

Sharon Wilsie

MOWA KONI 2

Fundamenty komunikacji z końmi



GALAKTYKA

Inne książki Sharon Wilsie:

Mowa koni: Rozmowy z końmi w ich języku
Horses in Translation

Także:

Horse Speak: First Conversations (wideo)

Sharon Wilsie

MOWA KONI 2

Fundamenty komunikacji z końmi

Fotografie:
Laura Wilsie

Przekład:
Blanka Prośniewska-Piro

G A L A K T Y K A

Tytuł wydania oryginalnego:
Essential horse speak. Continuing the Conversation

Copyright © 2022 Sharon Wilsie

Essential horse speak published in the USA by Trafalgar Square Books. All rights reserved.
Essential horse speak opublikowało w Stanach Zjednoczonych wydawnictwo
Trafalgar Square Books. Wszelkie prawa zastrzeżone.

Wydanie polskie © 2023 Galaktyka sp. z o.o.
90-644 Łódź, ul. Żeligowskiego 35/37
tel. +42 639 50 18, 639 50 19, tel./fax 639 50 17
e-mail: info@galaktyka.com.pl; sekretariat@galaktyka.com.pl
www.galaktyka.com.pl

ISBN: 978-83-7579-889-0

Ilustracje: Sharon Wilsie

Konsultacja: Wojciech Mickunas
Redakcja: Elżbieta Derelkowska
Korekta: Agnieszka Arciszewska
Redakcja techniczna: Renata Kozłowska
Redaktor prowadzący: Marek Janiak

Projekt okładki: Master
Skład: Garamond, Master
Druk i oprawa: Konińska Drukarnia Dzielowa

Pełna informacja o ofercie i planach wydawniczych:
www.galaktyka.com.pl
info@galaktyka.com.pl; sekretariat@galaktyka.com.pl
Zapraszamy!

Choć autorka i wydawca dołożyli wszelkich starań, aby zawarte w tej książce informacje były rzetelne i kompletne, nie ponoszą oni żadnej odpowiedzialności za mogące pojawić się błędy, nieścisłości, przeoczenia lub niezgodności. Wydawca nie odpowiada za niekorzystne skutki oraz szkody, jakie mogą się pojawić w konsekwencji korzystania z rad czy informacji zawartych w niniejszej książce.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez pisemnej zgody wydawcy książka ta nie może być powielana ani w częściach, ani w całości. Nie może też być reprodukowana, przechowywana i przetwarzana z zastosowaniem jakichkolwiek środków elektronicznych, mechanicznych, fotokopiarskich, nagrywających i innych.

Spis treści

Podziękowania	11	CZĘŚĆ PIERWSZA: PODSTAWY MOWY KONI	
Wprowadzenie	13	Wstęp:	
Koncepcja mowy koni	13	Przejście od starego modelu do nowej wizji	28
Szkolenie a obserwacja	15	Mądrość wieków	30
Poznaj język świata natury	16	Proces mowy koni	32
Mowa koni wytycza		Korzyści	37
nowe szlaki	17	Czego potrzebujesz w tej podróży	42
Dwa aspekty mowy koni	18	1. Utrwalenie podstawowych umiejętności językowych	54
Lekcje z mowy koni	18	Czym jest zero i po co go potrzebujemy?	55
Szkolenie i komunikacja	19		
Dobrze, lepiej, fantastycznie	19		
Jak korzystać z tej książki	21		
Mowa koni w procesie szkolenia	25		



Siły przyciągające, popędzające i wstrzymujące – poznanie postawy „X” i „O”	59	3. Znajomość przycisków mowy koni i ich zastosowania	132
Zrozumienie energii centrum	76	Czym są przyciski?	133
O tobie	81	Przyciski na głowie i szyi	135
Przestrzeń osobista	83	Przyciski z przodu ciała	151
Co cenią konie?	86	Przyciski na kłodzie	159
Co dla konia oznacza równowaga	94	Przyciski na zadzie	163
Zapewnianie rozrywek	96	Rozmowa z przyciskami	171
2. Obserwowanie sygnałów konia dotyczących otoczenia i ruchu	98	4. Zrozumienie dynamiki stosunków w stadzie i typu twojego konia	174
Widzenie a patrzenie	99	Zdrowy system rodzinny	175
Szachownica	104	Trzy typy energetyczne	176
Wejście na szachownicę konia	110	Role w stadzie	183
Nauka gry w szachy	115	Nie daj się ponieść	199
Obserwowanie konia w trakcie przetwarzania informacji	129	Inne kwestie wpływające na typ	200
Obserwacja jest bardzo ważna	130	Jak pomóc koniowi „dojrzeć” poprzez objęcie właściwej roli w stadzie	201
		Zarządzanie stadem	205



