

Luc Van Hoecke

“Grond”-beginselen

PAARDNERSCHAP

Reflecties en Studies

September 2021

Eerste editie

Copyright@LucVanHoecke

ISBN 9789403618074

*Ik wil mijn vrouw en de paarden danken
omdat ze mij iedere keer opnieuw laten zien
dat ik de weg naar nieuwe wijsheden en invalshoeken
moet blijven bewandelen door permanente reflectie .
Ook dank ik mijn vrienden John Beckers, Nina
Vanderhaegen en Jan Verscuren voor hun commentaren
en inbreng.*

1. INLEIDING	7
2. DE WEG NAAR PAARDNERSCHAP.....	17
2.1 Paard(w)aardigheid.....	17
2.2 "GESPEECHT" Horse sense for humans	19
2.3 "Speel"-ingesteldheid.....	26
2.4 "De relatie is de basis, niet de prestatie" - ingesteldheid.....	30
2.5 Concentratie	33
2.6 Angst.....	33
2.7 Meer rechts, minder links	36
2.8 De PaardenKracht van intentie	41
2.9 Druk, druk, druk	42
2.10 Belonen of straffen	45
2.11 Geduldige trage stappen.....	49
3. NIEUWE RICHTINGEN VOOR DE MENS	51
3.1 De studie van je eigen houding.....	60
3.2 De studies voor awareness	68
3.3 De studie van 'kennis en contact maken'	71
3.4 De studie van het gebruik van de zweep	72
3.5 De studie van het recht vooruit en rechtop lopen (idem op de volte)	73
3.6 De studie van onze armen en handen.....	74
3.7 De studie van het gebruik van energie	74
3.8 De studie van het richten van je goede houding.....	75
De grenslijnen	75
De booghouding.....	76
3.9 De studie van schuil- en mijn-ruimte.....	77
Schiilruimte.....	77
Mijn-ruimte	79
3.10 De studie van de goede positie van je lichaam ten overstaan van het paard.....	79
De positiecirkel.....	79
Alfamerrie en -hengst in één.	84
3.11 De studie van de wederzijdse aandacht	86
Aandacht of en contact in de praktijk	88
Twee paardentypes.....	102
3.12. De studie van de halve ophouding.	105
De halve ophouding in praktijk	106
3.13. De studie van het stoppen.	107
Het stoppen.....	107

Het paard laten halthouden op de volte	110
3.14. De studie van het paard in een bepaalde richting sturen	111
3.15. De studie van het paard te laten versnellen op de volte	117
4. NIEUWE RICHTINGEN VOOR HET PAARD.....	118
4.1 De studie van het rechtop lopen van het paard	118
4.2 De studie van de dalende achterhand	138
5. NOG ENKELE STUDIES TOEGELICHT.....	143
5.2 Studie van het achterwaarts stappen	146
5.3 Studie om van hand te veranderen op de cirkel.....	147
5.4 Studie van de flexie met gestrekte voorbenen	149
5.5 Studie van de Spaanse stap aan de hand.....	151
5.6 Studie van op wandel gaan	152
7. Slotbeschouwing.....	153
Bijlagen	155
Bijlage 1 Gebogenheid	155
Bijlage 2 Leeftijd waarop paarden volgroeid zijn.....	156
Bijlage 3 Algemene verzorging	158
Bijlage 4 Anatomie	166
Bijlage 5 Voor mij een kopstukje zonder ijzer.....	171
Bijlage 6 Fragment uit: "Kinship with all Life" van J. Allen Boone..	190
Bijlage 7 Scoutmethode	191
Bijlage 8 Vijf Karakters formule	195
Bibliografie	198

1. INLEIDING

*Luister naar het paard
Het zegt hoe is mijn aard
Dat met zijn pracht en gratie
Mij achterlaat in diepe adoratie*

*Hoor hoe zijn galop in cadans
Mij terugbrengt naar mijn balans
Al draagt de wind ons nog zo gezwind
Het is hier dat mijn weg begint*

