

*Een
holistische
reis naar
harmonie met
je hond*

Sabrina Allegria

*Een holistische reis
naar harmonie met je hond*

Sabrina Allegria

Auteur: Sabrina Allegria
ISBN:9789464856354
© Sabrina Allegria
Uitgeverij: Mijn Bestseller



Inhoud

Een holistische reis naar harmonie met je hond.....	1
Een kijk in de wereld van je hond	23
Het opbouwen van een hechte en harmonieuze relatie	27
Behoeft piramide	33
Het Dominantie Model	41
Holistische visie op hondengedrag	47
Verbinding tussen lichaam, geest en ziel ..	51
Harmonie in Lichaam, Geest en Ziel	56
Het lichaam	60
De Geest	102
De Ziel.....	165

Over mij...

Het is een eer om mijn verhaal en werkwijze met jullie te delen, gebaseerd op mijn diepgaande kennis en ervaring in het omgaan met honden.

Mijn naam is Sabrina, en ik ben een gediplomeerd holistisch gedragsdeskundige voor honden. Mijn passie voor honden en hun welzijn werd ontstoken door mijn trouwe viervoeter, mijn allereerste wolfhond, Akeela. Haar complexe angststoornissen en extreem uitvalgedrag motiveerden me om een plek te creëren waar ze volledig tot rust kon komen - Snuffeltuyn Scent. Met Akeela als mijn muze en drijfveer, begon mijn reis naar een dieper begrip van hondengedrag en de betekenisvolle connectie tussen mens en hond. Gedurende mijn 18-jarige carrière als leidinggevende in een bekende drogisterij, voelde ik een onweerstaanbare drang om me opnieuw te scholen en mezelf te verdiepen in de wereld van honden en hun gedrag. Met elke cursus en workshop groeide mijn expertise, en maandelijks zoek ik naar nieuwe bijscholingen bij gerenommeerde internationale academies. Mijn kennis en ervaring hebben me de mogelijkheid gegeven om een Canine Reactivity Specialist en Agression In Dogs Expert te worden, met een unieke focus op het oplossen van gedragsproblemen op een

holistische wijze.

Dit boek is het resultaat van mijn passie, toewijding en voortdurende zoektocht naar een dieper begrip van honden en hun gedrag. Ik wil een verandering teweegbrengen in de manier waarop we met onze viervoeters omgaan, ver weg van de dominantietheorie en naar een meer compassionele benadering van omgaan met honden.

Mijn werkwijze is gebaseerd op het integreren van holistische principes, waarbij we de fysieke, mentale en spirituele behoeften van onze honden erkennen en vervullen. Ik geloof in de kracht van force-free training, waarbij we de positieve interactie en wederzijds respect tussen mens en hond bevorderen. Bovendien breng ik de spirituele dimensie van de hond-mens relatie naar voren, waarbij we de energieën harmoniseren en een diepe verbinding tot stand brengen. Ik nodig jullie uit om jezelf onder te dompelen in de inzichten, praktische tips en inspirerende verhalen die dit boek te bieden heeft. Ontdek hoe je de behoeften van je hond kunt vervullen en hoe je een diepere en liefdevolle band met je hond kunt opbouwen.

Mag dit boek jullie inspireren en begeleiden op jullie eigen reis naar een harmonieuze en vervullende relatie met jullie honden. Door de pagina's heen zullen jullie mijn persoonlijke verhaal ontdekken, geworteld in mijn eigen ervaringen met Akeela en andere honden die mijn pad hebben gekruist.

Ik deel met jullie mijn successen, uitdagingen en de waardevolle lessen die ik onderweg heb geleerd. Ik geloof sterk in het potentieel van elke hond om te groeien, te genezen en een leven vol vreugde en welzijn te leiden. Met mijn holistische benadering en goed opgeleide achtergrond bied ik jullie de tools en inzichten om jullie honden te ondersteunen op hun eigen unieke reis naar emotionele balans en gezondheid.

Ik nodig jullie uit om deze reis samen met mij te maken, om open te staan voor nieuwe inzichten en om te leren van elke interactie met jullie honden. Laten we samen streven naar een wereld waarin onze honden volledig begrepen en ondersteund worden, en waarin we als mens kunnen groeien en evolueren. Ik hoop dat dit boek jullie zal inspireren, informeren en aanmoedigen om een diepere verbinding met jullie honden aan te gaan, en om hen te helpen bloeien in een wereld vol liefde, begrip en welzijn. Ik wens jullie veel leesplezier en een betekenisvolle reis vol ontdekkingen en transformatie.

