

TIMO AMERUOSO

ZUM
AUFGEBEN
IST ES
ZU SPÄT!

DER
PFERDE-
MEDIATOR

**Fünf Dinge,
die Pferde uns
über das
Leben lehren**

rowohlts
POLARIS

Leseprobe – alle Rechte vorbehalten

TIMO AMERUOSO
mit Doris Mendlewitsch

ZUM AUFGEBEN IST ES ZU SPÄT!

Fünf Dinge, die Pferde uns
über das Leben lehren

Rowohlt Polaris

Aus persönlichkeitsrechtlichen Gründen sind die Namen und andere personenbezogene Informationen der im Buch auftretenden Pferdebesitzer und ihrer Tiere verändert worden.

Veröffentlicht im Rowohlt Taschenbuch Verlag,
Reinbek bei Hamburg, Dezember 2017
Copyright © 2017 by Rowohlt Verlag GmbH,
Reinbek bei Hamburg
Umschlaggestaltung HAUPTMANN & KOMPANIE
Werbeagentur, Zürich
Umschlagabbildung ((zu klären))
Fotos im Innenteil Jürgen Tap, HOCH ZWEI, Hamburg
Satz Franziska Pro, PostScript, InDesign
Gesamtherstellung CPI books GmbH, Leck, Germany
ISBN 978 3 499 63337 9



INHALT

01 | DIESE EINE MOMENT 9

02 | SICH FOKUSSIEREN: DIE KRAFT AUF DAS ZIEL RICHTEN 17

Wo das Problem liegt 19

Der Unfall 24

Ein anderes Leben 32

03 | TÄUSCHUNGSMANÖVER 39

Der zweite Schlag 41

Die große Depression 45

04 | SEIN EGO ERKENNEN 49

Von Alphetieren und solchen, die es sein wollen 51

Klare Positionen: Betas und Omegas 59

Kraft aufbauen 63

05 | MEINE METHODE: DAS AUTODYNAMISCHE REFLEXIONSPRINZIP 71

Die Seele der Pferde 73

Tempo und Richtung bestimmen 77

Denkmuster verändern 81

06 | DER ENTWICKLUNG RAUM GEBEN 89

Anton, mein lieber Lehrmeister 91

Paolo, mein Herzensfreund 94

07 | DURCHHALTEN: DIE MÜHEN DER EBENE 103

Erlebnisse einer Bleiente 105

Calma: vier Jahre 110

Durchhaltevermögen oder Trägheit? 119

08 | TIMING: DIE SCHWIERIGE KUNST, DEN RICHTIGEN MOMENT ZU ERKENNEN 127

Formeln: gibt es nicht 129

Fesselungsmethoden 139

09 | HUNDERTACHTZIG GRAD 149

Zum Aufgeben ist es zu spät 151

Dahin gehen, wo es weh tut 157

Glanz und Gloria 165

10 | AUFSTIEG 173

Achtzehn Millionen 175

Respekt und Ehre 181

Auf eigenen Beinen 189

11 | ANGEKOMMEN: IM HIER UND JETZT 197

DANKSAGUNG 205



01 | DIESER EINE MOMENT

Ich sterbe.

Ich liege auf der Straße und weiß, dass etwas Unvorstellbares geschehen ist. Das Blut in meinem Mund schmeckt ekelhaft metallisch, ich spüre, wie es mir aus dem Mundwinkel rinnt, immer weiter, ohne Unterlass. Meine Brust schmerzt, ich bekomme kaum Luft. Mein Oberkörper krümmt sich vor Schmerzen, ich kann nichts dagegen tun. Meine Beine bewegen sich nicht, so sehr ich mich auch bemühe. Denn ich will weg hier, weg von diesem Ort der Katastrophe. Wenn ich es schaffe, von hier wegzukommen, wird alles gut.

Doch ich schaffe es nicht. Ich kann mich nicht bewegen, die untere Hälfte meines Körpers fühlt sich an wie abgerissen. Es gibt keine Verbindung mehr zwischen meinem Kopf und meinen Beinen. Die Angst schüttelt mich. Menschen stehen um mich herum. Ich blicke zu meinen Freunden hoch, mit denen ich eben noch auf der Party zusammenstand. «Bitte helft mir doch! Bitte macht was!» Ihre Gesichter sind verzerrt, die Augen weit aufgerissen. Ich sehe ihnen an, dass auch sie Angst haben. Markus will mir helfen. «Klar, Timo, aber wie denn? Was sollen wir machen? Was soll ich tun? Sag's mir!»

Ich weiß nicht, was man tut, wenn jemand stirbt. Ich will nur, dass mir jemand hilft, dass diese Angst weggeht, dass ich meine Beine bewegen kann. Aber warum eigentlich? Ist doch egal. Es ist eh zu Ende.

