

# Reitkunst

## IM FOKUS

<i>Vorwort</i> .....	10
<i>Präludium: Gedanken zur Reitkunst in Leichtigkeit</i> .....	12
<i>Von der Reitkunst in Leichtigkeit</i> .....	16
Eine Liebeserklärung an die Reitkunst in Leichtigkeit .....	18
Das „richtige“ Pferd für die Reitkunst .....	22
Reitmeditation – (Kon)Zentrierung des Geistes und der Kräfte .....	30
<i>Auf der Suche nach der Leichtigkeit</i> .....	36
Das System der (scheinbaren) Systemlosigkeit .....	38
Von der Schwierigkeit des aktiven Nichtstuns .....	42
Die Entdeckung von Gleichgewicht und Balance .....	48
Von der (Kon)Zentration der Kräfte .....	53
<i>Von der Maultätigkeit und ihrer Bedeutung</i> .....	58
Von der wissenden und der ignoranten Hand .....	62
Von der Mittelpositur und dem Aussetzen der Hilfen .....	65
Vom Prinzip „Hand ohne Schenkel und Schenkel ohne Hand“ .....	68

<i>Energetik und Reitkunst</i> .....	70
Von der Bedeutung des Kreises und der Mittellinie .....	72
Von den 5 Elementen der Medizinischen Reitlehre nach Dr. Stodulka® .....	77
Von der Transzendenz in der Reitkunst und der Architektur der Balance .....	84
Von der Bedeutung der Energielehre für die Reitkunst in Leichtigkeit .....	88
Energieräder oder Chakren: Der Fluss der Energie .....	89
<i>Von der baucheristisch (ganzheitlich) geprägten Reitkunst</i> .....	106
Von der faszialen Osteopathie .....	108
Vom Informationsaustausch auf feinstofflicher Basis .....	112
<i>Epilog</i> .....	116
<i>Wörterbuch der Reitkunst in Leichtigkeit</i> .....	120
<i>Danksagung</i> .....	140
Register .....	142
Literurnachweis .....	143