verstehen	82
Erste Trainingseinheiten	84
Effekt	85
Gonzo und der Raubtierscan	87
Eigenmacht	90
Dissoziation I	92
Angeber	93
Bauchgefühl	93
Bewegungsbedürfnis	95
Üben	96
Variationen	98
Ausfallen, verwahrende Hilfen	99
Ausbinder	100
Fragen und Feststellungen	102
LongenführerIn	102
Umlaufbahn	102
Hereinfallen	103
Herausziehen	104
Schleppen und Schleichen	104
Eilen und Rennen	104
Eintakten	105
Zuschauer	105
Kapitel III	107
Der Weg der Schubkraft	110
Faszienvverbindungen	112
Faszie und Rumpfrotation	114
Gelenkflächen und Ausrichtung	114
Rumpfmuskulatur	115
Selbstversuch Schubkarre	116
Sehen und Fühlen	117
Ausweichbewegungen	118

Energierarbeit	120
Masuro Emoto	121
Energiefluss	121
Zehengänger	122
Fesselringbandsyndrom I	122
Selbstversuch	122
Bewegungsorganisation	123
Lumbosakralgelenk	123
Die Sache mit der Versammlung	125
Lenden- und Brustwirbelsäule	128
Brustkorb	129
Übergang zwischen Hals- und Brustwirbelsäule (CTÜ)	130
Die geistige Kraft	131
Die Vorhand	133
Rumpfbeweglichkeit	133
Grenzen der Belastbarkeit	133
Rumpfrotation um die Querachse	134
Hilfreiche Bilder	135
Ausweichbewegungen der Vorhand	136
Rumpfheber	137
Spatzenschleuder	137
Biegen und Wenden	137
Seitengänge	139
Natürliche Schiefe	140
Schlängel- und Rotationsspielräume	140
Guckseminar	142
Timing	143
Galopp	144
Buckeln	145
Richtlinien	145
Verknüpfungen	147
Angaloppieren	148
Asymmetrie	149

Das Ganze mit ReiterIn	149
Gewandtheit	149
Gesamtbewegungsgefühlbild	151
Abkürzungen	151
Kapitel IV	155
Körpersprache	156
Sitz, Sprache und Bewegungskompetenz	156
Bewegungsaufgaben	159
Schuldzuweisungen und Selbstkritik	160
Gewandtheits- und Balancetraining	160
Nachschlag Biomechanik	161
Das Sattelthema	162
Reiterliche Glaubenssätze	163
Wahrnehmungsebenen und Bewegungswirklichkeit	164
Dissoziation II	165
Selbstwahrnehmung	165
Motorische Koordination	166
Reiten im gegenseitigen Einvernehmen	166
Druck	169
Sitzformen	169
In Bewegung bleiben	169
Zügel	171
Tragkraft ohne Anlehnung	173
Lenken und Tempokontrolle	175
Zügelverbindung	175
Grundprinzipien der Zügelführung	178
Die Sache mit den treibenden Hilfen	179
Gewichtshilfen	181
Übungsgruppen	182
Zum guten Schluss	184

Kapitel I



Wer ich bin, weiß ich selbst oft nicht so genau – ich bin nicht mein Beruf, ich bin nicht mein Verstand, ich bin nicht die, die andere glauben zu sehen. Ich bin nicht „Schülerin von ...“, auch nicht „Tochter von...“ oder „Nichte von...“ einer Größe in der Reiterwelt. Ich habe keine Schleifen, außer denen, die ich mir selbst binde. Was ich bin – ich bin entschlossen, alles, was ich an für die Pferde hilfreichen Wissen in diesem Leben erworben habe, zusammenzufassen, zu verknüpfen und zur Verfügung zu stellen. Ich bin bereit, mich unbeliebt zu machen, denn die Erfahrung hat mich gelehrt, dass viele Menschen vieles nicht so genau wissen wollen, weil Unwissenheit bequemer sein kann als Wissen, das Konsequenzen fordert. Ich bin der Meinung, dass wir, ganz gleich, auf welchem Niveau wir reiten oder zu reiten glauben, den Pferden gegenüber die Verpflichtung haben, in ihrem Sinne weiter zu lernen, weiter zu denken, miteinander zu diskutieren, vielleicht auch gelegentlich zu streiten und sie vor den Folgen menschlicher Dummheit, Faulheit und Unwissenheit – auch unserer eigenen - zu schützen. Vor allem müssen wir lernen zu sehen, hinzusehen, um die Probleme der Pferde zu erkennen. Hinschauen statt wegschauen. Und handeln.