*Verberg mij voor even in je "zijn"
Want de emoties van het hart doen mij pijn
Dompel mij onder in je macht
Voor mij een bron van kracht*

*Draag mij dan mee naar mijn geliefde
Want één te zijn is wat ons sierde
Één gedachte, één lichaam, gewoon heel fijn
Genieten van het samenzijn*

*En als je dan gekroond met lange manen in de
wind
Mij roept en zoekt en niet meer vindt
Dan galoppeer ik in de schaduw van jullie hoede
Naar een tijdloos bestaan met al het goede
Dat ik van jullie heb gekregen*

Luc Van Hoecke

Het was tijd om enkele oude ideeën terug in herinnering te brengen en andere te vervangen door nieuwe. Gedurende de laatste jaren ben ik weer geëvolueerd en is het tijd om mijn oudere reflecties en gedachten te herschrijven.

Waren de dingen die ik vroeger vertelde verkeerd? Neen, ze waren op dat moment juist voor mij. Sindsdien heb ik nieuwe ervaringen opgedaan en zullen er misschien enkele ideeën niet meer aan bod komen. Misschien worden deze laatste voor mij terug belangrijk binnen een jaar of binnen twee jaar, wie zal het zeggen.

Wat ik wel hoop is dat je met dit boek zelf gaat reflecteren over wat je met je paard(en) aan het doen bent, om zo zelf verder te groeien. De titel van het boek kon daarom evengoed als volgt zijn: Paarderschap, een weg naar zelfontwikkeling.

Onafhankelijk van wat je met paarden doet en welke verantwoordelijkheden je hebt tegenover hen, is het nodig om aan jezelf als mens te werken en je te ontwikkelen. Jij bent de basis voor vertrouwen, respect, goede lichaamstaal, helderheid, leiderschap. En of je nu alleen paarden hebt om te verzorgen, af en toe te berijden, eigenaar bent of niet, je hebt een verantwoordelijkheid ten overstaan van hen en die moet je nemen. Een mooi voorbeeld van onverantwoordelijkheid is volgens mij het volgende: Een dame komt in een manege reeds vele jaren paardrijden. (Ze heeft zelfs jaren een eigen paard gehad). Maar gedurende al die jaren heeft zij nooit gewerkt aan haar bijna panische angst voor paarden. Ieder geluidje, iedere beweging, kortom bijna alles zou (volgens haar) haar paard kunnen laten schrikken. Om het cru uit te drukken: zij denkt dat haar paard zal schrikken als een chinees in Beijing een boer laat. (Als je dan weet hoeveel Chinezen er zijn en hoeveel boeren ze laten...) Zij is trouwens ook nog niet tot het inzicht gekomen hoe gevaarlijk dit is voor zichzelf en voor de anderen. Het paard waar zij mee rijdt, maar ook de andere paarden in haar buurt, voelen haar angst (spanning) en zullen op hun eigenste manier hierop reageren en dit kan inhouden dat ze bijvoorbeeld zullen stampen of bijten of weg lopen. Je neemt dus ofwel je verantwoordelijkheid op en werkt aan die angst ofwel blijf je uit de buurt van paarden.

Omgaan en rijden met paarden is een evolutie, een proces. Iedereen krijgt de tijd om dit proces te laten evolueren, maar je moet wel het proces in gang houden.

Laat het een groeien zijn dat je stapje voor stapje doormaakt. En ik gebruik speciaal verkleinwoorden omdat de stappen soms zeer klein mogen zijn. Soms zullen er zelfs momenten zijn dat je het gevoel hebt dat je niet vooruit bent gegaan, maar bedenk dan dat de stappen zo klein waren dat ze misschien aan jouw waarneming ontglipt zijn. Toch heb je een referentiepunt, namelijk je paard. Als je gaat reflecteren over wat je samen aan het doen bent, dan zal je zien dat je wel vooruit bent gegaan. Luister naar je paard. Wees een paarden-'luisteraar'. We moeten ervan af komen dat wij de paarden alles moeten leren en zelf niets doen. Neen, wij moeten luisteren en reflecteren om als mens te evolueren en te groeien.

