

DE MYSTIEK VAN HET PAARD

EEN ESSAY OVER DE WETENSCHAP ACHTER
HULPVERLENING MET PAARDEN.

Geschreven door: Marije Thijssen.

In het kader van de afstudeeropdracht voor de post HBO opleiding “Paard en Hulpverlening” aan de Hogeschool van Leeuwarden.

Begeleiding: Josien Willemsen.

2017

De mystiek van het paard

“Het mooiste en diepste gevoel dat wij kunnen ondergaan, is het ervaren van het mystieke. Het is de kracht van alle ware wetenschap. Wie dit gevoel onbekend is, wie niet langer in verwondering en verbijstering kan staan, is zo goed als dood.”

Albert Einstein (citaten.net (z.d.))

Ik sta in een oude boerenschuur met een kudde van drie IJslanders. Twee staan allebei met hun hoofd aan een kant van mij. Ik voel me kwetsbaar. Als ik wil vertellen dat ik het heel moeilijk vind dat mijn moeder Alzheimer heeft en dat mijn vader dat niet kan accepteren, verdringen tranen de woorden. Boos en verdrietig verschuil ik me achter het hoofd van de IJslander rechts van mij en zoek troost tegen zijn hals. Met het gevoel beschermd en gesteund te worden door de paarden, die onbeweeglijk bij mij blijven staan, maken de tranen uiteindelijk ruimte voor wat gezegd moet worden. In de sessie die hierop volgt laten de paarden me ervaren wat de kern is, waar ik mijn kracht uit kan putten en wat ik kan doen om weer in beweging te komen. Want ik stond vast, letterlijk en figuurlijk, op een donkere plek in de schuur met mijn rug tegen de muur. Uiteindelijk vind ik mijzelf in het zonlicht bij de uitgang van de schuur. De kudde achter me, dat wat belangrijk is bij me en in de wetenschap dat de inzichten, mij gegeven door de paarden, me vooruit zullen brengen.

In deze sessie heb ik zelf ervaren hoe paarden feilloos contact kunnen maken met datgene wat zich aandient, dat wat gezien en gehoord moet worden. Hoe ze mij naar de kern konden brengen door mij zowel lichamelijk als geestelijk te laten ervaren wat het antwoord is op mijn innerlijke vraag. Dat allemaal, niet met gesproken woorden, maar met energie en beweging, subtiel maar onmiskenbaar, met een focus die alles naar het hier en nu brengt. In elke sessie die ik heb mogen meemaken, ook als begeleider en toeschouwer, heb ik dit proces op vele verschillende manieren, maar telkens weer, zien plaatsvinden. Een proces dat haast magisch lijkt en vergeleken zou kunnen worden met een mystieke ervaring, een begrip wat is afgeleid van het Griekse ‘mystikos’ dat geheimzinnig betekent. Het is een hartstochtelijk streven naar een persoonlijke vereniging van de ziel met God en verwijst naar de achterliggende leer over de kennis en persoonlijke ervaringen van toestanden van het bewustzijn voorbij de normale menselijke perceptie. (Wikipedia. (z.d.))

Zijn paarden wellicht in staat de mens in contact te brengen met ‘Het Goddelijke’ of ‘De Bron’? Kunnen paarden ons dat wat buiten ons bewustzijn en onze ‘normale menselijke perceptie’ ligt laten ervaren?

De vraag

Dat het werkt om paarden te gebruiken wanneer je, op welke wijze dan ook, mensen met een hulpvraag begeleidt, blijkt wel uit de vele erkende praktijken die gericht paarden inzetten als onderdeel van hun behandeling. Van therapie voor soldaten met een PTSS, kinderen met een ASS en mensen met een trauma, tot hulpverlening aan mensen met een specifieke hulpvraag en het begeleiden en coachen van hoog sensitieve kinderen, mensen met levensvragen of re-integratieprocessen. In alle

gevallen wordt onderkend dat het werken met paarden een duidelijke toegevoegde waarde heeft en zelfs zo effectief kan zijn, dat gewenste resultaten sneller worden behaald dan bij reguliere methodieken en behandelingen.

Ook uit de vele verslagen van ervaringen met paarden die te vinden zijn op internet en uit boeken van onder andere Linda Kohanov en Margrit Coates, blijkt dat er een bijzondere invloed van paarden uitgaat, die heel moeilijk in wetenschappelijke termen uitgelegd kan worden. De beschrijvingen hebben vaak dezelfde strekking en bevatten bewoordingen zoals verbinding, inzicht, bewustwording, woordeloos en ontmoeting. De ervaringen die mensen hebben gehad met paarden in hulpverleningssetting worden vaak omschreven als bijzonder, mysterieus en magisch. Hieronder volgt een kleine greep uit het grote aantal beschrijvingen dat te vinden is op internet.

“Nooit verwacht dat een paard je zoveel kan vertellen. Paardencoaching is een onverwachte, warme en interessante manier van inzicht krijgen in jezelf.”

" De paarden hebben me laten zien dat antwoorden op vragen overal om je heen te zien zijn en dat zij, vanuit verbinding met het geheel, daar een prachtige rol in spelen."

"Nog niet eerder zo fysiek en woordeloos ervaren wat het betekent om ondersteuning te durven toelaten." (Equus coaching, (z.d.)).

“Het is moeilijk in woorden te beschrijven wat de sessie me gedaan heeft. En dat komt juist doordat er weinig woorden aan te pas zijn gekomen. De paarden, alle drie op hun eigen manier, hebben me fysiek laten ervaren wat nodig was.” (Puur met paarden, (z.d.)).

Margrit Coates, schrijfster en wereldvermaard ‘healer’ van dieren, schrijft in haar boek ‘Paarden spreken’ (2011) dat “Elke keer als we naar binnen gaan en contact maken met ons ware zelf, we groeien. Paarden weten dit instinctief, want ze zijn voortdurend in contact met wie ze zijn en koesteren geen enkele illusie over wie ze niet zijn. Als we contact maken met ons ware zelf, raken we de Universele Macht in onszelf, die ook de verbinding is met het paard.”

Linda Kohanov, onder andere auteur en specialist in ‘psychotherapie met paarden’, schrijft in haar boek ‘De Tao van Equus’ (2015) dat “...paarden de mens helpen weer contact te maken met de natuur, met zijn authentieke ik, met de wijsheid van zijn voorvaderen, met de kudde en met de mensen om hem heen...”

In navolging van het citaat van Einstein, dat ik in het begin aanhaal, heb ik mij elke keer opnieuw verwonderd en verbijsterd over de mystieke kracht die van paarden uit lijkt te gaan en hoe ze daarmee mensen kunnen beroeren.