Maren Dreier

Das Letzte, was die Pferdewelt braucht, ist *noch* eine Reitlehre, das Allerletzte, dessen es bedarf, ist eine weitere Reitweise.

Was sehr viele Pferde und Reiter benötigen, sind veränderte Perspektiven, neue Verknüpfungen und weiterführende Informationen. Sie benötigen hilfreiche Impulse, um alte Muster aufzulösen, einen Weg aus verfahrenen Situationen finden zu können, kurz: Sie benötigen eine Herangehensweise, die es ihnen ermöglicht, das vermeintlich Einfache mit Hingabe zu erlernen und Freude an Bewegung und Bewegungsqualität zu haben.

Eine Herangehensweise, die es auch jenen mit mangelhafter oder fehlender Grundausbildung ermöglicht, in Ruhe und mit Spaß an der Sache miteinander zu „arbeiten“, ohne sich gegenseitig zu gefährden. Ich möchte einen Ausbildungsweg vorstellen, der am Anfang viel Zeit braucht, dafür aber für eine solide Grundlage sorgt, die Pferde angemessen trainiert, die ReiterInnen schult, ein stressfreies Zusammensein ermöglicht und Problemlösungskompetenz entwickeln hilft. Es ist ein Weg für alle, die sich erinnern wollen, warum sie reiten, warum sie ein Pferd haben und warum sie mit Pferden arbeiten. Für alle, die die Fesseln, die sie daran hindern, ihren ursprünglichen Traum zu verwirklichen, erkennen und lösen wollen.

Das ist der eine Teil des Buches.

Der andere Teil besteht aus Wissenswertem, Informationen und Ideen – und dem einen oder anderen Blick über den Tellerrand – und soll einen Anstoß geben, das Denken, die Sichtweisen, das Verständnis, die Wahrnehmung und die Selbstwahrnehmung, den Umgang mit sich selbst und mit dem Pferd zu verändern, neue Ansätze zu wagen, dem eigenen Gefühl zu vertrauen und gemeinsam mit dem Pferd zu wachsen. Die Inhalte sollen Mut machen, alte Glaubenssätze zu entstauben und Dogmen zu entmachten. Sie sollen helfen, die Prinzipien hinter den reiterlichen Weisheiten und Trainingsmethoden zu erkennen und anhand dieser Prinzipien gemeinsam mit den Pferden und mit anderen Pferdemenchen einen eigenen, authentischen Weg zu gestalten.

Selbst denken

ist der Titel des Buches von Harald Welzer, das mich einiges hat besser verstehen lassen. Welzer bezieht sich darauf, dass all unser Wissen über die Begrenztheit der Ressourcen auf dieser Erde nicht zu einer resoluten Verhaltensänderung führt. Seine Erkenntnisse habe ich auf die Reiterwelt bezogen, in der so viele frustriert das Gleiche immer weiter machen, weil es alle machen. In der so viele Pferde kaputt gehen. Und in der niemand die Kontrollfragen stellt: „Was weiß ich, wenn ich das weiß?“ oder „Was wäre, wenn das wirklich so wäre?“

Wer beginnt, nicht mehr einverstanden zu sein, muss mit zwei Konsequenzen rechnen: „Erstens muss man weiterdenken, wenn man sich erlaubt hat, selbst zu denken. Zweitens: Es wird unbequem.“

Unbequem für alle Beteiligten. Mein den Dingen auf den Grund Gehen war auch unbequem für meine ReitschülerInnen. Es war unbequem für mich, zu dem zu stehen, was ich mir überlegt hatte und was mich meine Erfahrungen gelehrt hatten. Das Handeln den Gedanken folgen zu lassen, war nicht nur extrem unbequem, sondern auch etwas geschäftsschädigend.