5. Badanie cyklicznej natury

rozmów koni 216

IPNN 217

Kwadranty przestrzeni
osobistej: mechanika
mowy koni 227

Przegląd czterech P 229

Moja przestrzeń, twoja
przeźródzeń – rozmowa na
temat przestrzeni osobistej 237

6. Rozpoczęcie rozmowy

spoza ogrodzenia 242

Wprowadzenie ósemki ręką
zatrzymującą 244

Rozrywka na szachownicy:
ruch i nawigacja 247

Reguły końskich szachów 261

Łączenie przestrzeni
osobistych 270

7. Zaproszenie konia

do pójścia z tobą 272

Prowadzenie jest wszystkim 273

Nowe spojrzenie na zakładanie
koniom kantarów i ich
prowadzenie 273

Zmień sposób trzymania liny
(uwiąz) 276

Terapia cofaniem 277

Częste nieporozumienia
związane z prowadzeniem
konია 285

Jak konie wołają być prowadzone 292

Co mówią nam konie, kiedy je
prowadzimy 303

Ćwiczenie prowadzenia
z bezpiecznymi obiektami 310

8. Doskonalenie mowy ciała

na wolności i podczas pracy na lonży 312

Magia jednego jeźdźca,
jednego konia 313



Praca na wolności	313	Odbicie lustrzane z siodła	355
Rozmowy na temat równowagi i energii	315	Naśladowanie z siodła	356
Rama taneczna	316	Kwestia zebrania	356
Z ramy tanecznej do lonżowania	323	Częste pytania na temat mowy koni z siodła	361
9. Jazda konna z nową perspektywą	334	W jaki sposób mowa koni może pomóc ci stać się lepszym jeźdźcem	365
Mowa koni w siodle	335	CZĘŚĆ DRUGA:	
Co konie cenią w jeźdźcu	335	SŁOWNIK ROZMÓW	367
Przygotowanie do jazdy	339	Jak powiedzieć...	368
Rozgrzewka z użyciem jogi wodzami	341	Jak rozwiązać problem...	378
Rozgrzewka z użyciem Kręgu z pacholek	354	Wiadomości od konia	396
		Zakończenie	401
		Indeks	403



Przestrzeń osobista

W książce *Mowa koni* pisałam, że konie nie tylko postrzegają w sposób kolisty przestrzeń wokół nich (z uwagi na osadzenie oczu po bokach głowy), ale także poruszają się po kołach i łukach, i myślą w kategoriach kolistych, powtarzalnych wzorców i cykli. Poza tym żyją w swoich własnych przestrzeniach osobistych (ryc. 1.22). Są one jedynymi rzeczami, które należą do konia. Żeby dobrze się czuć, konie potrzebują wyraźnie zdefiniowanej przestrzeni, którą inni uszanują.

Konie często poruszają się wokół siebie po krawędziach swoich przestrzeni osobistych. Z chwilami, w których jeden osobnik może wejść w przestrzeń osobistą drugiego bez pytania, wiążą się tak



1.22. Konie myślą i poruszają się po okręgach, co widać na tych dwóch zdjęciach koni poruszających się w swojej przestrzeni, i po łukach wokół innych osobników. Zauważ, jak łukowato wygięte są ich ciała, co widać z góry na zdjęciu B. Owe kolisty przestrzenie to krawędzie przestrzeni osobistej

Poruszać się jak koń

1. Weź długi drąg – odpowiedni będzie też kij od szczotki – i trzymaj go nisko przy boku w połowie długości (ryc. 1.23).
2. Chodź po całym domu z kijem wystającym przed i za tobą, przez co będziesz zajmował więcej przestrzeni – zupełnie jak koń.
3. Jak to jest przemieszczać się z długim przodem i tyłem? Poruszaj się w ten sposób w pobliżu swojego konia i zobacz, czy to zmieni twoją percepcję jego lub jego postrzeganie ciebie.



1.23. Przyjrzyj się kształtowi ciała konia. Chodzenie z długim kijem, na przykład od szczotki, pomoże ci zrozumieć, jak by to było, gdybyś miał dłuższe ciało jak koń

zwane „rytuały” (patrz na przykład rytuał powitania – str. 135). Dla naszych celów musimy zacząć od zrozumienia mowy konia spoza granic jego przestrzeni osobistej. To oznacza, że musimy zauważyć, gdzie ona się kończy. Jeden koń może czuć się swobodnie pośród ludzi i mieć jedynie niewielką przestrzeń osobistą. Drugi będzie nieśmiały i będzie się wzdragał, gdy zbliżysz się do niego na odległość sześciu metrów.

Jak znaleźć krawędź przestrzeni osobistej konia

Umieść konia na zamkniętej przestrzeni, na przykład w boksie lub na małym padoku. Zaczynij się do niego zbliżać z odległości sześciu metrów, spoza barierki, i zwróć uwagę, kiedy da po sobie poznać, że jest świadomy twojej obecności. Do typowych reakcji należą:

- Spoglądanie na ciebie.
- Odwracanie wzroku od ciebie.
- Krok w twoją stronę.
- Krok w stronę przeciwną.
- Obrócenie się do ciebie zadem.
- Machnięcie ogonem w twoją stronę.
- Bardziej wyrafinowany sygnał, na przykład poruszenie uchem, skurcz mięśni pod skórą na łopatce lub boku, wydech lub wstrzymanie oddechu.

Kiedy zauważysz którąś z tych oznak, zatrzymaj się i cofnij o trzy kroki. Obróć się tak, by stać z jednym barkiem skierowanym w stronę konia i zrób głośny wydech, by pozbyć się wszelkiego napięcia. Podchodź i cofaj się kilkakrotnie, z różnych kierunków, by przetestować własną świadomość.

To ćwiczenie ma na celu znalezienie krawędzi przestrzeni osobistej i sprawdzenie, czy potrafisz ją znaleźć, nic więcej. Chcesz być bardziej świadomym, gdzie znajduje się przestrzeń osobista twojego konia. Kiedy zademonstrujesz koniom takie zdolności obserwacyjne, wiele z nich poczuje się swobodniej w twoim towarzystwie.

Przeźrzeń osobista i ty

Podczas pracy z końmi my też mamy swoje przestrzenie osobiste. Są one zdefiniowane przez ludzkie standardy. W szkole nauczyliśmy się chodzić równo gębiego i siadać we własnych ławkach. W zatłoczonej pomieszczeniu możemy zdefiniować naszą przestrzeń krawędzią łokcia. Za to dłonie w miejscach publicznych trzymamy zdecydowanie przy sobie. Innymi słowy granice naszej przestrzeni osobistej rozszerzają się i zmniejszają, tak samo jak końskie.

Przebywając w towarzystwie koni, musimy zmienić nasze postrzeganie przestrzeni osobistej, uwzględniając ich specyfikę. Jak zauważyliśmy w sekcji „Budowania umiejętności” na str. 84, ciało konia jest dużo większe i dłuższe od naszego, więc jego przestrzeń

OBALANIE MITÓW

Czy konie nie okazują nam szacunku?