Voor onze 'paard-ners' ten tonele gebracht worden, toch nog de volgende overpeinzingen:

Paarden hebben mij altijd gefascineerd. Sinds ik klein was, wilde ik een paard hebben. Ik ben opgegroeid in een periode van western- en ridderfilmen. Paarden waren symbool voor vrijheid, natuur, uitgestrekte landschappen, veroveringen ... Ze waren ook een bundeling van pracht en kracht. Hier ook een woord van dank aan de mensen die het toen hebben mogelijk gemaakt om mij met paarden te laten omgaan. Naast al deze oude gevoelens geven de paarden mij nu nog dagelijks rust, evenwicht, plezier, pracht, energie en reflecties. Ze strelen mijn ogen iedere maal met hun prachtige verschijning. Maar ze beroeren mij nu meer dan vroeger met hun paardzijn of misschien ben ik er mij bewuster van. Ze reflecteren de vooruitgang die ik maak in mijn 'Zijn'. Daarom weet ik nu en wil ik het ook aan iedereen verkondigen, dat ze onze volle aandacht en liefde nodig hebben. Ondanks het feit dat ze gemiddeld zeker vijf, zesmaal meer wegen dan wij, ze sneller kunnen lopen, hoger kunnen springen, sterker zijn, lichtvoetiger, vriendelijker, aanhankelijker, fijngevoeliger, geduldiger, meer uithouding hebben, meer in evenwicht zijn en dat ze kunnen bokken, stampen, bijten, er vandoor gaan ... moeten we hun ware aard leren zien, aanvaarden, er begrip voor hebben en er van leren. Dit wil ook zeggen dat we moeten weten wie en wat ze zijn en wat ze ons willen zeggen.

Ik ben niet met paarden opgegroeid. Ik was zelfs eerder 15 jaar toen ik met hen in contact ben gekomen. En ik ben ook begonnen door niet echt

naar hen te luisteren. Uiteindelijk, vele jaren later, heb ik mezelf onder de loep genomen en ben ik me vragen beginnen stellen. Toen ontdekte ik de fouten die ik aan het maken was. Tijdens het samenspel vanop de grond gaf ik wel mondelinge bevelen, maar ik lette niet op de uitdrukking van mijn lichaam en zeker niet op de achterliggende ingesteldheid van mijn geest. Door mijn slechte aanpak was ik eerder onheldere bevelen aan het geven in plaats van samenwerking te vragen. Bevelen die tijdens het rijden trouwens eerder uitmondde in trekken en sleuren dan in uitnodigen en vragen. Ik was ook gewoon niet in het moment waardoor ik niet voelde wat er nodig was. Er moest dus op zijn minst een betere communicatie met de paarden tot stand komen. Dit was en blijft een moeilijke opgave, maar uiteindelijk is gebleken en blijkt nog iedere dag, dat het een zeer plezierige en zinvolle ontdekkingsreis is.

Je kan gaan zoeken naar methodes en systemen om (beter) met je paard om te gaan. Vele van deze methodes en systemen zijn erop gericht om het paard te veranderen. En daar wringt (voor mij) het schoentje. Het zijn niet de paarden die moeten leren, maar de mensen. Er wordt zo veel gezegd dat paarden spiegels zijn en dat is waar. Paarden zijn meesters in het ontdekken van disharmonie en onevenwicht of incongruentie bij de mens. Doe er dus iets mee.

Paarden blijven je soms wantrouwen of vertonen onrespectvol gedrag (volgens ons) of hebben een starre of zelfs een agressieve houding tegenover je. Je kan hen dan met harde hand en voldoende 'hulpmiddelen' je dominantie opleggen. Je kan het zoveelste systeem uitproberen om hen te laten doen wat jij wil. Maar dan mis je de belangrijke lessen die ze je te leren geven. Alleen doen ze dit in hun eigen taal en vanuit hun geaardheid. Zoals bijvoorbeeld: ben jij in balans (in enge zin: geest/lichaam, verbaal/non-verbaal, in ruime zin: mens/andere mensen, mens/dieren, mens/omgeving, ...), dan zullen zij ook balans laten zien.

