

— Der die Pferde kennt

*Wahrnehmen, leiten, vertrauen –
wie ein Horseman zum Schüler
seines Pferdes wird*

MARK RASHID

KOSMOS

Inhalt

TEIL I – Der von den Pferden lernt

Danke fürs Denken	7
Man lernt nie aus	10
Von Tieren lernen	16

Lektionen

Die Schule beginnt	20
Der Lehrer spricht	30
Das Problem wird erkannt	39
Lektion Eins: Keine Konfrontation	46
Lektion Zwei: Vorausplanen	52
Lektion Drei: Geduld	58
Lektion Vier: Beharrlichkeit	68
Lektion Fünf: Beständigkeit	77
Lektion Sechs: In Ordnung bringen und weitermachen	83

Alltag

Zusammenspiel	95
Der Weg	105
Positive Konflikte	112
Aus zwei mach eins	125
Im Gleichgewicht	136
Kommunikation	145
Übung macht den Meister	159
Der Anfänger	171

Bucks Vermächtnis	182
Der letzte Ritt	182
Nachruf	203

TEIL II – Dein Pferd, dein Partner

Vorwort	213
Fragen und ihre Antworten	217

Die Pferde wahrnehmen	222
Fehler und ihre Folgen	222
Grenzen setzen	243
Trauma-Energie verbrauchen	267

Den Pferden Führung geben	283
Verhalten ist Information	283
Tempo, Richtung, Ziel	305
Energie	328
Gleichgewicht	342

Das Pferd in seiner Ganzheit gewinnen	359
Beständigkeit	359
Zuverlässigkeit	368
Vertrauen	376
Innere Ruhe	389
Weichheit	400

Service	412
---------------	-----

Lektionen

Die Schule beginnt

Ich hatte gerade unsere vier Pferde gefüttert, drei im Auslauf und eines im Stall, aber das im Stall fraß nicht. Ein Pferd, das zur Futterzeit nicht frisst, gibt immer Anlass zur Besorgnis, und bei jedem anderen außer diesem einen Pferd hätte ich mir auch wirklich Sorgen gemacht.

Die anderen drei Pferde legten schon die Ohren an, quietschten und jagten sich gegenseitig von den drei Heuhaufen weg, einen für jedes Pferd. Ihrem Ritual gemäß würden sie die nächsten fünf Minuten eine Art Reise nach Jerusalem spielen und sich weiterbewegen, sobald der Kleinste von ihnen – ein knapp 1,45 m großer Falbe mit Aalstrich namens Tuff – beschloss, das Heu vom nächsten Haufen zu versuchen. Dann ging er mit angelegten Ohren zum nächsten Haufen und verjagte Red, einen Fuchswallach von 1,62 m Stockmaß, gegen den Tuff aussah wie ein Zwerg. Red wiederum drohte mit angelegten Ohren Quincy, einem Wallach von 1,52 m Stockmaß, der friedlich vom dritten

Haufen fraß und nun zu dem Haufen ging, den Tuff gerade liegen gelassen hatte. Dann kehrte wieder Ruhe ein, bis Tuff sich wieder für den nächsten Haufen interessierte und das Spiel von Neuem begann.

Es war zwar lustig, den Dreien dabei zuzusehen, wie sie sich die Abendmahlzeit arrangierten, aber meine Aufmerksamkeit galt dem Wallach im Stall, meinem alten Pferd Buck. Mit dreiundzwanzig zeigte er allmählich Alterserscheinungen. Vor ein paar Monaten hatte ich ihn als Ranchpferd in Pension geschickt und meinem jüngsten Sohn Aaron geschenkt.

Vor kurzem hatte ich ihn von der Winterweide geholt, weil sie ihm nicht so gut zu bekommen schien. Er war zwar nicht ausgesprochen dünn, aber es ging ihm ganz offensichtlich nicht so gut wie den anderen. Er war schon immer ein schlechter Futterverwerter gewesen, und es war für mich seit jeher ein Alarmzeichen gewesen, wenn er anfang, Gewicht zu verlieren. Ich holte Buck also von der Weide nach Hause, damit er mit etwas Zusatzfutter vielleicht wieder ein paar Pfund zulegen konnte.

