

Ode aan de paarden

Ik ben mijn hele leven al gek op paarden geweest. Ze zijn mijn specialiteit, mijn therapeuten en mijn vrienden. Daarom kan een blog over paarden niet ontbreken.

Lida was een eigenwijze haflinger van manege de Eenhoorn. We kregen een bijzondere band en dat had niks te maken met “de baas” over haar zijn.



Steffie, Wendy en Pukkie

Deze kleine kudde was van mijn eerste vriendje. Eh...ging dat nou om de paarden of om die jongen? We hebben in ieder geval veel plezier beleefd. Hoewel ik veel gedaan heb met en bij de paarden had ik nog niet ontdekt hoe bijzonder deze wezens zijn. Daarvoor zou ik eerst heel ziek moeten worden.

Revalidatie met paarden

Toen de diagnose autisme bekend was voelde ik de dringende behoefte om weer met paarden om te gaan. Dit was 20 jaar nadat ik stopte met paardrijden.

Meike

Deze fjord van de Pasmaanmanege werd vooral gebruikt voor het werk met mensen met beperkingen. Op haar rug heb ik voor een deel mijn conditie teruggekregen. Maar belangrijker is dat ik in omhelzing met haar mijn depressie voelde oplossen.

Duuk

Hij is een Merens van de Pasmaanmanege. Toen mijn conditie zo goed was dat de oude Meike dat niet meer kon ondersteunen, mocht ik verder oefenen op Duuk. Alweer een dik vriendje. Zijn streken hielpen me om mijn eigen beperkingen te onderzoeken en mijn slachtoffer houding los te laten. Ik leerde een meer effectieve houding aan te nemen. Met zorg voor mezelf, maar ook krachtiger en doelbewust.

Luna

Deze lieve Fjord is van een zorgboerderij. Ik ben samen met haar begonnen aan de “Two Happy Athletes Academy” (opgericht door Miriam Vree van Straaten) In het begin kreeg ik Luna niet in beweging. Niet vanaf de grond en niet op haar rug. Het traject van de academie leerde me aan mezelf werken en het contact met Luna op te bouwen. Toen ik afscheid van haar moest nemen, 2 jaar later, konden we los werken en ik kon zelfstandig op haar rijden, alleen met een touwhalster.

Rakim

Ik heb twee jaar met Rakim mogen leren. Bij deze gevoelige warmbloed kon ik niet meer teruggrijpen naar de reguliere omgang met paarden. Hij begreep alleen het zogenoemde natural horsemanship. Opnieuw heb ik de stappen van de cursus doorlopen. Een soort volgend level, zo voelde dat. Waar Rakim in het begin nog kon steigeren en niet graag geknuffeld werd, kregen we toch een bijzondere connectie. Helaas is hij afgelopen herfst overleden. We namen afscheid met een dikke omhelzing die hij toen erg kon waarderen.

Hannes

Onderschat nooit de waardevolle lessen van een shetlander. Omdat hij te klein is om te rijden, kiezen veel mensen voor grotere paarden. Maar de eigenwijze eerlijkheid is zo bijzonder. Als Hannes geen zin heeft hoef ik niet te proberen om hem te vangen, maar hij warmt graag mijn handen, geeft heerlijke slobber zoenen en haalt mijn goede humeur terug. Gelukkig gaat hij graag meewandelen.

Ida

Weer een volgend level. Ik ben al langere tijd bezig met contact opbouwen met Ida. Zij heeft al veel nare dingen meegemaakt in contact met mensen en vertrouwde alleen haar eigenaar. Het contact werd van beide kanten geblokkeerd door angst. Ik moest wennen aan haar angstreacties en zij aan die diep verborgen angst van mij. Met behulp van meditaties en observaties hebben we

nu een begin gemaakt met de eerste grondwerkoefeningen. Met natuurlijk lekker veel ruimte om te knuffelen. We zien wel wat het moment brengt. Want als mijn prestatiedrang te groot is, ontstaat er weer spanning. Hoe goed passend weer bij mijn huidige ontwikkeling.

Het resultaat

Natuurlijk heb ik niet alleen met de paarden gewerkt aan mijn herstel. Ook binnen Ixta Noa en in andere situaties kon ik de handvatten uit de paardenwereld meenemen en in praktijk brengen. Ik heb zoveel meer conditie, minder pijn en meer zelfvertrouwen ontwikkeld.

Natuurlijk houdt niet iedereen van paarden, maar paardentherapie en -coaching is enorm in opkomst. Dus mocht je de mogelijkheid hebben, dan kan ik het zeker aanraden om eens met paarden in gesprek te gaan.