Het is aan jou om hun gedrag te interpreteren, jezelf vragen te stellen en daaruit te leren. Jij bent toch degene die kan nadenken, jij bent degene die kan reflecteren, jij kan alternatieven bedenken, jij hebt meer gedragsmogelijkheden dan het paard, jij bent de 'redelijke' mens, toch? Je kan van hen leren jouw handelingsmogelijkheden te verruimen in een sfeer van samenwerking, harmonie en 'paarderschap' met respect

voor de eigenheid van de betrokken partijen in plaats van brute dominantie en onderdrukking.

Eén van de manieren om hen een beetje te begrijpen is o.a. door dezelfde taal te spreken. En je zal dan iedere keer opnieuw zien dat als je die taal spreekt, zij zich openstellen, je meer gaan vertrouwen en meer aandacht voor je hebben. Blijf je doof en blind voor hen en wil je niet luisteren naar hen, dan zullen zij je dit laten weten door hun misnoegdheid, door te bokken, te stampen, te bijten, futloos te zijn, gestresseerd, zonder vreugde, zonder stiptheid, zonder schwing, takt, gratie ...

De volgende metafoor helpt je misschien ook: denk dat je op reis bent. Reizen' staat toch voor: woorden van een nieuwe taal leren, niet werken, nieuwe wegen inslaan, de tijd nemen, tot rust komen, plezierige dingen doen, niet moeten, een goed boek lezen, iets gaan bekijken, praten en lachen, een stukje avontuur beleven, andere mensen en culturen leren kennen, de verschillen ervan zien, enz.

Ga dus op 'ontdekkings'-reis in jezelf en naar de paarden. Reis door de paardenwereld: voel, lees boeken, bekijk films van paardenmeesters, volg verschillende trainingen en clinics, maar vooral: observeer paarden, doe kleine (en respectvolle) gedrags- en houdingsexperimenten met paarden, zie hoe ze reageren en reflecteer. Kijk in jezelf en zet de prestatiedrang opzij, geef jezelf (en het paard) de tijd om te leren, doe alles in alle rust en met plezier voor allebei, praat en luister naar elkaar, ontdek samen nieuwe dingen, stel vragen, enz.

Heb je bijvoorbeeld ook al eens getracht om paard te zijn? Probeer het eens. Je hoeft niet direct op handen en voeten te lopen of te grazen op de wei (hoewel dit ook wel een goed gezichtspunt zou zijn) maar een kwartiertje in een stal staan of vastgebonden tegen een muur met vers gras op 2 meter afstand of naar de mensen kijken die je benaderen of je inbeelden hoe het voelt als er iemand op je rug zit die je in de buik stampt en pijn doet in de mond.

Na hoeveel tijd begon het je al te vervelen om in een gesloten stal te staan? Wat vond je van dat botsende gewicht op je rug? Hoe frustrerend vond je het dat de mensen je niet verstonden en begrepen? Lees boeken, bekijk films, enz. over paarden om je in hun leefwereld in te leven. Dankzij deze kennis van het 'paard-zijn' zal je dan misschien inzien wat die tweevoeters 'verkeerd' doen.

Je zal dagelijks geconfronteerd blijven met je toch nog geringe kennis en evolutie, want het is moeilijk om jezelf te veranderen. Maar als je moeite doet om jezelf en de relatie met de paarden te verbeteren dan zullen ze respectvol en dankbaar zijn.

En wees gerust, de meeste van onze viervoetige paard-ners zullen je er iedere keer opnieuw geduldig op wijzen dat je op de juiste manier met jouw ganse zijn met hen moet praten. Zij zijn je leraren in het zoeken naar goed of echt 'ZIJN'. Daarom moet het je verheugen dat ze je als hun leerling willen aanvaarden. Alleen al voor deze geaardheid van het paard moet je respect hebben. In al die jaren dat mijn vrouw en ik coaching met paarden doen, hebben wij hen ongeloofelijke dingen doen. Activiteiten die aan de mensen gevraagd werden om met de paarden te doen, maar waar veel te lang over gepalaverd of nagedacht werd door de mensen, deden de paarden ondertussen maar uit zichzelf.