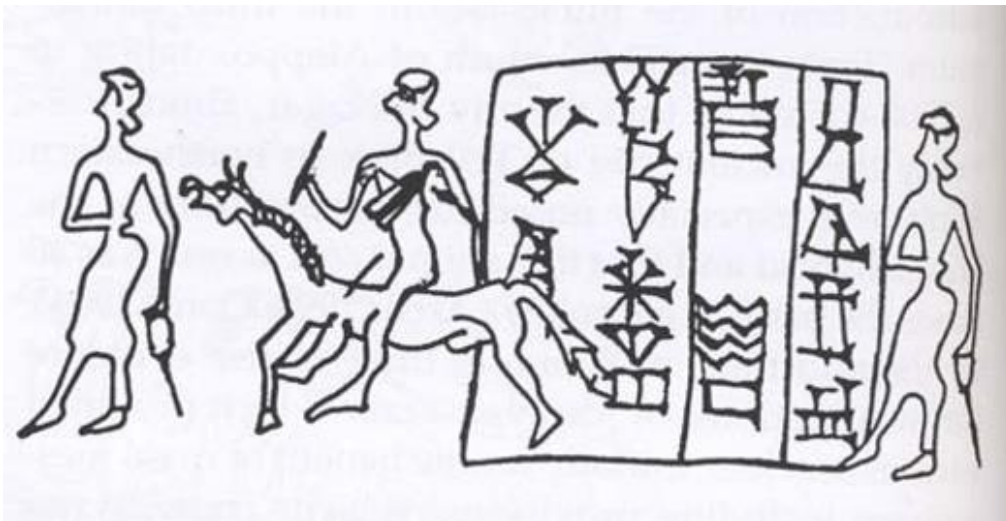
Kan de wetenschap van de geschiedenis en de natuur deze verwondering wetenschappelijk onderbouwen en antwoord geven op de vraag waarom paarden zo geschikt zijn voor de hulpverlening?

.

De geschiedenis

Ongeveer 5000 jaar geleden werden vermoedelijk in Turkestan - Een gebied ten noorden van Tibet en wat het huidige Kazachstan, Kirgizië, Turkmenistan en Oezbekistan beslaat.- de eerste paarden door de mens gedomesticeerd. (Kiley-Worthington, 2009 p.1) Er waren twee paardensoorten die in die tijd in het gebied leefden, de Tarpan en het Prezwalski paard. De Tarpan stierf uit aan het begin van de 19^e eeuw. Het Prezwalski paard kon gered worden doordat er een laatste kudde gevangen werd genomen en later weer werd uitgezet. Uit recent genetisch onderzoek blijkt dat het Prezwalskipaard waarschijnlijk een zustersoort is van de voorouder van het gedomesticeerde paard, waarvoor de Tarpan nu de meest waarschijnlijke kandidaat is. (Beke, 2009, p.18.)

Het paard maakte het de Euraziatische nomaden mogelijk om grote afstanden af te leggen, daarbij werden de paarden ook gehouden voor hun vlees, leer en in het bijzonder voor hun melk. (Beke, 2009, p.22.) Men gaat er vanuit dat de paarden in eerste instantie werden gebruikt als trekdier en dat ze pas later bereden werden. Dr. Marthe Kiley-Worthington schrijft in haar boek 'De natuur van het paard' (2009, p.1) dat de eerste melding van een bereden paard dateert uit 1560 voor Christus. Uit dat jaar is een Egyptische tekening bewaard gebleven waarop een jongen op een zwart paard wordt afgebeeld. In centraal Azië zijn echter rotstekeningen gevonden die veel ouder zouden kunnen zijn dan de Egyptische tekening en waarop niet alleen paarden in omheiningen en met halster zijn afgebeeld, maar ook aangespannen paarden voor een kar en ruiters op paarden in jachtscenes. De onderstaande afbeelding (Beke, 2009, p.89) is die van een zegelafdruk op een kleitablet uit Mesopotamië, het huidige Irak en Syrië, een gebied dat gezien wordt als de bakermat van de beschaving.



Het kleitablet komt uit de periode van koning Su-sin, die van circa 2037 tot 2029 voor Christus regeerde over de mythische stad Ur, tegenwoordig een belangrijke archeologische vindplaats. Op het zegelafdruk is een rijdier te zien met korte oren en een lange en volle staart en om die uiterlijke kenmerken kan men aannemen dat hier niet een ezel, maar een paard met ruiter afgebeeld is. (Wikipedia, (z.d.))

Al ver voor de domesticatie werden paarden gezien als een bijzonder dier en cultusobject. Dat blijkt onder andere uit de vondst van een rituele begraafplaats van de Samaracultuur uit 4000 voor Christus, waarin de benen en hoofden van twee ritueel geslachte paarden zijn begraven en bedekt met een dikke laag oker. Ook uit de latere begrafenisrituelen van de Scythen, een ruitervolk dat van de 7^e eeuw voor

Christus tot de 4^e eeuw na Christus de Euraziatische steppen bevolkten, is op te maken dat paarden hoog gewaardeerd werden, aangezien zij naast de koning begraven werden om hem te vergezellen bij zijn laatste reis. (Beke, 2009, p. 23) Voor de paarden een twijfelachtige eer omdat zij, net als de vrouw en het gevolg van de koning, voor dit doel gedood moesten worden.

De waardering voor het wezen paard komt ook naar voren uit de vele mythen, sagen, legenden en sprookjes van traditionele culturen over de hele wereld. Paarden worden hierin afgeschilderd als een medium tussen de geestelijke en de materiele wereld, als orakel, wordt hun 'zesde zintuig geprezen' en brengen ze hun ruiters van de zichtbare naar de onzichtbare wereld en verloren bronnen van kennis. (Kohanov, 2015, p.32.)

In de geschiedenis heeft het paard de mens gediend als voedselbron, lastdier, hulp bij het hoeden van vee en het bewerken van het land, waren ze medestrijder in oorlogen, sportpaard en werden ze uiteindelijk ook ingezet binnen de coaching en hulpverlening. Een samenwerking van duizenden jaren lang, waarbij wederzijdse afhankelijkheid en bereidwilligheid een belangrijke rol spelen.

Welke specifieke eigenschappen van het paard hebben ertoe geleid dat deze speciale band met de mens al duizenden jaren stand houdt?

De natuur

Als je voor een antwoord op deze vraag zoekt in de natuur van het paard, is het belangrijk om onderscheid te maken tussen de wilde en gedomesticeerde paarden. Met betrekking tot de fundamentele sociale organisatie van het paard en de communicatiesystemen zijn er geen verschillen te bemerken. De reden hiervoor is dat er te weinig tijd is verstreken vanaf het begin van de domesticatie om voor uitgebreide genetische gedragsveranderingen te zorgen. Ook heeft men uit onderzoek naar verschillende groepen paarden in verschillende habitats kunnen concluderen dat er geen significante verschillen zijn. In dit onderzoek zijn ook paardachtigen zoals zebra's opgenomen, omdat deze nog nooit zijn gedomesticeerd. In vergelijking met deze groepen is er weinig veranderd in de sociale organisatie. Alle paarden die wild worden genoemd zijn gedomesticeerde paarden die weer zijn vrijgelaten, alleen in Mongolië is nog een aantal echt wilde paarden, maar die zijn nog niet onderzocht. (Kiley-Worthington, 2009, p.6.)

Welke natuurlijke eigenschappen van paarden, die betrekking hebben op sociale organisatie en communicatie, zijn dan onveranderd gebleven?

De belangrijkste zintuigen van het paard zijn de tast, de reukzin en het zicht, belangrijk voor de overlevingsmechanismen van paarden, maar zeker ook van groot belang voor het vormen en in stand houden van de sociale betrekkingen die paarden hebben binnen de kudde. Het sociale aspect is misschien nog wel van groter belang geweest voor de ontwikkeling van de soort specifieke kenmerken, dan het feit dat paarden ook prooidieren zijn.

Een belangrijk onderdeel van de communicatie bij paarden is de aanraking. Het is belangrijk bij het verzamelen van informatie over de omgeving en voor hun communicatie. Hierbij speelt de vacht van een paard, met de enorme hoeveelheid cellen die gevoelig zijn voor allerlei soorten prikkels, een heel belangrijke rol.