Chciałabym wyjaśnić, w jakim znaczeniu używam słowa „szacunek” w tej książce. Ludzie lubią nazywać różne rzeczy. Nasze pojęcie szacunku obejmuje profil psychologiczny. Jeśli mówimy, że ktoś nie okazuje nam szacunku, może po prostu chodzić o to, że mówi do nas w określony sposób. Za to z punktu widzenia konia szacunek oznacza jedynie, że krawędzie przestrzeni osobistej działają harmonijnie, a jego brak oznacza, że nachodzą na siebie.

Harmonijny ruch oznacza, że obydwie strony szanują swoją przestrzeń i mogą współ-

pracować. Już jeden krok w stronę konia lub od niego ma znaczenie. Ten gest zabiera przestrzeń lub ją oddaje. Może łączyć lub odstręczać. Oznacza „dziękuję” albo „nie, dziękuję”, w zależności od tego, czy i jak oddajesz, czy zabierasz przestrzeń. Wzajemny szacunek jest niezbędny do osiągnięcia harmonii.

Konie nie knują potajemnie, żeby okazać nam brak szacunku z powodu jakiejś urazy lub aby okazać swoją wyższość. Reagują na to, czy nasze zachowanie jest spójne, czy nie (patrz str. 42).

osobista sięga dalej. Trzeba zachować większą odległość, by zapobiec wejściu w jego przestrzeń, zanim on się na to zgodzi. Często dzieje się tak, gdy chcemy ich dotknąć, wyszczotkować je i na nich jeździć. Zwykle robimy to bez pytania. W konsekwencji konie również często wchodzą w naszą przestrzeń osobistą. Dlaczego? Ponieważ:

- My, ludzie, zwykle nie jesteśmy świadomi, gdzie znajdują się granice przestrzeni osobistej koni i ciągle je przekraczamy (co oznacza brak wzajemnego szacunku), więc koń robi to samo względem nas.
- Mamy przy sobie przysmaki.
- Drapiemy konie w swędzących je miejscach.
- Zwykle robimy z końmi, co nam się podoba, więc one przejmują takie zachowanie – na przykład traktując nas jako przenośny drapak.

Podobnie jak w czasach szkolnych, musimy opanować pewne zasady społeczne obowiązujące w świecie koni, żeby lepiej się z nimi dogadywać. Są to te same reguły, które dotyczą naszej przestrzeni osobistej:

- Pozostań w swojej przestrzeni.
- Nie dotykaj drugiej osoby, kiedy tylko przyjdzie ci na to ochota, bez pytania.
- Umiej grzecznie poprosić o zachowanie zdrowego dystansu, kiedy masz już dość kontaktu.

Mowa koni pozwala nam nauczyć się szanować przestrzeń osobistą konia i zrozumieć, jak nasza mowa ciała na nią oddziałuje. Respektując przestrzeń osobistą konia możemy otworzyć drzwi do nowego wymiaru komunikacji.

Teraz, kiedy zrobiliśmy pierwsze kroki na drodze do rozwinięcia świadomości podstawowej mowy ciała koni oraz ludzi i mamy odpowiednie nastawienie, by osiągnąć sukces, wkroczmy razem do świata koni widzianego z perspektywy tych zwierząt.

Co cenią konie?

Czy zastanawiałeś się kiedyś, co jest dla ciebie ważne na co dzień? Może lubisz zaraz po przebudzeniu wypić kawę, przeczytać wiadomości, pójść na spacer z psem i wziąć gorący prysznic. A teraz pomyśl, co jest ważne w codziennym życiu konia. Jego dzień będzie wyglądał nieco inaczej, ale może zauważysz pewne podobieństwa. Czy lubi jeść

śniadanie w towarzystwie przyjaciół? Czy podoba mu się, kiedy zakładasz mu kantar w określony sposób? Czy dobrze na niego wpływa długa, spokojna rozgrzewka? Czy chętnie idzie na spacer do lasu po sesji treningowej?

Kiedy się ich o to spyta, wielu ludzi ze wzruszeniem ramion odpowiada na przykład „Zależy mu bardziej na jedzeniu niż na mnie”. To bardzo mylna opinia. Mnie też bardzo zależy na jedzeniu. Gdybym odwiedziła cię w domu w porze lunchu, kazała ci wypluć kanapkę i mnie słuchać, zapewne pokazałbyś mi drzwi.

Konie mają własny zestaw wartości. Poznanie ich pozwala stworzyć przyjazne warunki do szkolenia i zapewnić im lepszą rozrywkę. Zidentyfikowałam sześć podstawowych potrzeb, które mają największe znaczenie dla większości koni. Kiedy wszystkie pozostają w równowadze, zwierzę może powrócić do stanu zera – albo przynajmniej rozpocząć podróż w jego kierunku.

BUDOWANIE UMIEJĘTNOŚCI

Jak stworzyć bezpieczny obiekt?

Jak już wspominałam w tej książce, takim obiektem może być wszystko, co oznacza bezpieczne miejsce do odpoczynku i przywrócenia równowagi. Konie tworzą własne bezpieczne obiekty, zostawiając sterty odchodów w „bezpiecznych strefach”. Widziałam sytuacje, gdy koń przybiegł do miejsca, z którego ktoś usunął stertę łajna, zrobił nową, stanął przy niej lub długo ją obwąchiwał, jakby chciał powiedzieć: „to moja kupka bezpieczeństwa – musi tu być, żeby został tu jej zapach”.

