

Inhalt

Vorab	4
Über dieses Buch	6
Eine merkwürdige Begegnung	10
Pferde und Tao	12
Das Pferd im alten China	14
Das Tao als moderner Weg zum Pferd	27
Bildersprache und Schriftzeichen	30
Die Grundlagen	36
Alles ist Information	38
Das Tao des Laotse	40
<i>I Ging</i> – das Buch der Wandlungen	44
Achtsamkeit – eine Geschichte zum Nachdenken	48
Das Jetzt üben	54
Tao ist Gelassenheit	56
Die Welt mit Pferdeaugen sehen	58
Das Gleichnis der „Wundersamen Katze“	63
Bambus und Wind	67
Ruhe in der Bewegung	70
Pferd und Tao in der Praxis	74
Führen – aber richtig!	79
Eine Geschichte vom Jetzt	83
Die Trense im Kopf	85
Mit dem Tao in den Sattel	91
Das Tao an der Longe	93
Die Balance – am Fundament arbeiten	97
„Gehe acht Schritte achtsam auf dem Weg zu deinem Pferd“	104
Von Pferden lernen heißt leben lernen	122
Achtsamkeit	124