

Hinfallen, aufstehen, Krone richten, weiterreiten

Dinge, von denen man nicht spricht

Eine Kolumne von Beatrice Hohl - zuerst veröffentlicht auf 4my.horse am 28.3.2016

Vom Pferd fallen ist ein **Tabuthema**, zumindest bei mir. Denn richtig angewendetes Wissen ist ja wie so ein Safety-System; es bewahrt vor unbedachtem Tun. Wenn es dann doch einmal passiert, dann hat der Pre-Ride-Check versagt. Und das erachte ich zumindest als etwas peinlich.

Doch Mensch ist Mensch und - noch schlimmer -

Reiter ist Reiter

Das Unausprechliche passiert also doch hin und wieder. Wie kürzlich, als die Wetterwarnungs-App eine Sturmwarnung herausgegeben hat. „Stufe 1, die nehmen wir locker“, denke ich und saddle mein Pferd.

Als uns windzerzaust und nervenflatternd eine Reiterin von ihrem Ausritt entgegenkommt, bin ich noch frisch, froh und zuversichtlich, dass mich das bisschen Wind nicht schrecken könne. Hatte ich doch in unseren wilden Anfangsjahren genug Wissen gesammelt, um auf Extremsituationen reagieren zu können.

Passt schon, denke ich

So ein Stürmchen halten wir locker aus und meine Luna konnte wegen der durchtränkten Weide (das Wetter war auch schon mal besser) die letzten Tage nur auf den Paddock. Etwas Bewegung ist dringend angesagt.



Nun ist meine Luna, früher besser bekannt als *der Flugdrache*, sehr sittsam in meiner Gegenwart. Doch so ein lüpfiges Wetter bleibt eine Herausforderung. Meine Trakehner-Dame ist dann noch leichter und federnder unterwegs und Bodenhaftung und Erdung verringert sich um gefühlte 70%. In solchen Momenten verlasse ich mich auf unseren Deal:

Erschrecken ist in Ordnung, kopflos wegrennen nicht

Der Deal funktioniert in der Regel einwandfrei. Im Schritt ist ein erschrecktes Zusammenzucken kein Thema. Im Trab ringe ich allenfalls kurzfristig um Balance. Und springt uns im Galopp ein Reh quer über die Flugbahn, so finde ich schon mal mein Kinn am Mähnenkamm; alles besser, als auf einem panischen Pferd über die nächste Strassenkreuzung zu preschen.

Unser Ausritt bei Sturmstufe 1 verläuft also den Verhältnissen entsprechend recht erfreulich. Bis zu dem Moment, als wir im Trab locker-flockig unterwegs sind und Luna erschrickt. Besser gesagt (*etwas lauter...*),

.... bis Luna **ERSCHRICKT**

Also, Luna befindet sich einen Meter links von unserer avisierten Flugbahn und ich - träge den Gesetzen der Physik folgend - noch halbwegs in der ursprünglich beabsichtigten Spur. Da hänge ich nun, halb seitlich am Pferdehals, versuche Contenance zu behalten und rutsche trotzdem langsam in Richtung Erdreich. Der weiche, moosige Empfang täuscht nicht darüber hinweg, dass mein **Bein ein komisch knackendes Geräusch** von sich gibt.

Mein Arzt und Apotheker würde in einem solchen Fall dazu raten, liegen zu bleiben und einen helfenden Chauffeur zu avisieren. Weil weder Arzt, Apotheker noch Chauffeur in Reichweite sind, bleibt mir nichts anderes übrig als aufzusteigen und **meine einzige Mitfahrgelegenheit** - mein echauffierter Flugdrache, der grad keine vier Hufe gleichzeitig auf dem Boden lassen kann - um freundliche Aufnahme zu bitten.

Gut geerdet

So ein Ritt auf dem Pulverfass geht nur, wenn man selber gut geerdet ist. Erde habe ich nun zwar am Po, aber recht wenig im Bauch... mit diesen Voraussetzungen reicht es gerade für die gut 10 Minuten bis zum Waldausgang. Dort muss ich absteigen, mein Pferd zur Raison schreien (*Ich! Schreien! = Extremsituation!*), um dann eilig neben meinem Pferd nach Hause zu humpeln. Darauf hoffend, dass nicht auseinander fällt, was vielleicht angerissen sein könnte.