Aby stworzyć bezpieczny przedmiot dla konia, musisz wiedzieć zawczasu, co to będzie i gdzie to umieścisz. Wskaż na niego, idąc w jego stronę, a kiedy do niego dotrzesz, dotknij go i głęboko westchnij, jakbyś chciał powiedzieć: „Dotarliśmy, teraz możemy się zrelaksować”. Bardzo ważne, żeby nie prosić o nic konia przy bezpiecznym obiekcie, gdyż ma on

oznaczać czas relaksu, przegrupowania i zrzucenia z siebie balastu nadmiaru emocji. Koń nie musi go dotykać, ale pozwól mu badać go pyskiem, jeśli ma na to ochotę. (Może się okazać, że będzie się o niego ocierał, gdyż na pysku znajduje się punkt akupresyjny odpowiedzialny za relaks).

Nie dawaj koniowi przysmaków przy bezpiecznym obiekcie ani nie używaj przy nim klikerów, jeśli stosujesz metodę klikerową szkolenia. Konie tworzą własne bezpieczne obiekty z dala od jedzenia. Jest to miejsce przeznaczone na głęboki relaks, a nie stymulację. Jeśli koń postanowi skubać bezpieczny przedmiot albo paść się w jego pobliżu, będzie to jego wybór. Po prostu nie wieszaj tam siatki na siano, nie stawiaj żłobu ani nie dawaj mu przysmaków.

Oto sześć podstawowych potrzeb:

1. Bezpieczeństwo
2. Ochrona
3. Zasoby
4. Połączenie
5. Komfort
6. Klarowność

Bezpieczeństwo

Konie pragną przede wszystkim wiedzieć, że ich otoczenie jest bezpieczne. To dla nich ważniejsze nawet od jedzenia. W naturalnych warunkach jedzenie konia znajduje się na poziomie gruntu. Jednakże opuszczanie głowy oznacza, że zwierzę staje się podatne na ataki. Bezpieczeństwo bije na głowę jedzenie.

Konie mogą przejawiać oznaki braku poczucia bezpieczeństwa na różne sposoby, a mowa koni daje nam wiele możliwości przekazania im wiadomości lub wykonania określonych czynności, żeby pomóc im poczuć się bezpiecznie, na przykład:

- Tworzenie bezpiecznych obiektów (patrz ramka „Budowanie umiejętności” na str. 87).
- Proponowanie im przewidywalnych wzorców, zwyczajów i grafików.
- Trzykrotne powtarzanie wiadomości, żeby się upewnić, że koń rozumie prośbę.
- Zwolnienie i danie koniowi przestrzeni na przetrwanie informacji.
- Dawanie mu wiadomości uspokajających (patrz poniżej).

Ochrona

Ochrona i bezpieczeństwo brzmią podobnie, ale nie są tym samym. Konie potrzebują od ciebie wiadomości ochronnych, żeby poczuć się bezpiecznie. Musimy zrozumieć, że mogą nas pytać, czy zachowamy się jak ich obrońcy, choć w danej chwili nie muszą wcale czuć się zagrożone.

Niektóre pozbawione pewności siebie konie po przejściach mogą z początku nie chcieć zaakceptować cię w roli ich obrońcy. Inne są bardzo samodzielne i nie od razu dopuszczają cię blisko siebie. W mowie koni istnieje wiele wiadomości, które możesz przekazać koniowi, który szuka ochrony. Poznasz je w dalszej części książki. Oto kilka sposobów na zakomunikowanie mu, że jesteś gotowy się tego podjąć:

- Zabezpiecz otoczenie – dotknij trzech przedmiotów znajdujących się na zewnątrz boksu albo wybiegu.

- Obserwuj horyzont – wypatruj niebezpieczeństwa w oddali (patrz str. 113).
- Użyj Oddechu wartownika: to ostry, mocny, słyszalny wydech przypominający ostrzegawcze prychnięcie konia (patrz str. 250).
- Dotykaj przedmiotów w otoczeniu konia, zanim on to zrobi (nazywam to „wypatrywaniem pszczoł, niedźwiedzi i wszelkich strachów”).
- Pokaż wyrazistą postawę „X” – rzuć kamieniem lub patykiem w stronę przeciwną od konia, nakrzyycz na psa, każ komuś się przesunąć. To pokaz zdolności przywódczych lub władzy – dla konia, a nie przeciw niemu.
- Spaceruj od jednego bezpiecznego obiektu do drugiego.
- Zwróć uwagę na to, na co patrzy koń.
- Pilnuj swojego oddechu i wiadomości oddechowych (patrz str. 16).
- Wykonuj ciężkie, wolne kroki, by pokazać, że nie ma się czym denerwować.
- Wysuń dłoń zatrzymującą w stronę biodra konia, by powiedzieć mu „ubezpieczam cię”.
- Wykonuj „kołysanie niemowlęcia” na grzbiecie nosa i przycisku „podążaj za mną” lub wskazując na kopyta konia (patrz str. 141 i 145).

Zasoby

To naturalne, że konie uwielbiają jedzenie. Jednakże nie zawsze jest to najbardziej przez nie ceniony zasób. Czasem jest nim towarzysz (który wiąże się z potrzebą połączenia i komfortu, o których opowiem za chwilę). Innym razem jest to schronienie, woda albo dobre miejsce do położenia się.

Czasem jesteś nim ty.

W przyrodzie konie muszą pozostawać w ciągłym ruchu, aby mieć dostateczną ilość pożywienia. Udomowione konie także mają silną potrzebę chodzenia, przeżuwania i szukania jedzenia. Kiedy prowadzisz konia przez bujne pastwisko, to tak jakbyś ty szedł wśród pólek zapełnionych świeżo upieczonym chlebem ze stopionym masłem i nie wolno by ci było niczego skosztować.

Jak więc możemy nauczyć się cenić zasoby tak jak koń?

- Naucz się karmić konia trawą z ręki albo spaceruj wraz z nim, kiedy on się pasie.

