

# Inhalt

**Wie Mensch und Pferd  
gemeinsam wachsen können 8**

**Unser Dank 10**

**Verschiedene Welten – Über Menschen und Pferde  
und ihren Weg zueinander 17**  
**Ein Hasenherz und was wir von ihm lernen können 19**  
**Stress adieu: Körper und Seele in Balance 22**

**Menschliche Grundlagen 24**

Die Psyche beim Reiten  
oder fast wie im richtigen Leben 24  
Menschenbild – Was ist Gestalttherapie? 31  
Was ist Reittherapie – Reitunterricht? 37  
Grundlagen der traditionellen chinesischen Medizin 38  
Was ist Klopfakupressur? 40  
Was ist energetische Psychologie? 40  
Was ist EDxTM? 44  
Was ist Kinesiologie? 46

**Pferde 52**

Was ist das Besondere im Umgang mit Pferden? 52  
Was spiegeln uns die Pferde? 56

<b>Probleme, die im Umgang mit Pferden auftauchen</b>	<b>63</b>
Eigene Befindlichkeit und Geschichte	63
Gefühle	66
Menschendenken versus Pferdedenken	69
Stress durch das Pferd	70
Führungsstadt	72
Notwendigkeiten und Entscheidungen	73
Trainingszustand – Physiotherapie	74
Motivation fürs Reiten	78
Zustand des Energiesystems	81
Körperliche Beeinträchtigungen	82
Blockaden bei Mensch und Pferd	84
Probleme mit der eigenen Körperlichkeit	90
Umgebung	94
Welche Auswirkung hat das auf mich?	96
Was kann ich von und mit den Pferden lernen?	96
Reiten im Einklang mit mir selbst: Wie können Kinesiologie und Energiearbeit mir dabei helfen?	97

<b>Kinesiologie und Energiearbeit:</b>	
<b>Methoden und Arbeitsweise</b>	<b>99</b>
Innere Bilder – Visualisierung	99
Häuserkarten	101
Wasser	103
Das Verhaltensbarometer	108
Positive Gedanken zu stressbesetzten Themen	111
Die kinesiologische Arbeit mit dem Verhaltens-	
barometer und der Altersrückversetzung	114
Wie arbeitet Klopfakupressur?	119
Zwei weitere Fallbeispiele	129

<b>Anleitung zur Selbsterfahrung</b>	<b>132</b>
Kinesiologische Übungen	132
Anleitung für die Klopfsequenz	138
Psychische Umkehrungen	139
NAEM	146
Stress auf eigene Situationen	149
Ziele – und wie ich sie erreichen kann	149
Affirmationen für meine Ziele	150
<b>Jede Reise beginnt mit dem ersten Schritt</b>	<b>151</b>
<b>Stress, den Pferde durch die Menschen haben</b>	<b>153</b>
Aufzucht	153
Anreiten	153
Unfälle, schlechte Erfahrungen	154
Pferdehaltung	155
<b>Reiki</b>	<b>160</b>
Wie wirkt Reiki?	161
Chakrenausgleichsübung	163
<b>Service</b>	<b>164</b>
Zum Weiterlesen	164
Nützliches Internet	170
Register	172