Die für mich erschreckendste Aussage in Welzers Buch war: „Handeln ist erkenntnisunabhängig!“. Aber wenn *ich* es geschafft habe, das Handeln dem Denken, den Erkenntnissen und dem Gefühl folgen zu lassen, ist das wohl machbar!

Und damit sind wir bei der hoffnungsträchtigen Aussage, dass Veränderungen möglich sind, wenn wir Handlungsspielräume nutzen: „Tatsächlich machen die drei bis fünf Prozent (der Menschen) den Unterschied, weil sie *praktisch* zeigen und darauf beharren, dass die Dinge anders laufen sollen und können. Wir haben unter diesen Voraussetzungen das Paradox einer Elite, die quer zu allen Schichten liegt und sich durch einen sehr einfachen Satz definiert: **Wir fangen schon mal an.** (...) Sie schafft Labore einer andern Praxis.“

Diese „Elite“ - vielleicht könnte man ihre Mitglieder als Katalysatoren bezeichnen - geht auch in der Reiterwelt durch alle Schichten und Bereiche: Reitschüler, Reitbeteiligungen, Pferdebesitzer, Pensionsstallbetreiber, Reitlehrer, Heilpraktiker, Osteopathen, Pferdephysiotherapeuten, Tierärzte, Hufpfleger und -schmiede, Vereinsmitglieder, Richter, Ausbilder, Sattler, Händler, Autoren, Verleger, Parcoursbauer, Turnierbesucher. Drei bis fünf Prozent!

Wenn eine ausreichende Anzahl von MitspielerInnen sich aus der Komfortzone der Konformität begibt, verändert sich etwas. Und damit meine ich nicht den Wechsel zu einer anderen Reitweise oder zu anderem Equipment. Wir haben Zugriff auf schier unendlich viel Wissen. Stellt euch einfach immer wieder die Frage: Was weiß ich, wenn ich das weiß? Und nehmt die unbequemen Antworten in Kauf!

Denn diese können lauten: Dann dürfte ich mein Pferd (zunächst) nicht mehr reiten. Dann müsste ich den Stall wechseln. Dann brauchte ich einen anderen Sattel. Dann müsste ich ganz neu reiten lernen.

Ja, das kann alles passieren. Die Frage lautet dann: Und jetzt? Tja, jetzt dürft ihr kreativ werden und schauen, ob sich in diesem Buch nicht ein paar für euch umsetzbare Ideen finden.

Zitate aus: Harald Welzer, Selbst denken, 2013

Diese beiden Teile, der praktische und der theoretische, teilweise philosophische, sind nur schwer voneinander zu trennen, denn eins führt zum anderen, das Eine bedingt das Andere, und sowohl die Pferdeausbildung als auch das Reitenlernen kann, wenn man beides als **ganzheitlichen Entwicklungsprozess** betrachtet, niemals linear sein. Lernen findet in Spiralen statt, teilweise sogar in Fraktalen, denn jeder Bereich bietet bei genauerer Betrachtung und entsprechender Vergrößerung seinerseits mehrere Unterbereiche. Veränderte Sichtweisen führen zu neuen Lernprozessen, Bewegungslernen

zu einer neuen Sicht der Dinge. Alles greift ineinander. Neue Sichtweisen machen wach, unbekannte Begriffe und ungewohnte Beschreibungen für das Bekannte befreien das Denken und Fühlen. Deshalb werden in diesem Buch die vielen Themenbereiche ineinander übergehen, einiges wird sich wiederholen oder in unterschiedlichen Zusammenhängen erklärt, und es gibt Raum zum Selbstdenken.