Buck stand in seinem Auslauf vor der Box und sah mich nur an. Gelegentlich verlagerte er das Gewicht von einem Hinterfuß auf den anderen, aber ohne mich aus den Augen zu verlieren. Ich hatte ihm gerade seine Abendration Pellets in die Krippe geschüttet, die er aber vollständig ignorierte, ein Verhalten, das die meisten Leute irritiert hätte. Ein Pferd, das nicht frisst, nicht einmal sein Zusatzfutter, bedeutet normalerweise nichts Gutes, möglicherweise eine Kolik. Aber ich konnte deutlich sehen, dass Buck nicht krank war. Er versuchte mir nur etwas mitzuteilen.

Ich war gerade ziemlich beschäftigt und versuchte, ihn zu ignorieren, während ich meiner Arbeit nachging. Aber nach all den gemeinsamen Jahren wusste ich, dass ich ihn nicht lange würde ignorieren können, wenn er sich so benahm. Ich drehte mich um und sah ihn an.

»Was ist?«, fragte ich.

Wie zur Antwort wandte er nonchalant den Kopf und sah in seine Box. Ich ging hinüber zum Auslauf, streckte die Hand durch den Zaun und streichelte ihm den Hals. Sein Kopf blieb aber abgewendet, und obwohl ich sein linkes Auge – das mir am nächsten war – kaum sehen konnte, bemerkte ich, dass er mich ansah.

Prima. Wenigstens war klar, dass, was immer er auch wollte, sich in seiner Box befand. Vermutlich irgendetwas mit seinen Pellets, dachte ich. Ich stellte den Rechen ab, ging um die Ecke und in den Stall, öffnete die Schiebetür zu seiner Box und ging hinein. Buck kam mir in der Box entgegen. Ich untersuchte die Pellets auf Fremdoobjekte – keine da. Ich nahm ein paar auf, roch daran, probierte sie sogar, ob sie in Ordnung waren – alles okay. Ich sah nach, ob er genügend frisches Wasser hatte – hatte er.

Er stand da und sah mich an. Ich schaute mich um, konnte aber nichts Außergewöhnliches entdecken. Also klopfte ich ihm den Hals und ging hinaus. Er schnarchte laut und schüttelte den Kopf. Ich kehrte um und sah ihn durch die Gitterstäbe an. Er drehte sich ruhig um und sah hinaus zu den Pferden, die im Korral Reise nach Jerusalem um die Heuhaufen spielten. Wieder konnte ich erkennen, dass er mich, trotz seines abgewendeten Kopfes, ansah.

Okay, nun wusste ich, dass er etwas wollte, das er nicht hatte, die anderen aber hatten, und dass es etwas mit seiner Box zu tun hatte. Was es auch war, es war ihm wichtiger als zwei Schaufeln Pellets in seiner Krippe. Das war mir klar, weil Buck im Verlauf unserer gemeinsamen Jahre, bei tausend Gelegenheiten, viel Zeit darauf verwendet hatte, mir beizubringen zuzuhören, was er zu sagen hatte. Mit Engelsgeduld hatte er mir Gedanken präsentiert, die ich von keinem Lebewesen außer dem Menschen für möglich gehalten hätte.



irgendwie mit ihm auszukommen, ohne meine Überzeugungen aufgeben zu müssen. Seines war, Informationen zum Barfußgehen zu verbreiten. Wir hatten beide unser Ziel erreicht und trennten uns ohne Groll.

Vielleicht ist es das, was »sich Verbinden« bedeutet.

Im Gleichgewicht

Vor ein paar Jahren hatte ich Gelegenheit, einer Stegreifdiskussion zwischen einem Mediziner und seinen Studenten beizuwohnen. Es ging darum, ob Menschen einen Schwerpunkt haben oder nicht. Der Mediziner war der Meinung, es gäbe keinen Schwerpunkt, nur einen Gleichgewichtspunkt.

Er argumentierte höchst überzeugend, aber jeder, der schon einmal von einem Pferd gefallen ist, wird anderer Meinung sein, was das Endergebnis anbetrifft. Schließlich ist es nicht der Sturz, der wehtut, sondern der Aufprall. Mit perfektem Gleichgewicht gibt es keinen Sturz, ohne Schwerpunkt keinen Aufprall.