Aanraking wordt gebruikt om banden tussen individuen te smeden, onder andere door neuzen en andere lichaamsdelen tegen elkaar te drukken of wrijven en door elkaar te likken en krabben, waarbij ook de smaak als communicatiemiddel wordt gebruikt. Vooral de neus en neusvleugels met de lange snorharen, zitten vol met tastgevoelige cellen en zenuwen om boodschappen naar de hersenen te sturen. Naast de tastzin is de neus ook belangrijk bij het verkrijgen van informatie middels geur en wordt deze in nauw verband gezien met sociaal gedrag. Paarden hebben een lange neus met reukslijmvlies dat door zijn specifieke structuur een enorm oppervlakte heeft. De lucht wordt bij het snuiven verwarmd en op geur gescand. Het paard heeft hierbij nog een speciaal orgaan namelijk het 'orgaan van Jacobson' wat achterin de mond uitkomt en wat de lucht extra filtert op feromonen; signaalmoleculen die boodschappen overbrengen tussen individuen van dezelfde soort. (Wikipedia. (z.d.)) Het flemen van paarden zou als functie kunnen hebben dat de lucht met de daarin opgenomen feromonen naar het orgaan van Jacobson wordt gebracht. Reuk is een sensorische functie die wordt gerekend tot de primitiefste zintuigen en wordt direct in de olfactorische hersenkwab verwerkt, welke weer in directe verbinding staat met het limbisch systeem waar, onder andere, emoties en herinneringen zetelen. Hierdoor kan een bepaalde geur direct een emotie of herinnering oproepen. Omdat wij als menselijke soort een veel minder goed ontwikkeld reukorgaan hebben, wordt dit zintuig vaak onderschat. Wij kunnen ons niet voorstellen hoe je de wereld om je heen ervaart als je duizenden malen beter kan ruiken, hoeveel informatie je uit je omgeving haalt als geur je nog meer vertelt dan wat je ziet en hoort.

Naast een uitzonderlijke reukzin hebben paarden ook een bijzonder zicht waardoor ze bijna helemaal om zichzelf heen kunnen kijken. Dit zou zo kunnen zijn geëvalueerd omdat ze daardoor meer kans hebben roofdieren tijdig te zien, maar het is net zo waarschijnlijk dat het, voor een sociaal wezen zoals het paard, van het grootste belang is dat hij voortduren contact kan houden met de andere leden van de kudde zonder steeds het hoofd te hoeven draaien. (Kiley-Worthington, 2009 pp 11-26) Dit komt natuurlijk zeer van pas als je een graasdier bent dat het grootste deel van de dag met het hoofd omlaag aan het grazen is. Paarden kunnen werkelijk in een oogopslag hun omgeving scannen op wezenlijke informatie vanuit die omgeving of van de kuddegenoten en daar zo nodig op reageren. Paarden zijn daarom voortdurend alert en hebben hun focus in het hier en nu. Een paard kan het zich namelijk niet veroorloven om zich bezig te houden met het bedenken van allerlei toekomstplannen of af te dwalen naar mooie herinneringen uit het verleden omdat deze afwezigheid ervoor kan zorgen dat gevaar te laat wordt opgemerkt en dat zou, in het ergste geval, tot de dood kunnen leiden. (Kohanov, 2015, p.31.)

Dr. Marthe Kiley-Worthington schrijft in haar boek *De natuur van het paard* (2009, p34) dat paarden "... echt veel beter in staat zijn dan wij om kleine spierbeweginkjes op te pikken die een boodschap kunnen bevatten. Wij kunnen alleen maar vastleggen wat we zien, maar een paard zou wel eens veel meer kunnen zien."

Dat paarden, net als mensen, sociale wezens zijn heeft als belangrijkste reden dat het gunstig is voor hun overleving en voortplanting. Ze hebben het dus nodig dat de band met hun kuddegenoten goed is en blijft. Bij gedomesticeerde paarden kan er competitie ontstaan om voedsel of andere hulpbronnen als gevolg van de manier waarop wij paarden houden. Hierdoor kan er een dominantiehiërarchie ontstaan die bij paarden die in het wild leven niet voorkomt. Het natuurlijke gedrag zal dan dus eerder gericht zijn op het behouden van de kudde dan op andere zaken. Uit onderzoek is duidelijk gebleken dat betrekkingen tussen paarden net zo complex zijn

als tussen mensen, waarbij banden tussen de verschillende generaties sterker zijn dan die binnen generaties. (Kiley-Worthington, 2009, p.p. 107- 124.)

Naast deze natuurlijke eigenschappen die vrij onveranderd zijn is er een aantal aspecten van paardengedrag die wel zijn veranderd onder invloed van de domesticatie. Hiervan zijn het zich kunnen aanpassen aan allerlei verschillende omgevingen en voedselbronnen er één. De reden hiervoor is waarschijnlijk dat paarden vanaf de domesticatie geselecteerd werden op deze eigenschap. Een andere eigenschap is de hoge mate van bereidwilligheid die paarden laten zien. Er is nog geen sluitend bewijs voor, maar een mogelijke verklaring zou kunnen zijn dat ze, door zich op deze manier te gedragen, hun overlevingskansen wisten te vergroten en ervoor konden zorgen dat de soort niet alleen in stand bleef, maar zelfs in aantal toenam. In dit geval is er sprake van een overlevingsstrategie die door een lange periode van domesticatie is geselecteerd.

De derde eigenschap is het vermogen om mensen en hun verbale en non-verbale communicatie te interpreteren, waarbij het voor de hand ligt dat het een resultaat is van aangeleerd gedrag (Kiley-Worthington, 2009, p.p. 5-8). Het is dan ook heel aannemelijk dat paarden in de loop van de duizenden jaren steeds beter geworden zijn in het begrijpen van de mensen waarmee ze leven en werken. Britse wetenschappers hebben een onderzoek gedaan naar de reactie van paarden op een foto van een lachende en een boze man. Het bleek dat paarden bij de boze man een verhoogde hartslag lieten zien en dat ze hun hoofd draaiden zodat ze de foto met hun linker oog konden bekijken. Dit zou kunnen indiceren dat paarden het beeld verwerkten met de rechterhersenhelft van de hersenen, waar negatieve emoties worden verwerkt. De studie suggereert dat paarden en honden de enige dieren zijn die menselijke gezichtsuitdrukkingen kunnen interpreteren. Om dit definitief te kunnen bewijzen is echter meer onderzoek nodig. (Rijnvis, 2016) Als het zo is dat er dieren zijn die dit daadwerkelijk kunnen, lijken de hond en het paard mij de meest geschikte kandidaten aangezien zij al duizenden jaren lang intensief met ons samenleven.

Welke fysiologische eigenschappen van het paard zorgen er nu voor dat ze zo goed zijn in het lezen van non verbale en verbale communicatie?

Gedrag is een uiting van een emotie die voor een belangrijk deel gereguleerd wordt door de hersenen. De hersenen van het paard blijken, in deze, in bepaalde gebieden beter ontwikkeld dan bij andere soorten. Het cerebellum, ook wel de kleine hersenen, ligt in het achterste gedeelte van de hersenpan en is bij paarden groot en goed ontwikkeld. (Kiley-Worthington, 2009, p.31.) Dit hersengebied staat in verband met de relatief simpele zaken zoals motorische coördinatie en sensorische verwerking. Uit recent onderzoek naar de hersenactiviteit van muizen die getraind waren om op een hendeltje te drukken, waarna ze een beloning kregen, bleek dat de kleine hersenen inderdaad actief waren tijdens het drukken op het hendeltje, maar tot de verbazing van de onderzoekers bleef er hersenactiviteit meetbaar terwijl de muizen aan het wachten waren op de beloning. Dit impliceert dat in dit deel van de hersenen ook context en cognitieve processen een rol spelen. (Brainmatters, z.d.)