- Stój w pobliżu i „dziel z nim siano”. To ważna część bycia w jego świecie, jak wspólne spożywanie lunchu z przyjacielem (zachowaj zdrowy rozsądek. Jeśli obawiasz się możliwej agresji związanej z jedzeniem, stań za barierką).
- Ustal zasady „niejedzenia w trakcie pracy”, o ile jest to ważne.
- Ustal zasady, ile razy wolno się koniowi schylić po trawę, kiedy go prowadzisz.
- Ja zwykle daję mu skubnąć trawy w trzech miejscach. Potem mój koń wie już, że ma iść dalej.
- Konie cały czas podnoszą głowy i przemieszczają się w poszukiwaniu lepszych kąsków. Zwróć jednak uwagę, że jeśli koń porusza się w grupie i chce przystanąć, żeby coś przekąsić, żaden inny osobnik go nie zatrzyma ani nie skoryguje. Konsekwencją podjadania jest to, że zostanie w tyle za innymi!

Obietnica czy obecność przysmaku nie powinna powodować ani zwiększać niepokoju konia. Pamiętaj o następujących kwestiach:

- Dawaj koniowi przysmaki tylko wtedy, gdy naprawdę rozumiesz, jak ich prawidłowo używać, na przykład jako zachętę lub wzmocnienie zachowania podczas szkolenia.
- Nie używaj ich do wabienia konia.
- Sugeruję, żeby dawać je w wiaderku na koniec pracy lub okazjonalnie jako szczególną nagrodę.
- Karmienie z ręki wymaga od konia dobrych manier. Nigdy nie pozwalaj, by koń trącał cię popędzająco pyskiem. Klacze nie pozwalają swoim źrebiętom, żeby trącały je w wymiona i ty też nie powinieneś zgadzać się na popędzanie.
- Podczas zadawania paszy trzymaj rękę zatrzymującą w pozycji „X”, by zostawić sobie więcej miejsca do dawania siana.
- Nie staraj się rozwiązać problemu stresu związanego z dawaaniem owsa na raz. Opracuj logiczny plan i użyj odpowiednio dużej liczby postaw „X” i „O”, by powoli poprawić maniery konia podczas karmienia. Daj wam obojgu rozsądną ilość czasu na poprawę.

Zwracaj uwagę na to, na co patrzy koń, kiedy karmisz go trawą z ręki albo stoisz z nim na łące. Jak już mówiliśmy, to, na czym się skupia, często pomoże ci zrozumieć jego intencję. Dowiedz się, czego twój koń pragnie, czego szuka i jak się w związku z tym zachowuje. Konie cierpiące na lęki związane z zasobami mogą być agresywne przy jedzeniu,

„kleić” się do drugiego osobnika lub stajni i być nachalne. Brakuje im nieco zaufania, że pożądaný zasób nagle nie zniknie. W przypadku niektórych koni przejawiających najbardziej agresywne postawy podczas jedzenia już samo zaproponowanie im ochrony (patrz str. 88) wokół ich przestrzeni osobistej podczas jedzenia pokazywało, jak bardzo obawiają się utraty tego zasobu. Roztoczenie nad nim ochrony powodowało głębokie westchnienie ulgi i zachowanie sugerujące, że koń nie chciał, bym go opuszczała.

Połączenie

Jest to potrzeba bycia z innymi – z końmi, psami, kotami, ludźmi, kozami – lista potencjalnych towarzyszy jest długa. Konie są z natury zwierzętami stadnymi i muszą być towarzyskie. Nawet jeśli „nauczyły się” żyć samotnie, jak trzymane osobno ogiery, konie wyścigowe i sportowe, które nigdy nie są wypuszczane wraz z innymi – wciąż drzemie w nich ta potrzeba. Konie wykazujące deficyty więzi z innymi, zrywające kontakty, nadmiernie pragnące bliskości w infantylny sposób lub też mające inne nienaturalne podejście do połączenia z innymi wykazują objawy problemów w tej dziedzinie. Kiedy koń utraci podstawową zdolność nawiązywania kontaktów z innymi, trudno pomóc mu ją odzyskać.

- Jeśli masz miłego, delikatnego konia, który chce być z tobą i okazuje ci dobre maniere, jest to oznaka dobrych stosunków między wami i nie ma się czym martwić. Wciąż możesz respektować jego przestrzeń osobistą i „iść własną ścieżką”, gdyż to zwiększy jego zaufanie do ciebie.
- Niekiedy koń daje upust swojej potrzebie nawiązania więzi z innymi względem ciebie. W takim przypadku może on wkraść w twoją przestrzeń osobistą, szukać u ciebie przysmaków, zachowywać się dziecinnie i niedojrzale.
- Są też takie nachalne konie, które wchodzą w twoją przestrzeń z powodu głęboko zakorzenionego braku poczucia bezpieczeństwa, lęków lub niepokojów o to, że nie będą mogły pozostawać blisko ciebie, kiedy będą tego potrzebowały.

Możemy nauczyć się rozwiązywać problemy z połączeniem, obserwując, jak konie zachowują się w stosunku do siebie w stadzie. Na następnych stronach opiszę, jak poruszać się wokół krawędzi przestrzeni osobistej w kontekście połączenia.

Komfort

Jedne konie poszukują połączenia bez wyraźnego fizycznego kontaktu, a inne potrzebują pukać się pyskami, drapać, bawić się i leżeć w pobliżu innych osobników. Podobnie jak ludzie, każdy koń jest odrębną jednostką i jedne lubią się „przytulać”, a inne nie.

Kiedy koń doświadczył deficytu komfortu – fizycznego lub emocjonalnego – może wybierać stanie w samotności i nie lubić komfortu zapewnianego mu przez konie lub ludzi. Może nawet odpędzać wszelki dotyk. Kiedy koń poszukuje nadmiernie kontaktu fizycznego lub wręcz przeciwnie – usiłuje go unikać, oznacza to często, że coś poszło bardzo nie tak z jego poziomem kontaktu fizycznego.