In meiner **Wortwahl** vermeide ich gerne Fachbegriffe, und zwar aus dem einfachen Grund, dass diese Begriffe in den meisten Köpfen bereits mit einer starren Vorstellung ihrer Bedeutung belegt sind, die die geistige Flexibilität und die Vorstellungskraft blockiert. Ein spielerischer Umgang mit der Sprache führt dazu, dass man einen Abschnitt ein zweites und ein drittes Mal liest, anstatt mit einem unkonzentrierten „Ja, ja“ darüber hinweg zu gehen. Dort, wo es sich nicht vermeiden lässt, bestimmte Begriffe zu benutzen - weil ich den allgemein abgespeicherten Inhalten eine neue Idee hinzufügen möchte - hinterfrage ich die gewohnten Vorstellungen, um etwas in Bewegung zu bringen. Je länger man bereits im Reitsport unterwegs ist, um so schwieriger ist es, im eigenen Hirn, in den alten Gewohnheiten, in der eigenen Wahrnehmung etwas zu verändern und die Trampelpfade gesellschaftlich akzeptierter Denkweisen zu verlassen. Hilfreich für das bessere Verständnis ist es, wenn man sich in Momenten, in denen man eine neue Vorstellung spontan ablehnt, fragt: „Was würde es für mich bedeuten, wenn es wirklich so wäre? Was würde sich für mein Pferd verändern, wenn ich es so sähe?“

Manchmal habe ich das Gefühl, dass der ganze Umgang mit Pferden und die Arbeit mit Pferden bestimmt werden durch Begriffsbausteine, die eine ganz spezielle Mischung aus Wort, Bewegungsgefühl, Absicht und Emotion beinhalten. Da die Gewohnheit blinde Flecken im Geist erzeugt, fällt es kaum jemandem auf, dass wir durch diese Begriffe regelrecht ferngesteuert werden, und das auf allen Ebenen. Daher möchte ich diese Elemente zerlegen und sich im Tanz mit den Pferden neu zusammen setzen lassen.

Ganz schwierig ist die Arbeit mit **Bildern**. Nur: Ohne diese ist alles *noch* schwieriger. Also doch Bilder. Aber Bilder sind statisch. Das hat den Vorteil, dass man Zeit hat zum Gucken und zum Verstehen. Der Nachteil ist, dass

sich die Bewegungsenergie gerne dem Verständnis entzieht. Also liefere ich Bilder, um der Vorstellungskraft auf die Sprünge zu helfen. Eure Aufgabe ist es, diesen Bildern Leben einzuhauchen, sie mit eurem Bewegungsgefühl zu verbinden und die dargestellten Bewegungsmomente im Geiste weiter laufen zu lassen. Viele Bewegungsmomente, in denen wesentliche Entwicklungen ihren Anfang nehmen, sehen als Standbild merkwürdig aus, aber gerade diese Phasen zeigen Timingpunkte, an denen sich die Bewegung sehr unterschiedlich weiter entwickeln kann. Es ist mir schwer gefallen, aber ich habe das Bedürfnis nach ästhetischer Darstellung den zu vermittelnden Inhalten untergeordnet. Meistens.

In dem Kapitel zum Reiten gibt es keine Bilder. Wer sich beim Reiten an statischen Bildern orientiert, vergisst das *Bewegungsgefühl*, und genau dieses möchte ich durch Beschreibungen und Vorstellungen entwickeln helfen. Warum Zeichnungen? Weil ich mit diesem Buch im September begonnen habe und dieser Winter einer der schlammigsten der letzten zehn Jahre war. Auf einem Foto möchte man ein *geputztes* Pferd auf einem *trockenen* Reitplatz mit optisch ruhigem Hintergrund sehen, gute Bildqualität, den perfekten Bewegungsmoment... Meine Fotomodelle sind unterschiedlich apfelige Schimmel im Winterfell, die im Halbschatten der Bäume an der Südseite des Reitplatzes für eine Kamera in etwa so gut zu fokussieren sind, wie Schneetreiben im Kühlschrank. Noch Fragen?