Philosophie und Terminologie einmal beiseite – meiner Meinung nach haben wir einen Schwerpunkt, und wir nutzen ihn ständig zur Verbesserung unseres Gleichgewichts. Es ist der Punkt, der uns aufrecht hält, denn wenn er sich verschiebt – ob wir einen Stoß erhalten, auf einer Bananenschale ausrutschen oder vom Pferd fallen –, geraten wir unvermeidlich unter die Einwirkung der Schwerkraft, die an uns zieht. Je kleiner die Entfernung vom Mittelpunkt, desto geringer der Zug, und desto leichter ist es, wieder ins Gleichgewicht zu kommen. Je weiter wir vom Mittelpunkt entfernt sind, desto mehr macht sich der Zug der Schwerkraft bemerkbar und desto schwieriger werden die Dinge.

Manchmal geraten wir derartig aus dem Gleichgewicht, dass die Schwerkraft uns mit Leichtigkeit ganz unfeierlich zu Boden befördert. Dort können wir liegen bleiben, ein Hindernis für die anderen,

oder wir können uns aufrappeln, unseren Mittelpunkt suchen und uns wieder ins Gleichgewicht bringen.

Was das Ganze soll? Ich glaube, dass es zwei Arten von Gleichgewicht gibt, das körperliche Gleichgewicht, von dem ich gerade gesprochen habe, und eine andere, sehr wichtige Art von Gleichgewicht, die wir oft vergessen. Auf die Gefahr hin, zu esoterisch zu klingen: Dieses zweite Gleichgewicht möchte ich »Gleichgewicht des Lebens« nennen. Körperliches Gleichgewicht ist offensichtlicher und leichter zu verstehen, aber es ist mit dem Gleichgewicht des Lebens verwandt.

Meine Definition für Gleichgewicht des Lebens ist die Art, wie wir mit den tagtäglichen Ereignissen umgehen, den guten wie den schlechten. Welche Art von Gleichgewicht auch gerade gemeint ist – immer gibt es eine Art Kraft, die uns voranschleibt, oder eine Art Schwerkraft, die an uns zieht. Verlieren wir unser körperliches Gleichgewicht, wartet die Schwerkraft nur darauf, uns herunterzuziehen. Im Falle des Gleichgewichts in unserem Leben kann die »Schwerkraft«, die uns herunterzieht, viele Formen annehmen: eine unerwartet harte Bemerkung von Seiten eines Freundes, ein Todesfall in der Familie, der Verlust der Arbeit, ein Pferd, das sich nicht verladen lässt, oder eine Reifenpanne auf dem Weg zur Arbeit. Alles, was uns bei unseren täglichen Aktivitäten aus dem Gleichgewicht bringt.

Sie können das Gleichgewicht des Lebens als die Mittellinie auf der Straße betrachten, die wir alle entlangwandern. Ein negatives Ereignis stößt uns von der Mittellinie herunter, wir sind aus dem Gleichgewicht. Je schlimmer das Ereignis, desto weiter weg von der Mittellinie finden wir uns wieder. Ebenso kann auch ein positives Ereignis uns von der Mittellinie in eine andere Richtung stoßen. In meinen Augen ist das Gleichgewicht des Lebens ein Pendel, das immer versucht, sich im Gleichgewicht einzupendeln.

Manche Menschen – wir alle kennen mindestens ein Beispiel – entfernen sich nie sehr weit von der Mittellinie. Sie können anscheinend ohne allzu großen Stress durchs Leben gehen, auch wenn ihnen dramatische Ereignisse zustoßen oder sich in ihrer Umgebung ereignen. Auch manche Tiere sind so, und Buck gehört dazu. Mag die Situation auch noch so Besorgnis erregend oder stressig sein, es scheint Buck nie sehr weit von seiner Mittellinie weg zu verschlagen. Buck kann anscheinend zu jeder Situation auf Distanz gehen und diese drei Fragen stellen: *Was? Na und? Und nun?*

Was? – Was ist passiert?

Na und? – Ist das wirklich so schrecklich?

Und nun? – Was, wenn überhaupt, müssen wir nun tun?