In verhouding tot andere gewervelde zoogdieren, behalve de mens, heeft het paard een uitzonderlijk goed ontwikkelde cerebrale cortex of hersenschors. Hierin wordt alle sensorische informatie van het lichaam verwerkt en omgezet in gedachten en concrete aansturing van het lichaam. (Wikipedia, (z.d.)) Bij het paard is de

hersenschors sterk geplooid en zou wel eens meer windingen kunnen hebben dan die van de mens. Van de hoeveelheid windingen wordt verondersteld dat het een indicatie is voor intelligentie, inmiddels denkt men dat juist de verhouding van het hersenvolume tot het lichaamsgewicht de graadmeter voor intelligentie is. In dat geval zal een paard veel minder intelligent zijn dan de mens, maar ook deze stelling vertoont problemen omdat het niet bij alle diersoorten opgaat. (Kiley-Worthington, 2009, p.31.) Mijns inziens zal het een combinatie van beide zijn wat de intelligentie van een dier bepaalt.

Dat emoties niet alleen voortkomen uit de hersen blijkt uit onderzoek van onder ander Dr. Candace Pert, die het boek 'Molecules of emotions' schreef. Pert is neurowetenschapper en een grondlegger van de psychoneuroimmunologie; de studie naar de wisselwerking tussen de psyche, het zenuwstelsel en het immuunsysteem. De psychoneuroimmunologie wil aantonen dat er een verband bestaat tussen de toestand van de psyche en die van het lichaam. Uit het onderzoek van Pert is gebleken dat peptiden, moleculen die emotionele informatie dragen, niet alleen door de hersen worden voortgebracht maar door het hele lichaam en dan voornamelijk de darmen en het hart. (Kohanov, 2015, p.p. 15-16.) "Het ligt als een steen op mijn maag" en "je hart uitstorten", zijn uitspraken die te verklaren zijn met deze theorie omdat iemand letterlijk een emotie in dat deel van zijn lichaam heeft en dus voelt. Wanneer er een gevoel of emotie ontstaat, komen er ergens in het lichaam peptiden vrij die de emotie communiceren met het hele lichaam. Peptiden veranderen de chemie en elektrische lading van cellen, zo veranderen gevoelens dus letterlijk de elektrische frequentie van ons lichaam en produceren zo een non-verbale vorm van communicatie. Wanneer lichamen dicht genoeg bij elkaar zijn kunnen deze trillingen elkaar en zelfs hun omgeving beïnvloeden en maakt gevoelens dus 'besmettelijk'. Dit verklaart dat plezier aanstekelijk werkt net zoals neerslachtigheid. Paarden met hun grote lichaam, groot en gevoelig darmstelsel en grote hart, hebben daarom een enorm potentieel om emotionele informatie te ontvangen en uit te zenden. Pert noemt het lichaam het onderbewustzijn van het brein of de 'BodyMind'. Emoties, nieuwe en oude, zijn hierin opgeslagen en kunnen getriggerd worden door bijvoorbeeld lichaamswerk en meditatie. Dit zijn de werkelijke emoties die geuit moeten worden en hun weg zoeken naar acceptatie en bewustwording. Zodra deze emoties zijn geïntegreerd in het bewustzijn, kunnen ze losgelaten worden en kan het natuurlijke genezingsproces van het lichaam beginnen. (candacepert. (z.d.))

Hoe verwerken paarden al deze emotionele informatie dan?

Gedragsprofessor Temple Grandin beschrijft in haar boek *Animals in Translation* dat dieren, en dus ook paarden, visuele denkers zijn. Grandin, zelf autistisch, vergelijkt dit met de manier waarop autisten de wereld zien, namelijk in beelden. Doordat beelden vaak enger zijn dan verbale beschrijvingen hebben autisten en paarden meer angsten. Ze schrijft dat paarden emoties gebruiken om de toekomst te 'voorspellen', waarbij de belangrijkste emotie angst is omdat paarden prooidieren zijn die voortdurend bezig zijn met zichzelf te beschermen. Paarden reageren direct op angst volgens het 'low road' of 'snelle angst-systeem', waarbij een zintuiglijke waarneming die potentieel gevaarlijk zou kunnen zijn direct omgezet wordt in angst en actie. Een paard ziet een tak, denkt dat het een slang is en gaat er vandoor. Bij het 'high road' of langzame angst-systeem gaat de informatie eerst nog langs de

cortex om daar geanalyseerd te worden of het daadwerkelijke een gevaarlijke slang is of misschien toch een tak.

Volgens Grandin zien paarden de wereld in groot detail en zien eerder de verschillen dan de overeenkomsten. Ze noemt dit 'hyper specifiek', een term die uit onderzoek naar autisme komt. Paarden kunnen daarom bang zijn van hele kleine dingen en angst houden voor bepaalde zintuiglijke stimuli omdat die verbonden zijn aan traumatische herinneringen, zoals bijvoorbeeld een angst voor mannen met baarden omdat ze ooit door een man met baard zijn mishandeld. (Paardvisie, 2014.) Maar dit zou natuurlijk net zo goed kunnen gelden voor positieve stimuli.

Vanuit de geschiedenis en de natuur van het paard zijn dus meerdere wetenschappelijk onderbouwde argumenten aan te dragen die aan tonen dat paarden de bijzondere eigenschap hebben om een onmetelijke hoeveelheid informatie uit hun omgeving te kunnen opvangen, deze te interpreteren en te verbinden met diezelfde omgeving. Dit gebeurt op een niveau dat wij ons niet kunnen voorstellen, simpelweg omdat wij daar het vermogen niet voor hebben. Het is dan ook niet verwonderlijk dat paarden zowel in de geschiedenis als in het heden omschreven worden als mystieke wezens.

