

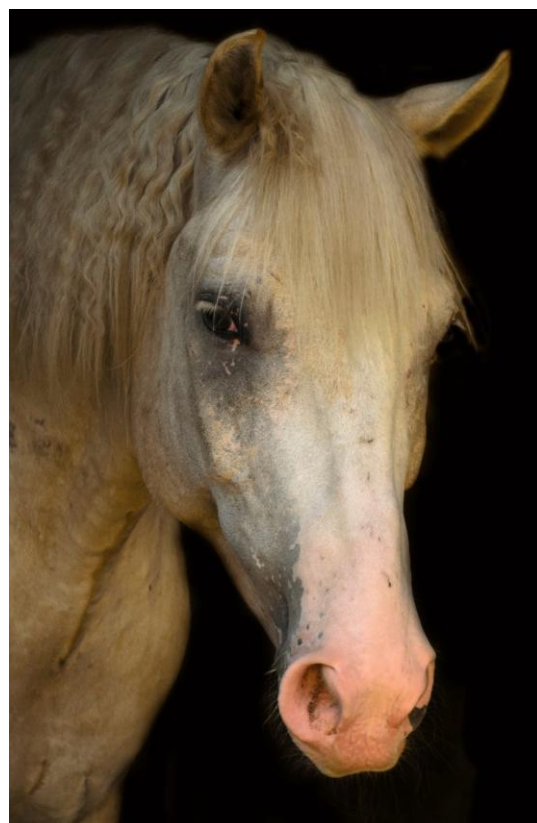


DE DERDE WEG
IN BALANS KOMENMETJE
PAARD.

PERSOONLIJK LEERJAAR

Amor Fati Equine
(Sandra Habets)

info@amorfati.life



*

Bijlage Leerjaar.

*

De derde weg is de weg waarbij
mens en paard samen in harmonie en
balans komen waardoor innerlijke
kracht wordt versterkt.



Mens en paard op de derde weg.

Tijdens deze opleiding ontstaat er een mooie verbinding tussen mens en paard.
Plezier, innerlijke kracht en expressie zullen naar boven komen.

Wil je graag leren hoe je paarden op een zo natuurlijke manier kan houden?
Wil je ervaren wat het is om een speciale band met je paard te hebben?
Schrijf je in en begin samen aan jullie zoektocht naar verbinding.

Ik zal je alles leren over gedrag en communicatie.

Ontdek hoe je de mooiste en beste versie uit jezelf kan halen door op deze manier met paarden om te gaan en te werken.

's Morgens leren we theorie over gezondheid en gedrag.

's Middags werken we met de paarden (grondwerk, rijden), tevens praktijk oefeningen (body-awareness en lichaamstaal).

Deze opleiding is compleet; ervaren, leren, persoonlijke groei, zijn in het moment samen met het paard!

Dit alles in 1 jaar!