Wenn wir an die Situation in dem bewussten Tal denken, als die Pferde davonliefen, können wir diese Haltung in der Praxis betrachten. Hätte Buck mit mir sprechen können, hätte er vermutlich in etwa gesagt:

Was? – Stimmt, die Herde ist auf und davon.

Na und? – Es geht nicht gerade um Leben oder Tod. Ich habe eine ziemlich gute Idee, wohin sie unterwegs sind.

Und nun? – Du kannst böse auf mich sein, wenn es dir Spaß macht, aber davon kriegen wir sie auch nicht schneller wieder zusammen. Von mir aus bleib da oben sitzen und ärgere dich, wenn dich das glücklich macht. Ich jedenfalls gehe wieder an die Arbeit. Komm nach, wenn du fertig bist.

Während die Situation auf Buck wenig Eindruck machte, war der Eindruck auf mich umso größer. Sie verschlug mich ein gutes Stück von meiner Mittellinie weg. Ich brauchte mindestens eine halbe Stunde, bevor ich wieder so klar denken konnte, dass ich meine

Den Pferden Führung geben

Verhalten ist Information

Im Japanischen gibt es den Ausdruck *misu no kokoro*, was übersetzt etwa heißt: eine Geisteshaltung wie stilles Wasser. Das bedeutet: Wenn man auf einen stillen Teich oder sonstigen Wasserspiegel sieht, wirkt diese Oberfläche wie ein Spiegel. Das andere Ufer spiegelt sich glasklar auf dieser Oberfläche. Man sieht Grashalme, Bäume und Büsche, vielleicht sogar einen Vogel, der daraus auffliegt.

Wenn jedoch irgendetwas das Wasser aufrührt, wenn wir zum Beispiel Steine hineinwerfen oder nur einen Finger hineinstecken, entstehen sofort kleine Wellen, und das Bild verzerrt sich. Natürlich kommt es zurück, wenn wir lange genug sitzen bleiben und keine Steine mehr hineinwerfen. Dann sehen wir die Dinge auf der anderen Seite wieder so, wie sie wirklich sind. Letztendlich geht es darum, Wellen gar nicht erst entstehen zu lassen.

In vielen Kampfsportarten besteht das Langzeit-Trainingsziel darin, *misu no kokoro* zu entwickeln – eine Geisteshaltung wie stilles

Wasser. Ist der Geist still wie die Wasserfläche, spiegelt sich alles, was uns widerfährt, darin klar und wie in Wirklichkeit, nichts wird verzerrt. Und wenn wir ein wirklich klares Bild von einer Situation haben, können wir eine informierte und ruhige Entscheidung treffen, wie mit ihr umzugehen ist.

Ein Geist jedoch, der sich mit diesem und jenem beschäftigt oder Dinge zu beurteilen versucht, ist wie ein Wasser, in das man Steine geworfen hat – man sieht die Dinge verzerrt. So wird die Situation immer verwickelter und schwerer zu lösen, wenn überhaupt.

Einfach gesagt, bedeutet ein stiller Geist, dass wir Informationen klar und unverzerrt aufnehmen und verarbeiten und dann auf eine Weise reagieren können, die der Situation entspricht – falls diese überhaupt eine Reaktion erfordert.



»So ist er die ganze Zeit«, sagte die Frau. Ihr Pferd warf sich nervös in eine Richtung, hielt an, wieherte laut und warf sich herum in die andere Richtung.

Das Pferd in seiner Ganzheit gewinnen

Beständigkeit

Vielleicht eine Stunde lang waren rund um das Lagerfeuer angeregt Geschichten erzählt worden. Nun flaute die Unterhaltung plötzlich ab. Das Gelächter wurde leiser, die Gespräche der etwa fünfzehn Menschen, die um das Feuer herum saßen, die Gesichter vom Feuer in ein dunkles Orange getaucht, verebbten.

Nachdem ich als Kursleiter fast den ganzen Tag nonstop geredet hatte, war ich für meinen Teil absolut zufrieden damit, einfach hier zu sitzen, mich etwas zu entspannen und den Geschichten zuzuhören, die die Leute von sich und ihren Pferden erzählten. Manche der Geschichten waren lustig gewesen. Manche waren ein bisschen traurig. Aber alle waren interessant gewesen.

