

Inhalt

4	Die Unterhaltung mit unserem Pferd	46	UMFELD UND EINFLÜSSE
8	Zu diesem Buch	47	Der Mensch und seine Absichten
	52	Die Rolle der Vorbilder
10	DIE NATUR MACHT ES VOR	56	Tiergerechte Pferdehaltung schafft gute Energie
11	Energien definieren	57	EXKURS: Bedarfsgerechte Fütterung für mehr oder weniger Energie (Conny Röhm)
13	Sozialverhalten und Instinkte	64	Beziehung & Bindung zwischen Pferd & Mensch
14	Bewegungsfreude oder Energie sparen	66	Die innere Haltung
18	Der Mensch als Freund	
20	Der innere Antrieb		
		
22	PFERDE SIND INDIVIDUALISTEN	70	RAUS AUS DER GEWOHNHEIT
23	Pferdetypen – jedes Pferd ist anders	71	Motivation auf dem Weg zum Stall
28	Das eigene Pferd einschätzen	72	Atmen, Fühlen, Loslassen
32	Meridiane und Qi	74	Sport und Abwechslung für Reiter
34	EXKURS: Energie fließt durch den Körper (Diana Tiebes)	78	Energetische Körperpflege für Pferde
		79	Zurück in die Natur
		84	Emotionen erkennen und verbalisieren
		87	Das Pferd als Spiegelbild des Menschen
		90	EXKURS: Spiritualität & Reiten – das eigene Ich erkennen und akzeptieren (Leonie Bühlmann)

96 ENERGIEN BEWUSST LENKEN

- 97 Die Dressur zwischen Sport, Kunst und Philosophie
 - 102 Energien zwischen Pferd und Reiter
 - 106 Die Energie der Paraden
 - 110 Spannungsbögen
 - 116 Elektrisches Gefühl - Kraft, Schwung und Versammlung
 - 120 Timing, Lob und Pausen
-

128 ENERGIE IN DER PRAXIS

- 129 Training individuell gestalten
 - 130 Visuelle Motivation
 - 132 Übungsreihen und Abwechslung für Pferde
 - 136 Individuelle Energien für höhere Lektionen
-

138 SCHLUSSWORT

- 139 Tür frei! und ja sagen
- 140 Dank
- 141 Quellenverzeichnis