Fig. 1 De lange, moeilijke(?) maar prachtige weg (de Cares-kloof, Picos de Europa)

Een vraag die hier rijst is misschien: Waarom al die moeite doen?
Waarom de lange en moeilijke weg volgen door jezelf te veranderen als

er andere methoden zijn die recht zijn en sneller 'zichtbaar' effect kunnen geven?



Fig. 2 De rechte weg naar het doel

Stel jezelf dan de volgende vraag: Hoe wil ik mijn doel bereiken en hoe zie ik het paard: als gebruiksvoorwerp of als 'paard-ner'? Er zijn methoden waarmee je aan de slag kan gaan en waar zo goed als ieder paard uiteindelijk doet wat je vraagt. Maar nogmaals, wat vindt het paard ervan? Wat zijn de gevolgen voor het paard en welke zijn de gevolgen voor de verhouding tussen jou en het paard? Of nog: Wat voor soort paard-nerstype wil jij zijn: dominant, inspirerend, motiverend, authentiek ...? Aan jou de keuze en denk eraan: jij staat op dezelfde manier in het leven en tegenover andere mensen als tegenover je paard.

It is rare to see a rider who is truly passionate about the horse and his training Taking a profound interest in dressage with self-abnegation, and making this extraordinarily subtle work one of the dominant motivations of his live.'

Nuno Oliveira, reflections on equestrian art , J.A. Allen London

Een paard liegt niet!

Deze uitspraak is nog een hulpmiddel in je omgang met paarden. Als je ervan uit gaat dat het paard altijd juist reageert op jou of je vragen, dan ben je aan het luisteren. Dit is het begin maar uiteindelijk niet voldoende. Door reflectie zal je evolueren, rijker worden.

Paarden reageren op een consistente manier vanuit hun aanleg en instincten. Zij hebben geen verborgen agenda. Zij zijn niet in staat om te liegen of te veinzen. Hun reacties op jou, vertellen iets over jezelf, je gedragingen, je gevoelens, je gedachtepatronen. Zij laten je weten hoe je bij hen overkomt.

Wanneer paarden doen wat ze doen, zijn ze tegen je aan het fluisteren en dit soms bijna niet hoorbaar. Het is daarom aan jou om goed waar te nemen en mogelijke oorzaken en antwoorden te zoeken voor de paarden (moeten) beginnen te roepen om begrepen te worden. Deze antwoorden zullen zeer dikwijls, om niet te zeggen bijna altijd, bij jezelf (of andere mensen) te vinden zijn.

Dus wil je een 'verandering' in het gedrag van de paarden, dan is het aan jou om te zoeken hoe je dit kan bereiken door je eigen gedrag te veranderen.

Wayne Dyer zei: "Als je de manier verandert waarop je naar de dingen kijkt, zullen de dingen waar je naar kijkt ook veranderen."

Door de manier te veranderen waarop jij jouw relatie met paarden visualiseert, zal je een pad ontwaren dat leidt naar zelfverbetering, vervulling en bewustzijn.

Waarom is het paard een spiegel?

Paarden zijn prooidieren. Hierdoor hebben zij genetisch (want het is niet omdat ze in een stal geboren zijn dat ze dit niet hebben) een zeer grote gevoeligheid voor veranderingen en dan voornamelijk veranderingen in spanning. Zij moeten minieme spanningsverschillen kunnen waarnemen voor hun veiligheid.

Angst brengt spanning teweeg in je lichaam. Maar ook wanneer je gefocust bent op een bepaald onderwerp of voorwerp, wanneer je tracht te herinneren wat je straks moet meebrengen van de winkel, geven spanningen. Paarden reageren op deze spanningswisselingen. Daarom hebben een groot deel van de reacties van paarden, wanneer je in hun buurt bent, hun oorsprong bij jou.

Wij zijn degenen die moeten leren en niet de paarden.