Als die Stille sich über den kleinen Kreis Menschen am Feuer senkte, verlor ich mich ein wenig in den Anblick der Flammen. Mir fiel ein Stückchen Holz in der Glut auf, nicht viel länger als fünfundzwanzig Zentimeter. Durch die Mitte lief der Länge nach ein Riss.

Die brennenden Holzscheite hatten meist einen orange-gelben bis rötlichen Schimmer, aber aus diesem Riss flackerte ein paar Sekunden etwas Blaues heraus und zog sich wieder ins Holz zurück. Nach ein paar Sekunden blitzte das Blau wieder auf, tanzte ein wenig herum und verschwand wieder. Ich versuchte mir gerade vorzustellen, was in diesem Stückchen Holz so heiß brennen konnte, dass die Flamme blau wurde, als jemand eine Frage stellte und das Schweigen brach.

Ich war so fasziniert von dieser kleinen blauen Flamme, dass ich die Frage nicht wirklich gehört hatte und auch nicht wusste, an wen sie gerichtet war, aber ich wurde doch aufmerksam, als sie noch einmal wiederholt wurde. Diesmal glaubte ich meinen Namen gehört zu haben und sah auf in die orange glühenden Gesichter, um zu sehen, ob jemand mich wirklich angesprochen hatte oder nicht. Zuerst sagte niemand etwas. Ich sah nur fünfzehn Personen, die mich erwartungsvoll ansahen.

»'tschuldigung«, sagte ich aufgeschreckt. »Hat jemand etwas zu mir gesagt?«

Ein leises Kichern lief durch die Gruppe. Dann meldete sich Lizzie, eine Reiterin, die schon früher am Tag eine hübsche Rappschimmelstute vorgestellt hatte. »Sie haben den ganzen Tag geredet und sind wahrscheinlich völlig ausgequetscht«, fing sie an. »Wenn Sie also nichts mehr sagen wollen, haben dafür sicher alle Verständnis. Aber ich habe mich gefragt, was wohl die größte Veränderung gewesen sein mag, die Sie je bei einem Pferd erlebt haben.«

»Die größte Veränderung?«

»Ja«, fuhr sie fort. »Sie wissen schon, ein Pferd, das wirklich schwer gestört war und mit dem Sie gearbeitet haben, bis eine wunderbare Verwandlung eintrat. So in etwa.« Sie schwieg einen Augenblick. »Fällt Ihnen da etwas ein?«

Ich brauchte ein Weilchen, bis die Frage bei mir ankam. Vermutlich war ich im Geiste immer noch mit der blauen Flamme beschäf-

Umschlaggestaltung von Jorge Schmidt unter Verwendung von einem Farbfoto von Adrian Bozai (Umschlagvorderseite) und Sonja Bucher (Umschlagrückseite).

Doppelband aus den beiden Titeln »Der von den Pferden lernt« und »Dein Pferd – dein Partner«.

Teil I: »Der von den Pferden lernt«

Aus dem Amerikanischen übersetzt von Sigrid Eicher.

Titel der Originalausgabe: »Life Lessons from a Ranch Horse«

erschienen bei Skyhorse Publishing, New York, USA.

© 2011, Mark Rashid

Teil II: »Dein Pferd – dein Partner«

Aus dem Amerikanischen übersetzt von Sigrid Eicher.

Titel der Originalausgabe: »Whole Heart, Whole Horse«

erschienen bei Skyhorse Publishing, New York, USA.

© 2009, Mark Rashid

Mit 20 Farbfotos (privat) und einer Zeichnung von Greg Miles.

Unser gesamtes Programm finden Sie unter **www.kosmos.de**
Über Neuigkeiten informieren Sie regelmäßig unsere Newsletter,
einfach anmelden unter **kosmos.de/newsletter**



Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier

© 2017, Franckh-Kosmos Verlags-GmbH & Co. KG, Stuttgart.

Alle Rechte vorbehalten

ISBN 978-3-440-15096-2

Redaktion: Katja Pauls

Produktion: Claudia Frank

Druck und Bindung: Těšínská tiskárna

Printed in The Czech Republic / Imprimé en République Tchèque