- Niektóre konie czerpią największy komfort z wiadomości oddechowych lub wyrazów twarzy skupionych w okolicach warg. Odpowiedni oddech może mu przekazać informację, że „wszystko jest w porządku”, oblizanie ust (nazywam to „ustami z masłem orzechowym”) i wydech mogą być silnymi sygnałami uspokajającymi.
- Postawa „O”, skinienie głową w celu uwolnienia się od napięcia szyi i kontakt wzrokowy z mruganiem są także wiadomościami przekazującymi komfort.
- Już samo wyjście o krok z przestrzeni osobistej konia może poprawić jego komfort poprzez „oddanie mu jego miejsca”.

Niektóre konie lubią komfort fizyczny wywołujący głęboki relaks połączony z wiadomościami emocjonalnymi lub ochronnymi, takimi jak głaskanie obszarów wokół nerwu błędnego znajdującego się w pobliżu żyły szyjnej w połączeniu z sygnałem werbalnym lub dźwiękiem. Dzięki temu już samo wypowiedzenie słowa bez dotyku aktywuje te same ścieżki nerwowe prowadzące stan głębokiego spokoju, co może być pomocne w trakcie jazdy. Nazywam to „łączeniem i nakładaniem warstw” – połączeniem dźwięku lub słowa z fizyczną ulgą, w tym przypadku długimi, spokojnymi pociągnięciami dłoni po szyi, żeby później wywołać to samo wrażenie nawet bez kontaktu fizycznego.

Inne konie odczuwają większy komfort, kiedy otrzymują wiadomości oznaczające ochronę i bezpieczeństwo, dwie spośród sześciu podstawowych wartości, które już omawialiśmy (patrz str. 88).

Klarowność

Ta potrzeba oznacza po prostu, że konie chcą rozumieć, co oznaczają nasze sygnały. Brak klarowności może wywoływać u niektórych koni tak dużą frustrację, że zaczynają one brykać, gryźć, uderzać

kopytami, kłaść uszy po sobie i wykazywać inne jeszcze ekspresyjne zachowania. W dziewięciu przypadkach na dziesięć te podstawowe „narowy” (zachowania przemieszczone – patrz str. 45) znikają, kiedy poprawi się jakość komunikacji między człowiekiem i koniem.

Można to osiągnąć poprzez:

- Wyraźne zademonstrowanie koniowi twojej postawy „X” i „O”.
- Pilnowanie, by nie kierować twojej energii centrum na konia, kiedy nie chcesz go przesuwać.
- Używanie właściwego poziomu intensywności. Konie zazwyczaj nie denerwują się, że używasz większej intensywności, ale że używasz nieodpowiedniego do sytuacji jej poziomu. Omawiam bardziej szczegółowo poziomy intensywności w rozdziale 6 na str. 251.
- Większą świadomość końskiej przestrzeni osobistej. Koń woli, żeby między waszymi ciałami istniała wyraźna „granica”, jak linia rozdzielająca pasy jezdni na drodze. Niech twoim mottem będzie „zostań na swoim pasie”. Choć może ci się wydawać, że to koń zmienia pasy ruchu, gwarantuję ci, że często wina leży po twojej stronie. Konie często przekraczają granicę, bo człowiek nieświadomie jej do tego zachęcił!

Zostań na swoim pasie

Używam tego określenia, żeby nakreślić zasady pracy z końmi. Wyobraź sobie dwa pasy ruchu na jezdni i zasady ruchu drogowego zapewniające bezpieczeństwo. Koncepcja ta ma zastosowanie zarówno podczas robienia czegokolwiek przy koniu, jak i podczas przemieszczania się z nim z miejsca na miejsce.

Często zdarza się, że bardzo nerwowe konie utykają w jednym z czterech F, jak omawialiśmy na str. 80. Być może dostałeś w spadku takiego właśnie konia po poprzednim właścicielu lub trenerze. W takim przypadku klarowność jest myślą przewodnią, by pomóc koniowi się uwolnić, żeby mógł okazać swoją prawdziwą osobowość i zacząć odzyskiwać swoje zero. Jeśli koń nie otrzymał odpowiedniej socjalizacji, był zbyt intensywnie trenowany w bardzo młodym wieku, źle traktowany lub zmuszany do sztywnej, mechanicznej pracy, może okazywać przejawy „wyczonej bezradności” lub dawać wyraz frustracji z powodu braku przestrzeni osobistej.

Przerabianie listy wartości

Przedstawiłam krótkie podsumowanie sześciu wartości, których konie potrzebują, by znaleźć swoje zero. W zależności od ich roli w stadzie

Spersonalizuj listę wartości twojego konia

Z tego, co zaobserwowałam u wielu koni, z którymi miałam do czynienia, sześć podstawowych wartości jest świetnym początkiem. Ale oczywiście w zależności od konia lista może się wydłużyć. Zachęcam, byś sporządził listę tego, co może być ważne dla twojego konia. Ulubiona szczotka, określony rodzaj trawy, a nawet miejsce, gdzie lubi drzemać, to wszystko pozwala ci poznać twojego konia na wyższym poziomie.

lub „typu” (patrz str. 176), doświadczenia i poziomu dojrzałości emocjonalnej, każdy z nich będzie bardziej potrzebował innej z tych wartości. Kiedy już zidentyfikujesz i pomożesz koniom zaspokoić najważniejsze potrzeby, nie zdziw się, że zaczną im nagle bardziej zależeć na innej wartości. Większość koni w końcu przerabia całą listę. Kiedy jedna z potrzeb jest już zaspokojona, mogą nagle stać się bardziej poirytowane, kiedy uśpiona do tej pory potrzeba się ujawnia.