Je ziet en hoort al te vaak dat mensen die met paarden omgaan, vloeken en tieren op hun paard en het dier (en ook wel de anderen mensen) de schuld van alles geven, maar zichzelf nooit in vraag stellen. Dat zichzelf in vraag stellen dikwijls een harde confrontatie teweegbrengt, omdat je vaststelt dat je eigen gedragingen toch niet het gewenste effect hebben, moeten je er (met plezier) bijnemen.

Laat je daarom niet verleiden om systemen te gebruiken die enkel het gedrag van de paarden willen veranderen, maar waar je zelf buiten kijf blijft. Met dergelijke methodes zal het paard uiteindelijk ook doen wat je vraagt, maar het gaat dit op een robotachtige manier doen. Je gaat zien dat er geen verbinding, harmonie is. Alles gaat op een slaafse manier uitgevoerd worden, zonder veel spirit of enthousiasme.

Metafoor: In oude westernfilms zegden de indianen dat de blanken soms met gespleten tong praatten. Vind je dit hier van toepassing?

Je mag alle systemen en methodes gebruiken maar maak er iets van jezelf van. Ze moeten ertoe leiden dat jij verandert en kijk hoe de verbinding met je paard is. Door een systeem enkel te gebruiken, zal er

geen congruentie zijn tussen je eigen persoonlijkheid en het 'uiterlijke' systeem dat je toepast.

Uit al het voorgaande kan maar één ding besloten worden: stop met ervan uit te gaan dat het de paarden zijn die dingen moeten leren. Zo blijft alles gefocust op het paard dat moet veranderen en mag jij zelf rustig op de achtergrond blijven staan. Dit is absoluut niet de goede houding.

In dit boek zullen er eerst enkele begrippen nader bekeken worden die je kunnen helpen een andere ingesteldheid te krijgen.

In het volgende deel ga je effectief verder met het veranderen van je houding en sla je nieuwe richtingen in die betrekking hebben op jezelf om zo beter met de paarden om te kunnen gaan.

In het laatste deel ga je nieuwe richtingen inslaan die voor het paard gelden om samen met jou te bewegen en eventueel bereden te worden.

2. DE WEG NAAR PAARDNERSCHAP

When did you stop playing?

When did you stop dancing?

When did you stop singing?

When did you stop being enchanted by stories?

*When did you stop finding comfort in the sweet
territory of silence?*

*Where we have stopped playing, dancing, singing, being
enchanted by stories, or finding comfort in silence is
where we have experienced the loss of soul.*

(vragen door sjamanen gesteld)

2.1 Paard(w)aardigheid

In het voorgaande werden er al enkele punten aangehaald die je al een stukje op weg helpen naar paardnerschap. In dit hoofdstuk worden er nog meer begrippen aangegeven waar je stil kunt staan, om te zien wat ze voor jou betekenen en inhouden.

Eerst een reflectievraag: Als jij de term paard(w)aardig hoort, wat komt er dan bij je op?

Een mogelijke omschrijving van de term kan zijn:

**“Je kan tot paardnerschap komen als jij als mens
paard(w)aardig wordt.”**

De term paard(w)aardig houdt dan in (de opsomming is niet limitatief):

Paardaardig is zorgen voor de veiligheid van je paard. Dit is zeer belangrijk als het al niet het allerbelangrijkste is. Wanneer een paard zich niet veilig voelt, dan is er geen rust. Veiligheid geven gaat zeer ver. Het gaat niet enkel over een stal of onderkomen met eten en drinken maar ook over het paard niet uit balans brengen zonder daar bewust rekening mee te houden. Dit wil ook zeggen dat wij ons veilig moeten voelen.

Paardaardig houdt ook in dat je vriendelijk bent tegen de paarden. Vriendelijk zijn is met een open geest naar de paarden kijken. Positief reageren op gedragingen die jij belangrijk vindt. Kijken naar de soms kleine pogingen die de paarden maken in antwoord op je vragen of uitnodigingen. Ze zijn soms bijna onzichtbaar maar als je zeer aandachtig bent dan zal je die minieme pogingen zien. Je zal er naar streven om te luisteren naar de paarden en niet te staan roepen en bevelen.

