

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 |