Het antwoord

Paarden zijn dus fysiologisch uitzonderlijk goed toegerust om zintuiglijke informatie waar te nemen en te interpreteren. Een zeer scherp zicht, een gevoelige huid, een indrukwekkend reukorgaan en een groot lichaam, hart en darmsysteem dat in staat is een enorme hoeveelheid emotionele informatie te verwerken en de mogelijkheid om hun omgeving daarmee te beïnvloeden. Door hun goed ontwikkeld cerebellum kunnen ze daar met zeer verfijnde en precieze bewegingen op reageren. Een eigenschap die goed van pas komt in de vrije natuur waar allerlei gevaren op de loer liggen en je snel moet kunnen reageren op sensorische stimuli, maar ook in de sociale omgang met de kudde, eigenschappen die in de miljoenen jaren evolutie zijn ontwikkeld en verder verfijnd. Hun gevoelige vacht, uitzonderlijk zicht en hyper specifieke waarneming zorgen ervoor dat paarden de kleinst zichtbare veranderingen in hun omgeving kunnen opvangen. Met hun reuk en hun inwendige lichaam kunnen ze ook nog alle niet zichtbare veranderingen waarnemen in de vorm van trillingen, feromonen en andere prikkels. Doordat hun focus van nature in het hier en nu ligt, zal er weinig aan hun aandacht ontsnappen en wordt alle informatie beoordeeld geïnterpreteerd en zo nodig omgezet in beweging, energie of emotie, en dat alles in een voortdurende verbinding met de kudde. Daarnaast hebben gedomesticeerde paarden ook nog geleerd om specifiek de non verbale en verbale communicatie van mensen te interpreteren, wat ze nog meer in staat stelt om de signalen van mensen zo goed mogelijk te kunnen verwerken. Een vaardigheid geboren uit de noodzaak van de gedwongen gevangenschap of misschien wel een evolutionaire overlevingsstrategie. Omdat paarden een goed ontwikkelde maar toch aanzienlijk minder grote cortex hebben dan de mens, is het zeer waarschijnlijk dat het redenerend vermogen minder groot is. Het is daarom aannemelijk dat paarden denken in beelden en gevoelens en dat zij ook op die manier reageren op de prikkels uit hun omgeving. Door hun grote aanpassingsvermogen en bereidwilligheid tot samenwerken is het mogelijk dat we paarden kunnen gebruiken voor verschillende doeleinden, waaronder de hulpverlening, waarbij alle bijzondere eigenschappen van paarden in hun volle potentieel kunnen worden ingezet.

Op welke wijze wordt er van dit potentieel gebruik gemaakt in de verschillende gangbare methodieken die bestaan in de hulpverlening met paarden?

De praktijk

“De dieren reflecteren niet alleen incongruenties in emoties en bedoelingen, zij leggen ook de nadruk op nog niet herkende krachten en vooruitgang. Op die manier verschaffen paarden een vorm van biofeedback voor het beoefenen van zelfbewustzijn, emotionele waakzaamheid en vaardigheden ten behoeve van relaties. Iets waartoe conventionele counseling, rollenspellen en discussiegroepen nauwelijks toegang hebben, nogmaals, omdat deze technieken hoofdzakelijk gebaseerd zijn op taal.” (Kohanov, 2015, p. 31.)

In het bovenstaande citaat beschrijft Linda Kohanov welke rol paarden spelen bij de therapie die zij verleent aan de cliënten die naar haar Epona-centrum komen voor hulp. Zij werkt met haar team vanuit een brede basis met het paard als therapeutisch leermeester. De cliënten worden zowel op als naast het paard begeleid in sessies waarbij het paard de rol van co-therapeut heeft. Deze manier van behandelen valt voor een groot deel onder de Equine Assisted Therapy (EAT) of therapie met paarden. Kohanov maakt bij haar therapie veelvuldig gebruik van de zogenaamde ‘Emotionele Boodschappen Kaart’. Op deze kaarten staat welke boodschap een emotie geeft, welke vragen er aan de boodschap gesteld kunnen worden en wat er gebeurt als de boodschap wordt genegeerd. Deze kaarten helpen de cliënt om zich bewust te worden van de informatie die een emotie geeft, de angst over de emotie weg te nemen en deze zo uiteindelijk te erkennen.

Daarnaast werkt Kohanov ook op een spirituele manier met paarden, waarbij het paard de rol van leraar, vriend en ‘healer’ kan innemen en fungeert als schakel tussen onze wereld en de mystieke wereld. Er wordt veel gebruik gemaakt van metaforische archetypen uit sagen, legenden, mythen en volksverhalen waarbij het paard de verbinding maakt met het archetypische, goddelijke, deel in de cliënt. (Nelstein, 2009, p.p. 34-36 en Kohanov, 2006, p.p. 103-104)

Een therapievorm die raakvlakken heeft met EAT is de Equine Assisted Psychotherapie (EAP), of psychotherapie met paarden. Deze hulpverleningsvorm “...richt zich op het bevorderen van emotionele- groei en leerprocessen en activerende en ondersteunende begeleiding” en is meestal een kortdurende therapievorm. (Nelstein, 2009, p.35.)

Een goed voorbeeld van deze manier van werken is het model dat de Equine Assisted Growth And Learning Association (EAGALA) hanteert. De sessies worden begeleid door een professioneel opgeleide therapeut en een expert op het gebied van paardengedrag. De sessies vinden plaats op de grond, waarbij de paarden vrij kunnen bewegen, er wordt gebruik gemaakt van metaforen in de vorm van de paarden of voorwerpen en er wordt uitgegaan van het zelf oplossend vermogen van de cliënt.

Op de site van EAGALA leggen ze uit hoe zij denken dat hun methodiek met paarden werkt. Er staat dat paarden reageren met een uniek inzicht op iemand zoals diegene op dat moment is. Omdat ze de non verbale boodschappen, die mensen

altijd uitzenden, kunnen lezen, gaan ze zich gedragen op een manier die de cliënt bekend voor komt uit andere relaties of situaties in hun leven. De paarden worden iemands partner, collega, kinderen, dromen en verslavingen en spelen deze situaties vervolgens uit in een sessie.

“For some reason, even when we feel stuck or hopeless, the horses move and make changes in the space, which in turn helps us become "unstuck." Clients repeatedly report that the horses seem to act and be exactly what is needed in the moment.” (eagala. (z.d.))

Het geeft ons de kans om te werken met deze situaties en relaties in een veilige, niet oordelende omgeving. Mensen leren beter als ze het niet alleen begrijpen in hun hoofd, maar ze het ook hebben ervaren in hun lichaam. (eagala. (z.d.)).

Een ander voorbeeld van EAT is de Human-Equine Alliances for Learning (HEAL). Deze is ontwikkeld door de Amerikaanse Leigh Shambo, die zelf opleidingen heeft gevolgd bij het Epona Center van Linda Kohanov en bij EAGALA. Het is dan ook niet verrassend dat kenmerken van beiden terug te vinden zijn in haar methode.

Ze beschrijft dat paarden grote gelijkenis vertonen met mensen in de manier waarop hun limbisch, emotioneel, brein werkt en in hun sociale structuren en relaties. De paarden mogen zich vrij bewegen en geven eerlijke en directe feedback welke zich gemakkelijk vertaalt naar het leven van de cliënt. Wanneer er in dat leven positieve veranderingen zijn met betrekking tot menselijke relaties, wordt dit een ‘home run’ genoemd.

Het HEAL- model gebruikt een aantal met elkaar verbonden principes waarmee de cliënt eigen emoties en die van anderen leert begrijpen en ermee leert om te gaan. Dit wordt ‘The six key’s to relationships’ genoemd. Deze zijn lichaamsbewustzijn; grenzen; congruentie; leiderschap; positief inbeeldingsvermogen en de acceptatie van het authentieke zelf. De paarden creëren een laboratorium waarin cliënten met behulp van ‘the six key’s’ op sociaal emotioneel gebied vaardigheden kunnen leren om emoties en stress te controleren en reguleren, zowel bij henzelf als bij anderen. De emotionele staat van paarden kan namelijk niet veranderd, maar wel beïnvloed worden door bewust om te gaan met de eigen spanning, denkprocessen en reacties. (humanequinealliance. (z.d.))

