

Inhalt

4	Die Unterhaltung mit unserem Pferd
8	Zu diesem Buch
.....	

10 DIE NATUR MACHT ES VOR

11	Energien definieren
13	Sozialverhalten und Instinkte
14	Bewegungsfreude oder Energie sparen
18	Der Mensch als Freund
20	Der innere Antrieb
.....	

22 PFERDE SIND INDIVIDUALISTEN

23	Pferdetypen – jedes Pferd ist anders
28	Das eigene Pferd einschätzen
32	Meridiane und Qi
34	EXKURS: Energie fließt durch den Körper (Diana Tiebes)

46 UMFELD UND EINFLÜSSE

47	Der Mensch und seine Absichten
52	Die Rolle der Vorbilder
56	Tiergerechte Pferdehaltung schafft gute Energie
57	EXKURS: Bedarfsgerechte Fütterung für mehr oder weniger Energie (Conny Röhm)
64	Beziehung & Bindung zwischen Pferd & Mensch
66	Die innere Haltung
.....	

70 RAUS AUS DER GEWOHNHEIT

71	Motivation auf dem Weg zum Stall
72	Atmen, Fühlen, Loslassen
74	Sport und Abwechslung für Reiter
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