Ich bin sechzehn Jahre alt, es ist der 19. Mai 1995. In sechs Wochen wäre ich mit der Schule fertig und nach den Ferien würde ich meine Tischlerlehre anfangen – so sahen meine Pläne bis gerade eben aus. Jetzt liege ich auf dem Asphalt, schaue in den

leben, dass man aus lauter Durchhaltevermögen an den falschen Zielen kleben bleibt, nur weil man glaubt, nicht aufgeben zu dürfen.

So auf den Punkt gebracht lesen sich die fünf Aspekte ziemlich eingängig, manchem erscheinen sie möglicherweise sogar recht simpel. Doch das täuscht. Es steckt eine Menge an Wissen, Ausprobieren, Erfahrung und Weiterdenken darin. Ich habe sehr lange dafür gebraucht, diese Erkenntnisse zu entwickeln. Und ich bin davon überzeugt, dass ich niemals so weit gekommen wäre, wenn ich nicht mit sechzehn Jahren den Unfall gehabt hätte, der mich in den Rollstuhl gebracht hat.

Natürlich weiß man am Anfang eines Weges nicht, ob man sein selbst gestecktes Ziel je erreichen wird. Als ich damals auf dem Asphalt lag und glaubte, sterben zu müssen, dachte ich sowieso an alles andere, nur nicht daran. Und doch: Irgendwas blitzte bereits da auf, etwas, das sich weder mit dem Sterben noch mit meinem bisherigen Leben vereinbaren ließ.

Man hatte meinen Vater benachrichtigt, er traf noch vor dem Krankenwagen ein. Er kniete neben mir, die Tränen liefen ihm übers Gesicht. Mein Vater weinte! «Papa, verkauf Pascal nicht! Verkauf ihn nicht, bitte, bitte! Es wird alles wieder gut!» Warum dachte ich ausgerechnet in diesem Moment an Pascal, mein Springpferd? Mit Pascal war ich Turniere geritten, sehr erfolgreich. Aber gerade in den letzten Monaten war er mir eher ein Klotz am Bein gewesen. Das ständige Training, jeden Tag üben – wo ich doch die Discos und vor allem die Mädchen entdeckt hatte. Und jetzt, da ich sicher bin, gleich zu sterben, schießt mir sein Bild durch den Kopf. Es ist ein seltsames Gefühl: Ich vermisse ihn. In meiner Todesangst wollte ich, er wäre bei mir!

Ich konnte dieses Gefühl damals nicht einordnen – nicht weiter verwunderlich in der Situation. Aber in der Rückschau würde ich sagen, dass dieser Moment der Anfang meines neuen Lebens

mit und für die Pferde war. Es hat lange gedauert, bis ich diese Aufgabe in ihrer vollen Bedeutung erkannte, und ich musste auf diesem Weg einige sehr dunkle Täler durchqueren. Doch heute weiß ich: Mein Leben und die Pferde – sie sind untrennbar miteinander verbunden.

Was ich von den Pferden gelernt habe, habe ich in meinem Leben erkannt. Und deshalb sind meine Geschichte und mein Pferdewissen untrennbar miteinander verbunden. Ich erzähle sie daher parallel – meistens folge ich der Chronologie, manchmal gibt es Rückblicke, ab und zu kleine Umwege, hin und wieder unerwartete Zwischenspiele. Wie das Leben, wie *mein* Leben ist und wie es sich entwickelt hat.

Also, auf geht's!



**02 | SICH FOKUSSIEREN: DIE KRAFT
AUF DAS ZIEL RICHTEN**

Wo das Problem steckt

Der Fokus meiner Arbeit heute liegt ganz klar darauf, den Pferden zu einem guten Leben zu verhelfen. Und zwar nicht nur meinen eigenen, sondern möglichst vielen, am liebsten allen Pferden. Aber ich weiß, dass das nicht geht. Also konzentriere ich mich auf die, die für mich erreichbar sind. Das sind zum einen die Pferde der Teilnehmer an meinen Workshops, zum anderen die Pferde, zu denen ich für Einzelcoachings gerufen werde, etwa weil sie «durchdrehen», «aggressiv», «extrem ängstlich» sind oder sonst eine «Macke haben». Jedenfalls nach Ansicht ihrer Besitzer.

Ich bitte dann um eine kurze schriftliche Beschreibung der Probleme, nach Art eines Anamnesebogens, fahre anschließend zum jeweiligen Standort und führe einige relativ kurze Trainingseinheiten mit diesen sogenannten Problempferden durch. Ergebnis in der Regel: Alles ist im Lot. Die böartigen Angreifer werden lammfromm, und die sonst schon bei einem kleinen Huster scheuenden Angsthassen stehen seelenruhig auf ihren vier Beinen. Für die Besitzer ist das häufig ein Schock. Da haben sie sich immer so viel Mühe gegeben, Trainer und Stallkollegen, Homöopathen oder Tierärzte zu Rate gezogen, ohne Erfolg. Und dann komme ich, ein Mann, der seit Jahren im Rollstuhl sitzt, also behindert ist, und selbst einem Pony kaum auf Augenhöhe ins Gesicht schauen kann. Ausgerechnet bei mir sind die Pferde ganz «normal», zutraulich und entspannt.