Reiter sind hart im Nehmen

Der Arzt und sein Röntgengerät sagen mir eine Stunde später, dass alles heile sei. Ausgenommen vom dick angeschwollenen Knie, das mir zu einem unvorteilhaften Gangbild verhilft. „4my.horse - hier findest Du Hilfe“ - toll, dass sich Robert W. Haas - [Energetische Behandlung von Tieren](#) - um mein Knie kümmert. So umsorgt und mit einem stützenden Knieverband kann ich bereits eine Woche später mit Berni und Christine Zambail die Messe ‚Pferd Bodensee‘ besuchen.

Reiter sind hart im Nehmen,

Skifahrer auch

Einen Monat später: Skiferien! **Und das Bein hält!**

Skifahren ist ein wenig wie Tanzen im Schnee oder wie **Reiten ohne Pferd**. ‚Go with the flow‘, ein tolles Gefühl und die Geschwindigkeit gibt einen Extrakick dazu.



Der Neuschnee liegt verlockend neben der Piste und ich gebe zu schnell dem Drang nach, ungebremst in das fluffige Weiss zu fahren. Hart, sehr hart, werde ich aus meiner Euphorie gerissen und ich fühle mich schon wie gevierteilt und gefedert, als mein Kopf hart auf den Untergrund schlägt.

Wieder ein Sturz

Liegen. Sitzen. **Aufstehen, Helm richten, weiterfahren.**

Reitende Skifahrer sind – wer ahnt es – hart im Nehmen. Ein Arztbesuch ist eine Kapitulation und dazu bleibt jetzt keine Zeit. Ein Messebesuch in Hannover steht an! Die Messe ist ein gutes Erlebnis... wenn da nur nicht diese ungewohnte, morgendliche Migräne wäre!

Die Beschwerden bleiben bestehen, doch ist der Leidensdruck noch zu klein, um sich Hilfe zu suchen. Die kommt dann ungefragt in Form meiner frisch frisierten [Nachbarin](#), welche sich nach dem Befinden meiner Mutter erkundigt. Diese hat ihren Coiffeurtermin verpasst, was Grund zur Besorgnis gibt. Denn meine Mutter vergisst sonst nie etwas und sie wollte sich doch extra für ihren 80. Geburtstag hübsch machen lassen!

Als geklärt ist, dass meine Mutter wohlauf ist, kommt das Gespräch auf meinen schmerzenden Nacken. Meine Nachbarin, die eine eigene Mobilisations-Praxis führt, erkennt mit einem Blick, wo mein Problem liegt und bietet mir an, zu ihr in die Behandlung zu kommen.

Das knackende Geräusch

Dieses Mal kommt das knackende Geräusch aus meiner Wirbelsäule und verrät eine ziemliche Verschiebung meiner Einzelteile. Auch wenn die Behandlung stellenweise an die Praktiken des Knochenbrechers erinnert, tut sie gut und lindert die Beschwerden. Grund genug, mich zwei Tage später von meiner Nachbarin ausgiebig durchmassieren, ausrichten (einen leichten Beckenschiefstand habe ich auch noch abbekommen!) und tapen zu lassen. Wieso, frage ich mich, habe ich ihre Hilfe nicht schon früher in Anspruch genommen?

Weil meine Nachbarin auch eine Lizenz als Rennpferde-Trainerin hat und selber Pferde besitzt, weiss sie ganz genau, wie sich ein verschobener Bewegungsapparat des Menschen auf die gerittenen Pferde auswirkt. Und so kommt es hin und wieder vor, dass sie ihren Kunden sagt:

„So sitzt Du mir nicht auf ein Pferd!“

Meine Erkenntnis

Fazit 1: Sturmwarnungen **warnen** vor umfallenden Bäumen, herumfliegenden Teilen und vor überreagierenden Pferden. Es macht Sinn, Warnungen zu beachten.

Fazit 2: Dein Pferd wird es Dir danken, wenn Du nach einem Sturz Deine Wirbelsäule von einer Fachkraft richten lässt. Dir tut es selbstverständlich auch mehr als gut!



Fazit 3: Gute Nachbarn sind Gold wert: Danke an Sandra Larcher, die mich in ihrer Massagepraxis wieder auf Vordermann gebracht hat.