In Nederland heeft de therapeut Baukje van Leeuwen een methodiek ontwikkeld, gebaseerd op de behoeftepiramide van Maslov. Dit is de Circl Reprint Emotional Foundation (CREF) methode. De zes basisbehoeften – de fysiologische behoefte, veiligheid, waardering, kennis, zelfontplooiing en kerntransformatie - staan in een cirkel met in het midden de emotionele verbinding. Dit model kan gebruikt worden om te meten in hoeverre de basisbehoeften zijn vervuld en hoe het met het basisvertrouwen is gesteld. Je kan er gericht mee werken om het basisvertrouwen weer op te bouwen en vervolgens met een ‘Reprint’ vastleggen in het brein. Het gevolg is een blijvende emotionele verbinding, of Emotional Foundation, die voelbaar en zichtbaar in balans is. (Van Leeuwen, p.24) Bij deze therapie wordt er gewerkt op de rug van het paard waarbij het paard de cliënt door de ervaring heen draagt. Van Leeuwen noemt het vermogen van paarden om de kleinste lichamelijke verandering op te kunnen pikken en daarop te reageren. Ook noemt ze het sensorische aspect van het liggen op een paard waarbij de het paard als een

'draagmoeder' fungeert en er voor zorgt dat je gemakkelijker naar je vroegste herinneringen terug kunt keren. (Van Leeuwen, p.101-p.109)

Naast de EAT, EAP en het spiritueel werken met paarden, zijn er nog twee belangrijke richtingen die zich meer richten op mensen met een lichamelijke en/of mentale beperking namelijk het paardrijden voor gehandicapten en hippotherapie. Wat betreft het paardrijden voor gehandicapten, valt het buiten de doelstelling van het therapeutisch paardrijden. Het wordt onderkend dat er een positief therapeutisch effect is, maar dat is niet het doel van deze richting. Het therapeutische effect komt nog het beste naar voren bij het huifbedrijven voor meervoudig gehandicapten die duidelijk baat hebben bij de ritmische bewegingen en warmte van de paarden.(Nelstein, 2009, p.34.)

Een voorbeeld van hippotherapie is de 'Horseboy' methode, ontwikkeld door Rupert Isaacson, vader van een autistische zoon, die op zoek ging naar een positieve benadering van autisme. Hij kwam terecht bij gedragsprofessor Dr. Temple Grandin, eerder in dit essay genoemd in verband met de verwerking van emoties bij paarden en een voorbeeld van een succesvolle autist. Grandin adviseerde hem drie dingen te doen; ten eerste moest hij zijn kind intellectueel, fysiek en emotioneel volgen, ten tweede moest hij dat zoveel mogelijk in de natuur doen waar geen slechte sensorische prikkels zijn en als laatste moest hij hem zoveel mogelijk laten bewegen omdat kinderen met een autistische stoornis vaak kinetisch leren. Dit advies werd het uitgangspunt van de Horse Boy Method en de Movement Method.(New Trails learning systems. (z.d.)) De wetenschappelijke onderbouwing van de methode kwam pas later doordat verschillende universiteiten zich verbonden aan deze nieuwe methode en onderzoek gingen doen naar de werking ervan.

"Het is een neurocognitieve benadering, ontworpen voor autisme, ADD, ADHD, depressie, angsten, PTSS en andere aan hersenen/zenuwstelsel gerelateerde aandoeningen, die helpt nieuwe verbindingen te maken in de hersenen en die het mogelijk maakt om te communiceren en te leren." (Horse Boy Method1, p.8) Kinderen met autisme hebben meer angsten waardoor er in de hersenen het stresshormoon cortisol wordt aangemaakt. Dit hormoon zorgt er, onder andere, voor dat de psoas spier, die belangrijk is voor een vecht of vlucht reactie, aangespannen wordt. Als er vervolgens geen ontspanning komt blijft deze staat van paraatheid intact en raakt het sensorisch systeem overbelast. Door de psoas spier te ontspannen komt er oxytocine vrij, wat het zenuwstelsel kalmeert en ervoor zorgt dat de amygdala stopt met het produceren van cortisol. Door op een paard te zitten gaat de psoas spier ontspannen en ontspant het sensorisch systeem, waardoor autistische kinderen beter in staat zijn om verbinding te maken met hun omgeving. Bij deze methode wordt er op het paard gewerkt met de begeleider achter de cliënt en wordt er sensorisch gewerkt met de cliënt liggend op het paard.

De aanleiding voor Isaacson om zijn zoon op een paardenrug te zetten was echter niet van een wetenschappelijke maar van een geheel andere aard. Toen Isaacson op een dag, volgens het advies van Grandin, met zijn zoon een wandeling in de omgeving van hun huis maakte kroop Rowan onder het hek van de buurman door en belandde zo op zijn rug liggend in een wei met paarden. Isaacson was bang dat de paarden hem wat zouden doen, maar in plaats daarvan liep de leidmerrie rustig op hem af, liet haar hoofd zakken en begon te likken en te smakken. Als paardentrainer

had hij dit gedrag nog nooit eerder gezien en hij beseftte dat er duidelijk iets gaande was tussen Rowan en de merrie. (New Trails learning systems. (z.d.))

De laatste methodiek die ik wil behandelen betreft het systemisch coachen met paarden, waarvan Ruud Knaapen een belangrijke voorganger is in Nederland. Zijn methodiek is gebaseerd op het werk van Bert Hellinger, een Duitse psychotherapeut die het werken met familie – en systemische opstellingen heeft ontwikkeld. Bij het systemisch coachen met paarden wordt er vanuit gegaan dat het paard in een sessie niet alleen op de cliënt als individu reageert, maar ook op het gehele systeem waarvan de cliënt deel uit maakt. Het paard kan hierbij iets of iemand representeren uit het systeem van de cliënt en op exact dezelfde manier reageren. Om op deze manier te kunnen werken noemt Knaapen dat er een zekere ‘verdichting’ nodig is. Deze omschrijft hij als een collectieve aandacht voor het thema dat op dat moment bij de cliënt speelt. Het lijkt een staat van bewustzijn die moeilijk onder woorden te brengen is, maar waarbij alle deelnemers; toeschouwers, het paard, de cliënt en de begeleider, toegang hebben tot datgene wat zich afspeelt. Het is een verbindende ruimte waarin de deelnemers allemaal beschikking hebben over informatie uit het systeem en wordt daarom ook wel ‘het alwetend veld’ of kort gezegd ‘het veld’ genoemd. (Knaapen, 2015) Het is nog niet wetenschappelijk bewezen hoe dit werkt, maar het effect wordt onderkend door iedereen die zich bezig houdt met systemisch werk en is, mijns inziens, een belangrijk verschijnsel binnen de hulpverlening met paarden dat genoemd moet worden.

Uit de bovenstaande omschrijvingen van de verschillende methodieken binnen de hulpverlening met paarden blijkt dat daadwerkelijk het gehele potentieel van het paard wordt gebruikt. Van hun vermogen tot het gedetailleerd waarnemen van emoties en veranderingen tot het bewerkstelligen van fysiologische ontspanning. Hulpverlening met paarden stelt cliënten in staat om, op een natuurlijke manier, hun emoties te ervaren, zich er bewust van te worden en ze te integreren. Dat dit mogelijk is ligt verankerd in het wezen van het paard, dat wat het paard specifiek tot paard maakt. Het betreft een focus die altijd gericht is op het hier en nu, het welzijn van het geheel en een enorme bereidwilligheid zich hieraan te verbinden.

Op welke wijze heb ik zelf ervaren hoe ‘het mystieke wezen paard’ invloed heeft binnen een sessie met een cliënt?