Staraj się często przeglądać w głowie listę wartości, kiedy wysyłasz i otrzymujesz wiadomości. Im częściej to robisz, tym bardziej „aktualne” staną się twoje rozmowy z koniem. Im lepiej potrafisz zaspoka-

jać potrzeby z jego listy, tym łatwiej jest mu się skupić na szkoleniu, które chcesz z nim przeprowadzić. Z mojego doświadczenia wynika, że konie, których potrzeby są zaspokojone, są nie tylko bardziej zainteresowane własnym szkoleniem, ale też często potrafią mieć cenny wkład w jego proces. Wiele z nich zdaje się myśleć o poprzedniej lekcji i ochoczo zaczynać w miejscu, w którym ją przerwały, kiedy nie muszą tracić tyle czasu na próby komunikowania swoich podstawowych potrzeb.

Jak już podkreślałam, zadawanie dobrych pytań jest częścią praktykowania mowy koni. Mam nadzieję, że lista końskich wartości będzie dla ciebie dobrym punktem wyjścia!

Co dla konia oznacza równowaga

Wspominaliśmy już pobieżnie o równowadze – zarówno zewnętrznej, jak i wewnętrznej. Co jest w niej tak ważnego, że znów o niej wspominam? Od chwili narodzin równowaga fizyczna konia jest jego najlepszą obroną. Żrebięta muszą stanąć na nogi i poruszać się za matką już w kilka godzin po narodzinach. Dla koni równowaga oznacza także siłę osobistą. Kiedy się bawią lub rozwiązują problemy, poruszając się z dużą prędkością, często stają dęba, szybko zwracają w miejscu, wierzgają i wykonują gwałtowne ruchy. Nawet starsze osobniki mogą poczuć się do tego zachęcane. Jeśli koń nie

może prawidłowo utrzymać równowagę z powodu choroby lub kontuzji, dużo łatwiej może stracić panowanie nad sobą. Pierwotną potrzebą konia jest chęć posiadania dobrej równowagi fizycznej w ruchu, a kiedy nie jest ona zaspokojona, zwierzę instynktownie będzie w stanie zwiększonego napięcia. Ranny dziki koń stanowi łatwiejszy cel dla drapieżników, jest więc bardziej czujny i zdenerwowany.

Jak już to omawialiśmy, dla koni wszystkie trzy aspekty równowagi – fizyczny, umysłowy i emocjonalny – łączą się ze sobą. Brak równowagi fizycznej zaburza także równowagę umysłową i emocjonalną. Kiedy koń czegoś nie rozumie, jego ciało się spina, co pozbawia go równowagi fizycznej. Podobnie dzieje się, kiedy coś fizycznie wytrąci go z równowagi – może go to przerazić lub zdezorientować.

Wszystkie trzy aspekty są ze sobą połączone.

Wyobraź sobie, że prowadzisz konia ze stajni do miejsca, gdzie będziesz na niego wsiadał. Z uwagi na specyfikę ruchu twojego ciała możesz i zapewne często dosłownie wytrącasz konia z równowagi, ciągnąc go za sobą.

Kiedy nasze codzienne działania niechcący sprawiają, że koń jest pozbawiany równowagi fizycznej, wywiera to podobny wpływ na jego równowagę umysłową i emocjonalną. Zapewne wsiadając na konia, oczekujesz od niego, że będzie pozostawał w równowadze w czasie całej jazdy, choć z jego punktu widzenia pozbawiłeś go jej, zanim jeszcze na niego wsiadłeś.

Jednym z najłatwiejszych sposobów radzenia sobie z ciągłym poczuciem zaburzenia równowagi jest zamykanie się na nas. U niektórych koni wyzwala to lęk, u innych agresję, a jeszcze inne po prostu stają się oziębiałe. Uczą się ignorować naszą mowę ciała, chcąc zachować własną równowagę. Niektóre osobniki są wyrozumiałe i dochodzą do wniosku, że po prostu jesteśmy niezbyt rozcarnięci i nie do końca rozumiemy, co robimy. I tak nas kochają i starają się cieszyć naszym towarzystwem. Inne mają mniej cierpliwości i mogą nawet być w takiej sytuacji przerażone, co prowadzi do wielu problemów, od paniki po agresję.

Wczuj się w sytuację swojego konia

Wyobraź sobie, że ktoś prowadzi cię codziennie na smyczy, nie dbając o to, że czujesz się, jakbyś ciągle się ślizgał, pochylał, potykał lub tego się obawiał. Co czułbyś w stosunku do takiej osoby? Gdyby twój przyjaciel lub nauczyciel bił cię, żebyś się przesunął, szarpał, wytrącając cię z równowagi lub ciągnął cię za sobą, związawszy ci uprzednio ręce, jak byś się z tym czuł?

Zapewnianie rozrywek

Ważnym krokiem w mowie koni jest zmiana twojego nastawienia – zamiast przychodzić do stajni z myślą o tym, co twój koń może dziś dla ciebie zrobić (pokonać parkur, zrobić idealną lotną zmianę nogi w galopie, poprawić swój wynik), zastanów się, co ty możesz zrobić, by poprawić jego dzień. Przyjrzyj się liście wartości ze str. 88. Każdy koń ma też własne preferencje. Oto kilka „wartościowych” zajęć, jakie możesz wypróbować:

1. Dziel z nim zasoby, idźcie razem poszukać najładniejszej trawy lub karm go z ręki sianem. Mniej cenione rodzaje pożywienia są mniej ekscytujące niż na przykład owies lub marchewki, więc „dzielenie” się nimi daje wam obydwójgu lepszą okazję do odnalezienia zera wewnętrznego i równowagi (ryc. 1.24).