Ga niet agressief zijn tegenover de paarden. Geen agressiviteit houdt in dat je hen niet gaat slaan, bruuft gaat zijn, sporen gaat gebruiken, een bit gaat gebruiken.

Het begrip omvat ook dat je je kennis over de paarden moet uitbreiden. Deze kennis zal leiden tot het beter begrijpen van de paarden en hun reacties. Op zoek gaan naar wat paarden zijn, hoe ze leven, hoe ze bewegen, enz. zal je aardiger maken, empathischer.

Paardaardig zijn is ook consequent en congruent zijn (zie verder voor deze begrippen).

Paardaardig betekent ook dat je reflecteert over o.a. volgende vragen: "Welke relatie wil jij met het paard?" Is dit een relatie waar je gelijken bent of iets anders? Welke omschrijving wil jij geven aan de relatie met je paard, is het: persoonlijk, effectief, natuurlijk, interactief, transformationeel, gezond, coachend, vrouwelijk, echt, duurzaam, filosofisch, strategisch, mannelijk, authentiek, energetisch, bestuurlijk, ethisch, zakelijk, spiritueel, facilitair, anticyclisch, geestelijk, innovatief, excellent, opbrengstgericht, integraal, intrinsiek, dienstbaar, innerlijk, gedeeld, creatief, evenwichtig, inspirerend, gedreven, positief, dienend,

onzichtbaar, professioneel, passief ...

Paardaardig is ook jezelf veel in vraag stellen en niet zeggen dat het paard fout is, dat het een moeilijk paard is.

Paardwaardig zijn is hun taal spreken

Paardwaardig zijn is in het NU handelen.

Paardwaardig zijn is niet stoppen met spelen met je paard, samen dansen en zingen, betoverd worden door hun verhalen en je samen comfortabel voelen tijdens stiltes.

Paardwaardig zijn is wanneer je alles gedaan hebt om paardaardig te zijn.

2.2 “GESPEECHT” Horse sense for humans

Door het toepassen van de volgende ingesteldheden wordt je nog meer paard(w)aardig.

De beginletters van de principes die hier naar voor gebracht worden, vormen samen het woord ‘gespeecht’. Dit woord is niet enkel een “werk”- of “doe”- woord, maar duidt ook op een vorm van communicatie. Speecheen is meestal eenrichtingsverkeer of eenzijdig. Ook dit komt ten dele goed uit want, zoals al gezegd, zullen in de omgang met paarden, de veranderingen om een betere communicatie en relatie tot stand te brengen, grotendeels uit onze richting moeten komen. Verder is het ook zo dat wanneer iemand die speecht zich niet goed voorbereid heeft, of het onderwerp niet boeiend kan brengen, geen rekening met het publiek houdt of niet achter het onderwerp staat, het publiek zich gaat vervelen en geen aandacht meer voor hem of haar zal hebben.

Deze ingesteldheden beïnvloeden elkaar ook: met geduld zal je de nodige takt hebben en rustig de tijd nemen om op een eenvoudige

manier duidelijk te zeggen wat je wilt. Door geduld te hebben zal je congruente gedrag resultaat krijgen.

We zitten hier in de sfeer van het holisme (Grieks: holon wat geheel wil zeggen). Belangrijk in het idee van het holisme is dat de eigenschappen van een systeem niet kunnen verklaard worden door alleen de som van zijn componenten te nemen. Het geheel ontleent zijn kenmerken uit de samenstellende delen, maar ook hun samenhang, ordening en interactie zijn even belangrijk. Het ene principe zal ons energie geven om het andere toe te passen en deze energie zal onze zoektocht altijd nieuw leven inblazen en zal ons de nodige humor en creativiteit geven om onze relaties verder uit te bouwen.