Das ist genau der Punkt: Es sind nicht die Pferde, die die Probleme verursachen, sondern es sind die Menschen. Diese Erkenntnis tut den Besitzern (in der Regel übrigens Frauen, die

Pferdewelt ist überwiegend weiblich) regelrecht weh. Weil sie ihr Weltbild auf den Kopf stellt. Nicht das Pferd muss an sich arbeiten, sie müssen an sich arbeiten. Nur dann schaffen sie es, ihr Pferd in eine ausgeglichene Gemütslage zu bringen.

Ich habe den Eindruck, viele der Teilnehmer an Workshops oder Einzeltrainings erhoffen sich, dass ich ihnen den einen ultimativen Supertrick verrate. Aber das tue ich nicht! Aus einem einfachen Grund: Es gibt keinen Trick. Man kann das enttäuschend finden, aber wenn man es aus einer anderen Perspektive betrachtet, liegt darin ein Vorteil: Wenn es keinen Trick gibt, dessen geheimnisvolle Funktionsweise ich für mich behalte, dann kann prinzipiell jeder dasselbe lernen und anwenden wie ich. Das ist doch eine gute Nachricht! Was aber muss man dafür tun? Das Verhältnis zum Pferd und zu sich selbst neu ordnen. Denn beim Pferd gilt das Prinzip Wechselwirkung: Was ich bin und wie ich bin, strahlt unmittelbar auf das Pferd aus.

Außerdem muss man begreifen, dass Pferde vollkommen anders funktionieren als wir. Ihr Denksystem ist ein anderes als unseres. Ein grundsätzlicher Unterschied: Sie sind Beutetiere und leben in der Herde. Wir sind Jäger und soziale «Tiere», die zwar auch in Gruppen leben, aber nicht in solchen Formationen, wie Herden es sind.

Allein aus dieser substanziellen Verschiedenheit folgt eine Reihe von Konsequenzen. Menschen sind beispielsweise in der Lage, taktisch vorzugehen, sie beurteilen Situationen danach, ob sie unter- oder überlegen sind. Für Pferde hingegen ist der extrem ausgeprägte Fluchtreflex charakteristisch, ihre streng hierarchische Orientierung innerhalb der Herdendynamik und eben auch die Fokussierung.

Sich zu fokussieren – das ist eins der wichtigsten Elemente bei der Arbeit mit Pferden. Die Pferde tun es, wir müssen es auch tun beziehungsweise darauf gefasst sein, dass die Pferde

sofort reagieren, wenn wir den Fokus verlieren. Das Wort «Fokus» beziehungsweise «fokussieren» wird heutzutage geradezu inflationär gebraucht, vor allem im Business-Deutsch. Meistens wird es benutzt, um etwas anscheinend Bedeutenderes als «Konzentration» zu sagen. Ich verwende «Fokus» eher im Sinne von Brennpunkt. Man benennt damit in der Optik den Punkt, an dem sich die durch eine Linse einfallenden Lichtstrahlen schneiden – es ist die Stelle der stärksten Bündelung des Lichts. In der Fotografie ist es die Ebene, auf die man scharfstellt. Ich liebe diese Übertragung aus der Optik, denn genau darum geht es mir beim Fokussieren: die Kraft und die Aufmerksamkeit nicht zu streuen, sondern auf einen Punkt zu richten.

Pferde können sich extrem gut fokussieren. Das muss man selbst erlebt haben. Wenn ein Pferd – zum Beispiel mein Hengst Paolo – einen Grashalm entdeckt hat, an den er heran will, dann gibt es nichts anderes mehr für ihn, gar nichts. Dieser saftige, grüne, nur wenige Meter entfernte Grashalm füllt den Willen und das Wollen vollständig aus. Paolo denkt keine Sekunde darüber nach, ob der Mensch am anderen Ende des Seils – ich – vielleicht etwas anderes vorhat, sondern er zieht schnurstracks zu diesem Grashalm.

Wenn ich aufmerksam und schnell genug bin, gelingt es mir, Paolo davon abzuhalten, doch damit ist die Sache nicht erledigt. Nein, denn das war nur Paolos erster Versuch, der nicht zum gewünschten Erfolg geführt hat. Daraus entsteht nun aber keine Niedergeschlagenheit oder Entmutigung, sondern lediglich: ein weiterer Versuch. Und noch einer und noch einer und noch einer. Denn Paolos Fokus ist auf den Grashalm gerichtet, nicht auf seine Befindlichkeit oder auf Randerscheinungen wie etwa meinen Wunsch, bald Feierabend zu machen. Deswegen wird Paolo es auf dem Weg vom Ring nach Hause in den Stall noch x-mal versuchen. Der Drang wird erst nachlassen, wenn er den