1.24. Laura szuka najlepszej trawy z Jagiem. Może twój koń uwielbia czterolistną koniczynę!?

2. Ustaw tor przeszkód zbudowany z ulubionych elementów twojego konia. Baw się na nim wraz z nim.
3. Pozwól swojemu koniowi pospacerować luzem po ujeżdżalni i pochodź tam z nim. Przy okazji obserwuj jego mowę ciała, kopiuj ją (patrz str. 118) i baw się w naśladownictwo (patrz str. 121).
4. Sprawdź, która szczotka najbardziej odpowiada twojemu koniowi i tylko tej używaj.
5. Naucz się końskiej gimnastyki – istnieje wiele metod, które bezpiecznie można stosować samodzielnie, kiedy już poznasz podstawowe techniki. Masuj konia regularnie.
6. Naucz go kilku sztuczek.
7. Pójdź z nim na spacer do lasu, wypatrując jak największej ilości bezpiecznych przedmiotów – drzew, pni, kamieni. Przy każdym z nich westchnij głęboko i powiedz: „Ach, kolejne wspaniałe miejsce!”
8. Posiedź z koniem, kiedy ten je lub drzemie; wypij sobie lampkę wina lub kubek herbaty.

BUDOWANIE UMIEJĘTNOŚCI

Samoocena w trakcie rozrywek

Zwróć uwagę na reakcje swojego ciała, kiedy dodajesz rozrywki do czasu spędzanego z koniem. Ludzie cenią czas spędzany z przyjaciółmi i rodziną przy posiłku lub telewizorze. Konie mają własną wersję takich aktywności.

Wielu z nas próbowało zapewnić naszym koniom rozrywki, wychodząc z ogólnego założenia, że zapewne jest to dobry pomysł. Jednakże bardzo często rozrywka staje się kolejnym zadaniem do wykonania, a nawet metodą treningową samą w sobie. Z pozoru koń może wyglądać, jakby lubił to, co robimy. Ważne jest więc, by wziąć pod uwagę następujące kwestie:

- Kiedy uczysz go sztuczek, zwiększa to poziom energii twojej czy twojego konia? A jeśli tak, czy koń cieszy się z samej czyn-

ności, czy może przysmaków, które jej towarzyszą?

- Czy jesteś w stanie podnieść garść siana i dać ją koniowi, nie zastanawiając się, co zrobisz za chwilę?
- Czy możesz zapomnieć o „programie” rozrywki i po prostu spędzić z koniem spokojną, miłą chwilę?
- Czy potrafisz się do niego uśmiechnąć, tak po prostu?
- Czy potrafisz myśleć o tym, jaka czeka was zabawa, zamiast o pracy?

Świadomość tego, o czym myślisz i co czujesz w danej chwili pomoże ci być bardziej skupionym i klarownym dla konia.

Konie są wspanialsze, niż większość ludzi sobie wyobraża. Chcą się z nami komunikować, ale mówią cicho: poruszenie uchem, prychnięcie, dotyk czy machnięcie ogonem – są to sygnały, które łatwo przeoczyć. To właśnie „mowa koni”. W książkach Sharon Wilsie znajdziesz dokładny opis sygnałów i gestów, a dzięki temu lepiej zrozumiesz świat koni i zaczniesz się skuteczniej z nimi komunikować. Jak z każdym nowym językiem bywa, początki nauki mogą wydawać się trudne, ale z czasem nabierzesz wprawy i zobaczysz, jak łatwo możesz się z końmi dogadać.

Mowa koni może być używana w każdej dyscyplinie jeździeckiej i z końmi każdej rasy. Autorka ciągle bada ten język i odkrywa w nim nowe „słówka”, dlatego właśnie powstała druga część *Mowy koni*. Dowiesz się z niej, czym jest dynamika w stadzie, kto pełni jaką funkcję, jak pracować z koniem na

wolności i jak być dobrym przyjacielem z siodła. W pracy z moimi końmi wykorzystuję wiele z opisywanych tu sygnałów, co bardzo poprawiło nasze relacje. To naprawdę działa, a chwile, gdy koń rozumie, co do niego „mówię” i gdy ja wiem, co on chce wyrazić, są naprawdę magiczne. Jestem ogromnie wdzięczna autorce za tę książkę.

SANDRA SZULCZYŃSKA
SANTI HORSE LIFE

Coraz więcej koniarzy nie chce ograniczać swej pasji do posiadania konia i uprawiania jazdy konnej. Ludzie chcą rozumieć konie i być przez nie rozumianymi – chcą poznawać język komunikacji międzygatunkowej. Lektura obu książek Wilsie zdecydowanie zmniejszy stres konia i jeźdźca, zastępując niezrozumiały dla konia nacisk jasnym komunikatem bez użycia siły.

WOJCIECH MICKUNAS



SHARON WILSIE z zawodu jest trenerką koni, specjalistką ds. rehabilitacji, a także instruktorką jeździectwa. W ciągu ostatniej dekady opracowała oraz wdrożyła kilka programów, w tym wolontariackie grupy szkoleniowe w zakresie ratownictwa koni oraz dla terapeutycznych ośrodków jazdy konnej, a także kursy Equine Assisted Learning [Nauka wspierana przez konie]. Przewodziła też setki warsztatów i seminariów związanych z terapiami wspomaganymi przez konie, alternatywnymi metodologiami szkoleniowymi i metodami rehabilitacji koni trudnych i koni z zespołem stresu pourazowego (PTSD).

Wilsie współpracowała z uczniami w każdym wieku, włączając w to młodzież z programów socjalnych i grup ryzyka. Jej pasja pomagania ludziom i koniom w zrozumieniu samych siebie oraz siebie nawzajem doprowadziła ją do opracowania systemu o nazwie Horse Speak® i napisania książki pod tym samym tytułem, która stała się międzynarodowym bestsellerem przetłumaczonym na siedem języków. Jest także autorką książki i filmu *Mowa koni* (sharonwilsie.com).