De GESPEECHT-principes:

G

De "G" staat voor **geduld** en dit hangt zeer nauw samen met het laatste principe namelijk de takt (= gevoel voor wat gepast of wenselijk is). Omdat je best alles stap voor stap laat verlopen, heb je geduld nodig. Wanneer je geduldig bent, zal je ook rust vinden en zal er sneller ontspanning zijn. Wanneer je uit het drukke verkeer komt en snel wat met je paard wil doen, maar je moet daarna nog ergens op tijd zijn ... dan zal je snel je geduld verliezen wanneer iets niet goed genoeg lukt. Iets opbouwen doe je met veel rust en kalmte en begrip en dan zal je zien dat je geen dwangmiddelen moet gebruiken. Door geduldig te zijn, ga je heel veel kunnen bereiken. Een paard zal trouwens maar 'echt leren/samenwerken' wanneer het kalm en rustig is. Denk eraan dat paarden geen horloge of agenda hebben. Gelukkig maar! Geduld hebben, is je prestatiedrang niet op de eerste plaats zetten. Je mag een doel hebben, maar het is niet de bedoeling dat je dat kost wat kost bereikt en dan nog in de kortst mogelijke tijd.

E

Deze "E" staat voor **ervaring**. Tracht zo veel mogelijk ervaring op te doen met veel verschillende paarden en systemen aan de hand van clinics of via literatuur. Hoe meer ervaring je hebt, hoe beter je gaat voelen wat jij nodig hebt in de omgang met paarden. Als je niet het geluk hebt om te beschikken over veel tijd en middelen om overal stages te gaan volgen, lees dan over de ervaringen van anderen. Langs

de andere kant zijn er tegenwoordig genoeg events die je kunt bijwonen en waar je kan leren (soms ook kan leren hoe het helemaal niet moet). Ervaring met iets hebben, houdt in dat je iets gewoon bent om te doen, dat het een zekere vanzelfsprekendheid gaat bezitten, dat het een stukje van jezelf is geworden. Het kunstmatige zal verdwenen zijn en iets gewoon zijn, zal ook weer meer rust met zich meebrengen.

Vanzelfsprekendheids-ingesteldheid:

Vanzelfsprekendheid is dat je zonder aarzeling en zonder er nog bij stil te staan, een handeling gaat uitvoeren (onbewust bekwaam). Het is als het ware een automatisme geworden. Hierdoor wordt er geen spanning opgebouwd. Dit geeft ook aan het paard de indruk dat de handeling normaal is. Omdat er geen gedachte wordt vastgehouden gaat je focus ook niet vernauwen of er helemaal op gericht worden. Het geeft vertrouwen. Het paard zal bij zoveel vanzelfsprekendheid rustig blijven. Een mooi voorbeeld hiervan: er stond op een gegeven ogenblik op de manege een jong paard van 5 jaar die zadelmak moest gemaakt worden. (Met zadelmak maken wordt er bedoeld dat er een zadel op een jong paard wordt gelegd en dat men er mee begint te rijden.) Nu zegde de lesgever aan een beginneling die kwam rijden in de les om een paard van de manege al te gaan opzadelen. Een beetje later komt deze persoon met een opgezadeld paard de piste ingestapt. Groot was de verwondering van de lesgever om zijn 5-jarig paard voor de eerste keer mooi opgezadeld te zien. De verdere stap heeft de lesgever niet willen nemen, namelijk het voor de eerste keer laten berijden door een niet gevorderde ruiter. De ruiter die het paard opgezadeld had, wist dus niet dat hij het verkeerde paard had genomen en ging er als vanzelfsprekend van uit dat het paard dat hij aan het opzadelen was een getraind paard was. Dankzij deze vanzelfsprekendheid heeft het paard ook de handelingen die hij onderging, geaccepteerd.

S

De "S" staat voor **shenking**. De ervaringen en wijsheden die je opdoet, schenk je aan de kudde. Hierdoor zal de kudde ook vertrouwen in je krijgen of hebben. Dit zal tevens de veiligheid en het welzijn van de kudde verbeteren en haar ten goede komen. Ieder lid van de kudde draagt bij tot de groei ervan. En bezie de kudde niet enkel als jij en je paard. Verruim de kudde tot alle paarden. Zie ook naar wat de paarden je schenken. Luister en sta open voor hen.