Dieses Buch möchte nicht durchgelesen werden. Es darf **Kaffeeränder** bekommen, man kann seine eigenen Erkenntnisse hineinschreiben, man kann Wichtiges unterstreichen, es mit Ausrufe- und Fragezeichen versehen, Ecken markieren, es geht mit zum Pferd. Ihr dürft auch Pferdchen und Blümchen zwischen die Absätze malen. Kaffeeränder und Tomatensoßenflecken zeigen, dass man mit einem Buch lebt, dass es einen begleitet und dass es gearbeitet hat. Das Leben geht auch an Büchern nicht spurlos vorüber, und meine liebsten geerbten Bücher sind die, in denen andere bereits unterstrichen haben, was ihnen wichtig war, deren Ränder mit Ausrufe- und Fragezeichen garniert sind. Bei meinen Fachbüchern freue ich mich, wenn ich Textstellen, die mir wichtig sind, auf Anhieb wiederfinde – und genauso freue ich mich, wenn ich feststelle, dass ich inzwischen anderes für wichtig halte als vor ein paar Jahren.

Dieses Buch widersetzt sich dem Durchlesen. Die Absätze entziehen sich dem Verständnis, bis man sich auf Veränderung einlässt. Das Denken will mit den neuen Möglichkeiten spielen. Der Verstand nicht. Der hätte lieber, dass alles bleibt, wie es war. Zum Glück seid ihr nicht euer Verstand.

Nicht jeder wird alle **Inhalte** verstehen oder wissen wollen. Für mich winden sich alles Wissen, alle Erfahrungen, die Ideen aus meiner Praxis, aus Büchern und aus Gesprächen und die Ideen der Pferde zu einem Strang zusammen, der mir in den meisten Situationen Halt und Orientierung bietet und immer noch Neues integrieren kann. Ich möchte euch jedoch nicht nur den „Eintopf“ vorsetzen, ihr dürft die Bestandteile noch erkennen können. Meine Literaturliste ist ziemlich lang, denn ich habe immer wieder über den Tellerrand geschaut und vieles, was ich in philosophischer, wissenschaftlicher und spiritueller Literatur gefunden habe, auf den Umgang mit Pferden und das Reiten bezogen.

Eine intensive Korrespondenz über bewegungs- und sportwissenschaftliche Erkenntnisse, Kampfkunst und Zen mit Horst Tiwald (emeritierter Professor für Allgemeine Theorie des Sports an der Universität Hamburg) in dem Jahr vor seinem Tod hat mir nicht nur viele wichtige Erkenntnisse vermittelt, sondern mir auch meine Fähigkeit, alles miteinander zu verknüpfen und zu einem sinnvollen Ganzen werden zu lassen, bewusst gemacht. Die „Prinzipieninfektion“ habe ich Großmeister Kernspecht (WingTsun, EWTO) zu verdanken, durch ihn bin ich auf den Unterschied zwischen technik- und prinzipienorientiertem Bewegungslernen gestoßen, was eine regelrechte Erleuchtung zur Folge hatte. Mir sind bei der Lektüre mehrere 100-Watt-Glühbirnen aufgegangen. Mein Ausbilder Dai-Sifu Thomas Schrön sorgt im WingTsun-Training an der EWTO-Akademie in Heidelberg für die nötige Demut und dafür, dass meine Prinzipientreue praxistauglich wird.

In Tanja Richters Buch „Illusion Pferdeosteopathie“ fand ich die ersten wichtigen Informationen zum Thema Trageerschöpfung, durch die ich eine klarere Vorstellung von meiner Arbeit und meiner Aufgabe bekam und die mir das Ausmaß der Problematik bewusst machten. Linda Kohanovs Bücher haben mir viele entscheidende Anstöße gegeben, und vor allem die darin enthaltenen Hinweise auf Forschungsprojekte und wissenschaftliche Er-