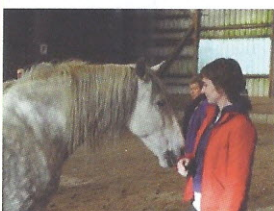
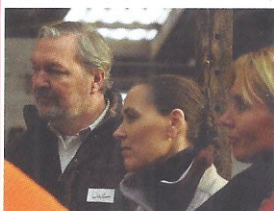


Letters: Sandra Deakin

Beeld: Hilde van Gestel



Reflections: Paardnersc

Meestal zien we de wereld vanuit ons eigen beperkte ik en vragen we ons af waarom anderen zich zus of zo tegenover ons gedragen. Vaak leggen we de schuld van een dispuut bij de ander, terwijl het alles met onszelf heeft te maken. Paarden tonen ons een spiegel en brengen ons zo tot zelfreflectie. Met hun paardentherapie proberen Ingrid Hens en Luc Vanhoecke hun steentje bij te dragen aan een betere wereld.

“Toe, lief paard, zet nou tenminste toch één stap”, denk ik bij mezelf terwijl ik diep in de ogen van de witte ruin (een gecasteerde hengst) kijk. Ik probeer mijn gedachten in zijn hoofd te brengen. Zijn naam mag ik niet weten en aanraken mag ik hem al evenmin.

Dat is een deel van de opdracht die Luc en Ingrid me net hebben gegeven. Zij zijn beiden al van jongsaf aan gepassioneerd door paarden, maar besloten pas in 2007 met ‘reflections’ te starten. Via paarden proberen ze mensen dichterbij zichzelf te brengen. Zowel bedrijven, samengestelde groepen, gezinnen als individuen kunnen bij hen terecht voor coaching.

Een gevoel van ontgoocheling overvalt me; daar sta ik dan als grote paardenfan tussen twee *beauty's* in een piste en ik krijg één van de twee geeneens een stap verder. De opdracht is namelijk om één van de twee witte ruinen zover te krijgen dat hij, zonder dat ik hem aanraak, over de balk stapt die een paar meter verder op de grond

ligt. Ik besluit om het met de meest rustige van de twee te proberen. Luc en Ingrid kijken zwijgzaam toe.....

Telepathie werkt niet, ik moet een andere strategie uitdenken. Ik stap van het paard naar de balk. Misschien kan ik zo zijn aandacht krijgen...noppes. Ik word al een klein beetje moedeloos. Als ik hem toch maar één keer zou mogen aaien dan lukt het wel, maar ja, ik mag hem nou eenmaal niet aanraken.

Luc vraagt me: “Wat ervaar je?” Ingrid pikt hier op in: “Hoe voelt dit, wat is jou opgevallen?” Ik probeer te verwoorden hoe ik de situatie, mezelf en de paarden ervaar. Maar ik slaag er niet in een antwoord te vinden waarom mijn paard niet mee wil werken.

Dan vraagt Luc: “Waar ligt je focus?”

Ik ontdek dat ik mezelf al de hele tijd op het hoofd van het paard heb gefocust. Luc voegt er aan toe: “Je bent lang bij het hoofd van het paard blijven staan, terwijl de oplossing de balk is.”

Lap, de eerste confrontatie met mezelf...Ik focus me in het leven inderdaad vaak te lang op het probleem en vergeet daardoor naar de oplossing te zoeken. Hm, wil ik dit echt van mezelf weten? Er komen gemengde gevoelens bij me op. En m'n witte ruin wil maar geen stap vooruit zetten.

map voor een mooiere wereld

*What horses can
teach us is only
limited by our ability
to understand.*

*What they're willing
to give us is only
limited by our ability
to receive.*



Luc en Ingrid zwijgen weer want het is de bedoeling dat je zelf via de hulp van het paard leert waarnemen en ook zelf tot bespiegelingen komt (reflections). Alles mag op je eigen tempo.

Ik zucht diep en laat mijn opdracht even los...en ziedaar! De mooie Pegasus komt enkele stappen naar mij toe. Een kleine overwinning.

"Je bent met het dwangmatige gestopt, je hebt het even losgelaten", zegt Luc rustig. "Kijk, hij komt vanzelf naar je toe."