Met liefde en toewijding,

Sabrina



Een Ode aan Akeela

Akeela was een bijzondere hond. Ze had een unieke manier van denken, een wereld van noden en behoeften die haar stuurde. Ze kon niet praten zoals mensen dat deden, maar ze had haar eigen manier om te communiceren. In haar wereld draaide alles om basisbehoeften. Ze had voedsel nodig om te overleven, water om haar dorst te lessen en een veilige plek om te rusten. Maar er was meer dan dat. Akeela had ook emotionele behoeften. Ze had liefde, genegenheid en aandacht nodig om zich gelukkig te voelen.

Ze leerde snel hoe ze haar behoeften kenbaar kon maken. Als ze honger had, keek ze met grote ogen naar haar voerbak en gaf ze kleine piepgeluidjes. Als ze dorst had, ging ze naar haar waterbak en krabde ze op de grond. En wanneer ze zich angstig of eenzaam voelde, kwam ze naar me toe en legde ze haar hoofd op mijn schoot, hopend op troost en geruststelling. Maar Akeela leerde niet alleen om haar behoeften duidelijk te maken, ze leerde ook om mijn signalen en emoties te begrijpen. Ze kon zien wanneer ik verdrietig was en kwam dan naast me zitten, haar kop zachtjes tegen mijn been rustend.

Ze kon mijn vreugde voelen en begon vrolijk rond te springen, haar staart wild kwispelend.

Het was fascinerend om te zien hoe Akeela leerde denken in haar eigen wereld van noden en behoeften. Ze was gevoelig en intuïtief. Terwijl ze me leerde haar wereld van noden en behoeften te begrijpen, leerde ze me ook om anders naar haar te kijken. Ze opende mijn ogen voor de subtiliteiten van haar gedrag en communicatie. Ik begon te beseffen dat Akeela me niet altijd rechtstreeks om iets vroeg. Soms was het aan mij om haar behoeften af te leiden uit haar gedrag en lichaamstaal. Ze liet me zien dat een zachte zucht kon betekenen dat ze zich verveelde en graag wilde spelen. Een lage grom kon aangeven dat ze zich ongemakkelijk voelde in een bepaalde situatie. Ik begon te letten op haar lichaamshouding, haar oren, haar staart. Ik merkte dat wanneer ze haar oren plat legde en haar staart tussen haar benen klemde, ze angstig was of zich bedreigd voelde. Maar wanneer haar staart hoog en trots omhoog stond en haar oren alert waren, was ze vol zelfvertrouwen en nieuwsgierig.

Ze leerde me om geduldig te zijn en te luisteren naar wat ze me probeerde te vertellen, zelfs als het niet met woorden was. Ik begon mijn dagelijkse routine aan te passen aan haar behoeften. Ik zorgde ervoor dat ze voldoende beweging kreeg, dat haar voerbak altijd gevuld was en dat ze genoeg tijd had om te rusten en te ontspannen.

Ik leerde haar te lezen en te begrijpen, en zij leerde mij om echt naar haar te kijken en te luisteren. Het was een wederzijdse ontdekkingsreis, een reis waarbij we elkaars taal leerden spreken. Akeela bracht me niet alleen dichterbij haar, maar ook dichterbij andere dieren. Ik begon te begrijpen dat alle levende wezens hun eigen behoeften hebben en dat het aan ons is om die te respecteren en te vervullen.

Met Akeela als mijn gids leerde ik om voorbij woorden te kijken en de subtiele signalen van anderen op te vangen. Ze leerde me om empathie te tonen en beter af te stemmen op de behoeften van degenen om me heen. Haar aanwezigheid was een geschenk dat me veranderde en me leerde om de wereld vanuit een ander perspectief te bekijken. Het proces van het begrijpen en vervullen van Akeela's behoeften was niet altijd eenvoudig. Er waren momenten van frustratie en verwarring. Maar ik was vastbesloten om haar de best mogelijke zorg en liefde te geven. Ik las boeken over hondengedrag, sprak met experts en volgde zelfs cursussen om mijn kennis te vergroten.

Elke dag blijf ik leren en groeien, terwijl mijn honden me blijven begeleiden op deze reis van begrip en empathie. Samen hebben we een bijzondere band gesmeed, gebaseerd op wederzijds respect en het vermogen om elkaars behoeften te begrijpen. En daar ben ik elke dag dankbaar voor.



Akeela, American Wolfdog.

“Dit boek is een eerbetoon aan Akeela en aan alle honden die ons zoveel kunnen leren over onszelf en over het leven. Het is een herinnering dat er meer is dan alleen oppervlakkige interacties. Het herinnert ons eraan dat we verbonden zijn met alle levende wezens en dat we allemaal streven naar liefde, begrip en vervulling.”