De ervaring

Zoals ik al eerder heb genoemd, heb ik mij altijd verwonderd over wat er gebeurt op het moment dat paard en mens in een bepaalde setting worden geplaatst. Er ontstaat, schijnbaar automatisch, een toestand waarin tijd en bewustzijn zich in een andere staat lijken te bevinden. Het is regelmatig voorgekomen dat na afloop van een sessie veel meer tijd verstreken bleek te zijn dan ik gedacht had. Dit ‘verdwijnen’ van het besef van tijd heeft volgens mij te maken met de verandering van het bewustzijn waarbij er aan de ene kant een volledige focus is op wat er in het hier en nu plaats vindt en aan de andere kant een soort ‘non focus’ is, die er voor zorgt dat alles er zonder oordeel of verwachtingen kan zijn en ervaren kan worden. Dat het mogelijk is om zo gemakkelijk in deze ‘mediatieve staat’ te komen is mijns inziens te danken aan de aanwezigheid van het paard, dat hier van nature een meester in is.

Door in de nabije aanwezigheid te zijn van het grote 'bodymind' van het paard wordt ons onderbewuste brein beïnvloed en zou je kunnen stellen dat we zelf een beetje paard worden. Dit stelt ons in staat om gemakkelijker in die bewuste toestand te komen die de hulpverlener helpt om beter te kunnen observeren en de cliënt helpt om beter bij de kern van hun emoties te komen.

“We staan aan de rand van het bos in een prachtig duingebied met twee Tinker ruinen van ongeveer 23 jaar, genaamd Paddy en Shadow. Ik had de cliënt gevraagd of ze een droomwens van haar wilde opschrijven en ergens in de omgeving zou willen neerzetten. Ze loopt vervolgens een stuk langs de rand van het bos en stopt om haar bordje met daarop de droomwens tegen een boom aan te zetten. Ze draait zich om en kijkt naar waar ik sta, met de paarden rustig en ontspannen naast me. Even is er een verstilling en dan loopt de cliënt naar ons toe. “Zou je met één van de paarden naar je droom toe willen lopen?”, vraag ik. Ze kijkt naar de twee Tinkers en zegt dat ze Paddy niet zo leuk vindt, of dat hij haar niet leuk vindt en kiest voor Shadow. Ze klikt het halstertouw aan het halster en we lopen gezamenlijk richting haar droomwens terwijl Paddy blijft staan. Tijdens het lopen stopt Shadow plotseling en ik vraag de cliënt wat er bij haar gebeurde. Ze vertelt dat ze dacht aan een zakelijke afspraak die ze binnenkort heeft, die belangrijk is voor het verwezenlijken van haar droom. Ze maakt zich zorgen omdat het een man is die ze betitelt als ‘wolf’. Ze weet van zichzelf dat ze het heel lastig vindt om met dit type mannen om te gaan en wil graag weten hoe ze zich tegen hem kan beschermen. Ik vraag haar om met de materialen die ze om zich heen kan vinden een bescherming te bouwen. Shadow staat rustig bij mij terwijl de cliënt een verdedigingsmuur opwerpt bestaande uit takken, halstertouw en losse planken. Plotseling komt Paddy in beweging en stormt al bokkend op de cliënt af. Ze staat doodstil en staart naar het aanstormende paard. Voordat hij bij haar is mindert Paddy vaart en de cliënt gaat rechterop staan. Ze zwaait een halstertouw in het rond met de woorden: “Nee, hier mag je niet langs!. Paddy staat uiteindelijk vlak voor de ‘muur’ stil en doet een paar stappen achteruit onder druk van de cliënt die nog steeds met het halstertouw zwaait. Zodra er genoeg afstand is laat ze haar arm met daarin het halstertouw zakken, kijkt Paddy aan en zegt: “Zo, ik geloof dat ik niet meer bang hoeft te zijn”.

In deze sessie komt duidelijk de gevoeligheid van de paarden, met betrekking tot de emotionele toestand van de cliënt op dat moment, naar voren. Door hun beweging, of juist het stoppen daarvan, geven ze aan waar de kern wordt geraakt en biedt zo de begeleider de mogelijkheid hierop interventies te plegen. Door het lichaamswerk en de reacties van de paarden wordt de cliënt zich hiervan bewust en krijgt de gelegenheid om te oefenen in het controleren van de emotie zodat deze vaardigheid uiteindelijk geïntegreerd en toegepast kan worden in het dagelijks leven van de cliënt.

In de volgende sessie laat het paard vooral de gevoeligheid zien voor dat wat nog verborgen is.

“Ik sta met een cliënt aan de rand van een grote weide in het polderlandschap. De kudde met drie paarden en een pony staat vooraan en de Haflinger merrie Anke staat in ruststand bij het hek. Het is een jaar geleden dat deze cliënt een sessie heeft gedaan en ze wilde met de paarden onderzoeken wat er sinds die tijd is veranderd. Om de aandacht te richten doe ik een bodycheck met de cliënt en tijdens deze

bodycheck tilt Anke tot twee keer toe haar waterbak, die nog voor een kwart vol is, met haar tanden aan één kant op en laat het daarna vrij hard vallen; gedrag wat ik nog nooit eerder bij haar heb gezien. Na afloop van de bodycheck vertelt de cliënt dat ze alleen wat last heeft van haar benen die zwaar aanvoelen. Ik vraag haar of ze had bemerkt wat Anke deed met de waterbak en wat dat voor haar zou kunnen betekenen. Ze had dit inderdaad opgemerkt, maar kon niet goed duiden wat het bij haar teweeg bracht, behalve dat ze het idee heeft dat er een soort punt gemaakt wordt. Ik vraag haar of ze verder contact wil maken met Anke en de cliënt stapt bij haar in de wei. Ze gaat een stukje achter Anke staan en er is duidelijk een verbinding die er eigenlijk al vanaf het begin was. De cliënt gaat naast Anke staan en legt haar hand op de paardenrug. Als ik vraag hoe het contact voor haar is vertelt ze dat ze het heel fijn vindt dat Anke zo rustig naast haar blijft staan. De cliënt aait Anke een tijdje over haar rug wanneer de dertig jaar oude Shetlander merrie Fleurtje, die vrij toegang heeft tot het hele terrein, achter mij komt aanlopen en bij ons komt staan. Ik benoem dat het wel lijkt of iedereen meedoet, aangezien ook de hond van de eigenaar van het terrein naast mij is blijven zitten en de andere twee paarden hun blik op ons hebben gericht. De cliënt benoemt dat het fijn is dat Fleurtje er ook bij komt staan en dat iedereen er eigenlijk bij hoort. Er valt een stilte waarna de cliënt zegt "Ik weet wat dat met de waterbak betekent. Ik moet beter voor mezelf gaan zorgen". Op dat moment strekt Anke haar achterbeen helemaal naar achteren, slaakt een diepe zucht en loopt de weide in.

In deze sessie kwam iets naar voren waar de cliënt zich nog niet bewust van was en wat duidde op een meer systemisch thema in het leven van de cliënt, waarin uitsluiting en het onthouden van zorg een generatie overstijgende problematiek is.

Uit beide beschrijvingen blijkt duidelijk dat de paarden een grote invloed hebben op het verloop van een sessie. Ze vormen de leidraad waarlangs de cliënt en hulpverlener zich bewegen en de antenne waarop ze zich afstemmen. Dit gebeurt op zowel gedrags-, psychosociaal- als systemisch niveau en is daarmee een vrijwel allesomvattende manier van hulpverlening.