"Je kunt paarden niets wijsmaken", lacht Ingrid. "Paarden kijken dwars door je heen; ze zijn jouw spiegel van het hier en nu. Een paard voelt al op kilometers afstand hoe jij in elkaar zit, het reageert meteen op jouw emoties. Niets wordt verbloemd. Je krijgt jezelf te zien zoals jij werkelijk op dat moment bent."

"Zo kregen we hier eens een echte macho over de vloer; een boom van een kerel maar met een klein bang hartje." "Het paard voelde dit meteen aan en werd telkens heel nerveus omdat het buitenbeeld niet klopte met het innerlijke

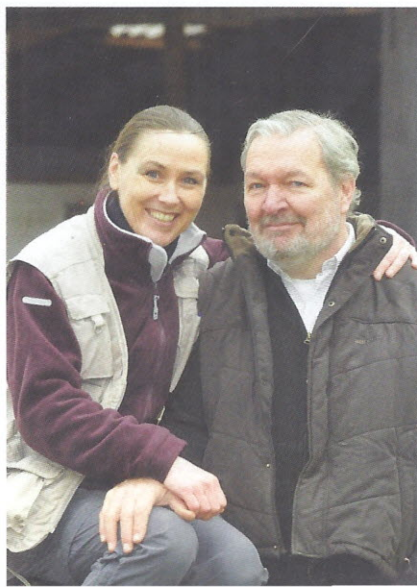
beeld. Tegen paarden kan je niet liegen en zij liegen ook niet tegen jou."

Luc geeft nog een ander mooi voorbeeld: "Een groep van een bedrijf kwam een paar dagen bij ons voor een teamcoaching. De eerste dag was er absoluut geen samenhang tussen deze personen. De paarden bevestigden dit doordat zij doorheen de groep liepen. 's Avonds werd er nog een pint gepakt en voerde de groep interessante discussies. De volgende ochtend kwamen ze veel meer als groep de manège binnengewandeld. De paarden reageerden totaal anders dan de dag voordien en huppelden rond de groep heen. Zo bevestigden ze het groepsgevoel."

Hoe komt het dat paarden zo gevoelig zijn ?

"Dat zit in hun oeroude genen, paarden zijn prooidieren", gaat Luc verder. "Vroeger hadden deze planteneters hun voelsprietten nodig om te overleven. Van meters ver konden ze aanvoelen of er onraad was. Het zijn ook kuddedieren; dat wil zeggen dat er een bepaalde rangorde tussen hen is."

Dat rangorde belangrijk is merk ik ook wanneer ik in de piste nog altijd mijn mooie witte ruin probeer te overtuigen



om toch maar met mij mee naar die balk te lopen. Plots ver-
plaats hij zich naar het plekje waar het andere paard staat
en deze geeft welwillend zijn plaats af. Ik heb hier dus dui-
delijk met een leider te maken.

Wat drijft jullie om dit als koppel te doen ?

Ingrid en Luc kijken elkaar even zwijgend aan.... "Wat drijft
ons?" "Wij willen een mooiere wereld..."

Luc: "Het doet me plezier om te zien hoe mensen op ont-
dekking kunnen gaan. Wij willen laten zien dat alles en
iedereen samenhangt. Ieder mens raakt vast in bepaalde
patronen, en wij willen hen die patronen laten inzien en
eventueel laten doorbreken." "Laat het kind in jezelf weer
eens creatief zijn." voegt Ingrid toe: "Voor mij gaat het hier
over ontmoeten en tot jezelf komen." "Door weerspiegeling
nodigen paarden uit tot zelfreflectie, bewustzijn en aanwe-
zigheid."

In dat enkele uurtje heb ik het allemaal mogen ervaren. Ik
ben midden in een drukke dag weer even met mijn voetjes
op de grond beland en helemaal in het nu. Het gaat niet
om met morgen of gisteren bezig te zijn terwijl je met deze

prachtige schepsels aan het werken bent. Zij verplichten je
helemaal in het hier en nu aanwezig te zijn.

En ook al ben ik niet helemaal geslaagd in mijn opdracht,
voor mij is het al meer dan een succes want ik heb heel
even contact met mijn paard gehad.

Reflections
Struisvogelstraat 35
B-2170 Merksem
Belgium
Tel: +32(0)3 646 99 08
info@reflections-online
www.reflections.be

Een mooi boek over communicatie en wijsheid van
paarden is:

Het paard als spiegel van de ziel, Nanda van Gestel
- van der Schel ISBN 978-90-79249-09-1