When love and devotion
combines, one can
expect mastery as a
result

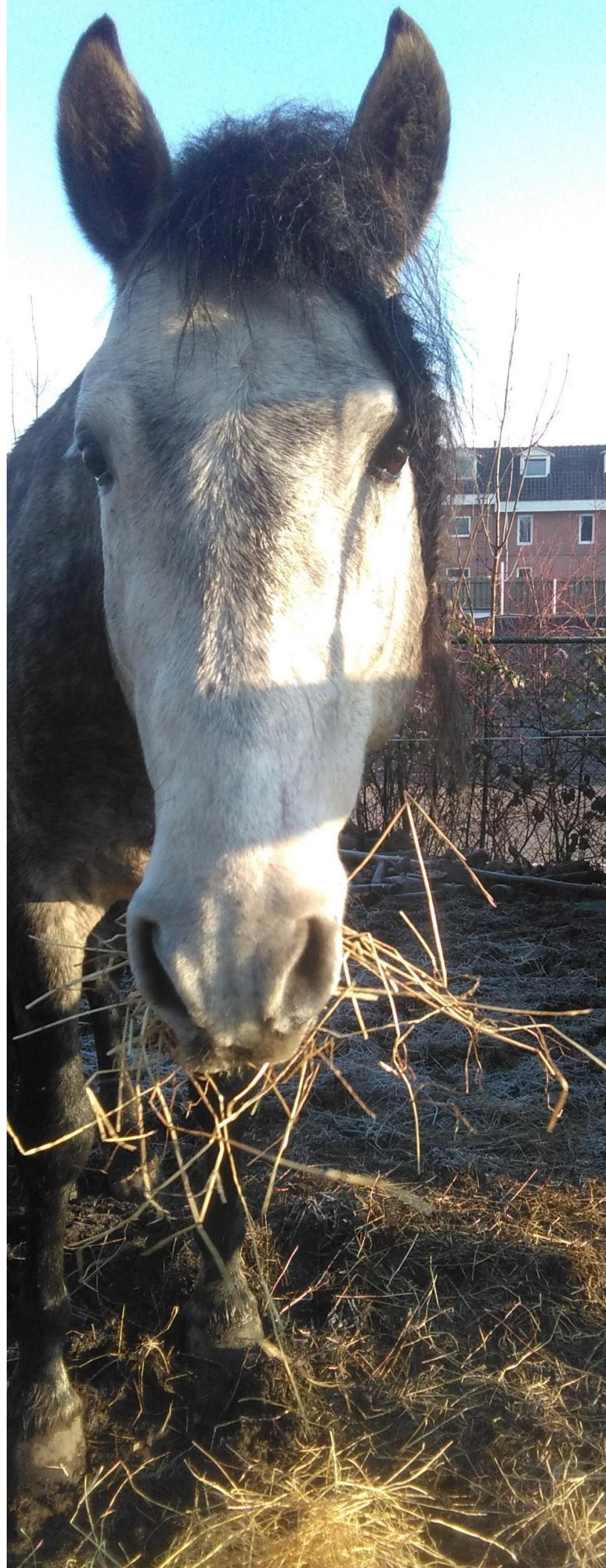
Amor Fati Equine



Het paard

Wie is dit paard?

Persoonlijkheds
analyse van het
paard.



*

Als we gaan werken met het paard is het belangrijk dat we weten wie we voor ons hebben. Aan de bouw van het paard kunnen we veel aflezen hoe hij zal reageren.

Wat is natuurlijk gedrag? Wat is aangeleerd (traumatisch) gedrag?

*

Hoe herken je het paard wat het beste bij jou eigen karakter past?

Wat zeggen de uiterlijke kenmerken over het karakter?

Hoe weet je welk type paard je hebt?

*

Ik leer je de basis van de uiterlijke kenmerken van het paard en hoe je natuurlijk gedrag en aangeleerd gedrag kan onderscheiden. Tevens leer ik je om te gaan met aangeleerd gedrag en dit om te buigen naar positief gedrag.

It isn't necessary to teach
the horse to understand,
he understands
everything splendidly.
Man is the one who must
learn.
Man needs to learn how
to understand the horse.

*

Alexander Nevzorov



Dagelijkse verzorging

Wat hebben paarden nodig om gezond en gelukkig te zijn?

- Huisvesting
- Hoeven
- Voeding
- Vacht



Huisvesting

Paarden zijn kuddedieren en hebben veel beweging nodig. Wij proberen paarden in een zo natuurlijk mogelijke omgeving te houden.

- * Wat is natuurlijk gedrag in een kudde?
- * Hoe zorgen wij ervoor dat paarden genoeg beweging krijgen?
- * Hebben ze natuurlijk contact met soortgenoten?
- * Hoe kan ik de veiligheid garanderen van mijn paard?
- * Wat gebeurt er als ik mijn paard dag en nacht binnen sluit in een stal?

Hoeven

Wilde paarden lopen dagelijks zo'n 30 km op oneffen terrein. Gedomesticeerde paarden lopen alleen op een grasweide of zandpaddock. We gaan naar de stand van de hoeven kijken en hoe we deze gezond houden.

Voeding

- * Wat is natuurlijke en gezonde voeding?
- * Welke voeding is niet geschikt?

Vacht

Paarden zijn goed in staat om zichzelf warm te houden. Hun vacht past zich d.m.v. ruiperiodes prima aan, aan de seizoenen

- * Hoe houden we de vacht optimaal en gezond?

May everyone enjoy
the pure moments with
his horses and be rich
in inner richness.

~ Amor Fati Equine



Communicatie

Hoe leren we elkaar te
begrijpen?

Body awareness



We praten bewust en onbewust met de paarden; ze lezen onze lichaamstaal en voelen onze energie en interpreteren dit elk moment.

- * Hoe leer ik mijn paard begrijpen?
- * Hoe herken ik stress en ontspanning?

- Body awareness en lichaamstaal.

We werken aan bewustwording en het verfijnen van onze lichaamstaal. Hoe bewuster we worden van ons lichaam, hoe makkelijker de communicatie met ons paard zal zijn. We gaan leren om in het HIER en NU te zijn en bewuster de omgeving te voelen.

- * Hoe word ik bewust van mijn eigen opzettelijke en onopzettelijke signalen en hoe leert mijn paard mij te begrijpen ?
- * Hoe kan ik dagelijks mijn eigen bewustwording en innerlijke kracht onderhouden?
- * Welke aspecten van de paarden komen overeen met mijn zoektocht naar innerlijke ontwikkeling?