De verwondering

De mystiek van het paard komt voornamelijk voort uit hun bijzondere natuur en historische band die ze met de mens hebben. Er zijn ondertussen voldoende wetenschappelijke bewijzen aan te voeren die dit kunnen verklaren en deze zouden dus het paard kunnen demystificeren. Blijft echter dat paarden ons helpen de verbinding te krijgen met 'de bron' of 'de kern'; het 'goddelijke' deel dat wij allemaal bij ons dragen en wat ons met elkaar verbindt. Ze helpen ons dat te ervaren wat buiten onze waarneming ligt en hierin zit nog steeds de mystieke werking van paarden besloten.

De speciale band die wij met paarden hebben is voor een deel gebaseerd op een wederzijdse afhankelijkheid waarbij paarden afhankelijk zijn van ons voor hun zorg en wellicht zelfs voor het voortbestaan van de soort en wij afhankelijk zijn van de bereidwilligheid en het aanpassingsvermogen van paarden waardoor we ze konden gebruiken voor de landbouw, de jacht en transport en later in de sport en de hulpverlening.

Deze wederzijdse afhankelijkheid is echter niet gebaseerd op gelijkheid, aangezien paarden in gevangenschap leven en overgeleverd zijn aan de mate van

betrokkenheid van hun verzorgers. Een ruiter die zo ontevreden is over de prestaties en het gedrag van zijn paard dat het de band onder druk zet, zal overwegen om het paard te verkopen. De dag dat een paard zijn eigenaar aan de kant zet vanwege dezelfde wanprestaties moet daarentegen nog komen.

We moeten ons er dan ook terdege bewust van zijn dat deze band kwetsbaar is en door ons met grote zorg behandeld moet worden. Juist door het bereidwillige karakter van paarden en hun grote aanpassingsvermogen is het onze verantwoordelijkheid om het welzijn van paarden te bewaken.

In de geest van de vermogensethiek van Nussbaum moeten paarden kunnen floreren. Ze moeten zich kunnen ontwikkelen naar hun eigen vermogens en volledig potentieel. Hiervoor moeten paarden de juiste zorg ontvangen, in overeenstemming met hun soortspecifieke en individuele kenmerken. Aangezien de natuur de meest geëigende omgeving is waarin ze zich kunnen ontplooien, is het ook onze verantwoordelijkheid om deze zo dicht mogelijk te benaderen. (Hartman, 2017)

Om deze verantwoordelijkheid te kunnen dragen is vooral veel kennis nodig en dan voornamelijk kennis die gericht is op het welzijn van het paard en de bewustwording van hun verzorgers. Het is daarom de taak van ieder mens die met paarden werkt, zich deze kennis eigen te maken en in de praktijk te brengen. Voor hulpverleners met paarden zou deze kennis geborgd moeten worden in een goed omschreven beroepscode waarin zowel de cliënt, de hulpverlener, het beroep en, zeker niet in de laatste plaats, het paard wordt beschermd.

Door het schrijven van dit essay, heb ik ondervonden dat er veel nieuwe inzichten zijn op het gebied van paardenwelzijn, maar dat er ook nog heel veel niet bekend is en waar nog veel onderzoek naar gedaan zou moeten worden. Ik spreek dan ook de wens uit dat wij ons er op toeleggen zoveel mogelijk kennis te vergaren over het wezen paard, onderzoek zoveel mogelijk te stimuleren en ondersteunen en dat wij ons nog heel veel mogen verwonderen over alles wat met dit bijzondere dier te maken heeft.

Bronnenlijst

Beke, (2009). Paard en mens op de Centraal-Aziatische petrogliefen: het paard in Centraal-Aziatische, benaderd aan de hand van petrogliefen in het Altajgebergte. Geraadpleegd op 23 oktober 2017, https://lib.ugent.be/fulltxt/RUG01/001/414/829/RUG01-001414829_2010_0001_AC.pdf

Brainmatters, (z.d.). Cerebellum betrokken bij verwachtingen. Geraadpleegd op 3 november 2017. <http://www.brainmatters.nl/news/cerebellum-betrokken-bij-verwachtingen>

Candacepert, (z.d.). Geraadpleegd op 20 november 2017, <http://candacepert.com/>

Citaten.net (z.d.). Geraadpleegd op 9 oktober 2017, <https://citaten.net/zoeken/citaten-verwondering.html>

Coates, M, (2011). *Paarden spreken. De helende werking van communicatie met paarden.* (3^e druk). Deventer: Ankh-Hermes.

Eagala, geraadpleegd op 20 november 2017, <http://home.eagala.org/>

Equus coaching, (z.d.). *Ervaringen en (be)spiegelingen.* Geraadpleegd op 14 oktober 2017, <http://www.equus-paardencoaching.nl/Ervaringen.asp>

New Trails learning systems, (z.d.). The story. Geraadpleegd op 4 november 2017, <https://ntls.co/>

Hartman, J.H., 2017, College filosofie en ethiek. Hogeschool Leeuwarden.

Helden, B van, (2015) Een desastreus nalatenschap: kernproeven door Rusland op Kazachs grondgebied. Geraadpleegd op 12 november 2017. <https://slavischestudies.files.wordpress.com/2015/11/kazachstaan.jpg>

Humanequinealliance. HEAL, Human Equine Alliance, Equine-Facilitated psychotherapy and learning. Bezocht op 15 november 2017, http://humanequinealliance.com/the-heal-model/?doing_wp_cron=1511656927.4033141136169433593750

Horse Boy Method 1 certificeringscursus: kwalificatie om Basic Practitioner te worden, 2016. Horse Boy LLC.

Knaapen, R, (2015). *Coachen met paarden. Het systemisch perspectief (2^e druk).* Amsterdam: Boom Nelissen.

Kohanov, L, (2015). *De tao van equus. De weg van het paard.* Amersfoort: Bloemendal Uitgevers.

Kohanov, L, (2015). *Ruiter tussen twee werelden* (4^e druk). Deventer: Ankh-Hermes bv.

Leeuwen, B van, (2015). *Levensbelang. Van overleven naar levensvreugde met de CREF-Methode*. Gieten: Booklight.

Nelstein, P, (2009). *Het paard als leermeester. Therapie met paarden*. Deventer: Ankh-Hermes bv.

Paardvisie, (2014). *Wat paarden denken (+12 tips)*. Geraadpleegd op 4 november 2017.

<http://www.paardvisie.nl/2014/11/wat-paarden-denken-12-tips/>

Puur met Paarden. (z.d.). *Ervaringen*. Geraadpleegd op 14 oktober 2017,

<http://www.puurmetpaarden.nl/Ervaringen.html>

Rijnvis, D, (2016). *Paarden begrijpen menselijke gezichtsuitdrukkingen*.

<https://www.nu.nl/wetenschap/4212451/paarden-begrijpen-menselijke-gezichtsuitdrukkingen-.html>

Wikipedia (z.d.). *Feromoon*. Geraadpleegd op 22 november 2017,

<https://nl.wikipedia.org/wiki/Feromoon>

Wikipedia (z.d.). *Hersenschors*. Geraadpleegd op 3 november 2017.

<https://nl.wikipedia.org/wiki/Hersenschors>

Wikipedia (z.d.). *mystiek*. Geraadpleegd op 9 oktober 2017,

<https://nl.wikipedia.org/wiki/Mystiek>

De afbeelding op het voorblad komt van:

Meesteradvies (z.d.). Geraadpleegd op 26 november 2017,

<http://www.meestersadvies.nl/werkplaats/default.aspx?intPage=15>