De energetische band die je met paarden kan hebben, is een mooie en pure vorm van communicatie.

Het allermooiste vind ik de sensitiviteit en de openheid van paarden.



Grondwerk

Vrijheidswerk

Leidwerk



Grondwerk

Een gezond paard heeft een sterk lichaam. Hoe soepeler zijn lichaam, hoe gelukkiger. Ieder paard heeft wel eens last van blokkades.

- * Hoe merk ik dat het paard een blokkade heeft en hoe los ik dit op?

Vrijheidswerk

Een groot gedeelte van de training bestaat uit vrijheidswerk.

Hier ontmoet paard en mens elkaar.

- * Wat heeft mijn paard nodig?
- * Hoe kan ik hem ondersteunen?
 - * Wat laat hij mij zien?
- * Hoe onderhoudt ik de energie en balans van het paard?
 - * Hoe kan ik de energie verhogen en verlagen?

Leidwerk

Als we wandelen met een paard voelen we ons soms klein. Het leren aangeven van onze ruimte is een belangrijk leerpunt.

- * Hoe krijg ik focus van het paard en respecteert hij mij?
- * Welke signalen kan ik gebruiken dat het paard vertraagt of versnelt?
 - * Hoe ga ik om met stressvolle situaties?
 - * Hoe blijf ik de leidende positie houden?
- * Hoe word ik een goede leider zodat het paard mij wilt volgen?

The horse is always
free to express
himself

*

Klaus Ferdinand
Hempfling



Paardrijden

Vorbereiden van jonge
paarden

Zadelmak maken en
doorrijden

De onafhankelijke zit



Het jonge paard voorbereiden.

Voor we het paard gaan berijden, is het belangrijk dat het paard genoeg spieren en balans heeft.

Het is belangrijk dat hij de basis kent welke hij geleerd heeft tijdens het grondwerk.

- * Hoe bereiden we het jonge paard voor op het rijden?
- * Welke oefeningen maken hem sterk en inbalans?

Opzadelen en rijden.

Het opzadelen gebeurt met goede voorbereiding.

- * Hoe leer ik mijn paard stilstaan met opstappen?
- * Hoe los ik het op als het paard niet stilstaat?

De onafhankelijke zit

Als wij het paard willen berijden, dan is het belangrijk dat we een onafhankelijke zit hebben.

- * Hoe bereid ik het paard en mijzelf voor op het rijden?
- * Hoe houd ik mijn lichaam ontspannen en blijf ik bewust van de signalen.
- * Welke signalen geef ik onbewust door aan het paard?

The best thing you can achieve is pure contact with your horse and live together in harmony and balance.

Amor Fati Equine



Wat bedoelen we met de derde weg?

Er zijn 3 wegen die we kunnen bewandelen in de omgang met paarden.

WEG 1: DOE WAT IK WIL; het doel heiligt de middelen.

WEG 2: DOE WAT JIJ WILT; het paard neemt het over

WEG 3: WIL WAT IK WIL; HARMONIE EN BALANS CREEEREN!!!

Wij als mensen hebben paarden gedomesticeert.

Het is dus ook onze taak om de paarden respect en liefde te geven en hun goed te behandelen en verzorgen.

Paarden zijn zeer vergevingsgezind en accepteren ontzettend veel van ons mensen.

*"The horse is always innocent
- Klaus Ferdinand Hempfling-*

Het mooiste wat je kunt bereiken met je paard, is een zuiver contact en dat jullie samen in harmonie en balans kunnen leven.

Ons paard is ook onze leermeester omdat hij ontzettend confronterend is, naar ons eigen gedrag. Het paard geeft ons de prachtige mogelijkheid om samen met hem te groeien en te werken aan zelfontwikkeling.

Ik werk op een energetisch niveau met de paarden omdat ze heel gevoelig zijn en we hierdoor in staat zijn om met subtiele lichaamstaal te communiceren.

We bereiken op deze manier trotse en zelfverzekerde paarden en je paard heeft weer plezier in het werk met jou.

Door deze interactie ontstaat er nieuwe verbinding en kom je samen thuis met je paard.

Leer jezelf om bewust te worden van je eigen lichaamstaal en energetisch veld d.m.v. body awareness oefeningen, zodat je hart open kan staan en je van daaruit een zuivere verbinding krijgt met je paard waardoor je feilloos je paard leert aanvoelen.

Wil je meer info?

Sandra Habets

<http://amorfatiequine.wix.com/amor-fati-equine>

e-mail: