

Het belang van isolaties

Door Berni Zambail 5-ster master instructeur

“Isoleer, separeer, en recombineer” – Pat Parelli

Om onze doelen te bereiken moeten we ze opbreken in kleine stukjes, dat kan jaren duren. Ik geloof dat isolaties een van de belangrijkste onderdelen daarvan zijn. Maar wat zijn isolaties? Simpel gezegd zijn isolaties het vermogen om de lichaamsdelen van het paard individueel te verplaatsen – zijn hoofd, zijn nek, zijn schouders, zijn ribben, zijn achterhand, en zelfs elke voet apart. Als instructeur zijnde heb ik opgemerkt dat veel mensen dit verwaarlozen; misschien omdat ze niet begrijpen hoe belangrijk het is, omdat ze het saai vinden of omdat ze niet weten hoe. Dat is jammer want isolaties zijn de bouwblokken van elke manoeuvre die je kan doen met een paard. In elk discipline heb je isolaties nodig. Ze zijn nodig om een verfijnd gesprek met je paard te hebben. Ze verbeteren leiderschap, gehoorzaamheid, communicatie, soepelheid, coördinatie en rijdbaarheid.

“Hoe meer controle we hebben over het paard zijn lichaam, hoe meer we vertrouwen, respect en leiderschap kunnen verbeteren.”

Verfijnd gesprek

In de paarden wereld (kudde) wordt leiderschap vastgesteld door controle van beweging. Het paard dat hoog in de rangorde staat beslist waar het paard laag in de rangorde zijn voeten heen beweegt en met welke snelheid. Hoe beter hij dit kan, hoe meer respect hij krijgt. Sinds wij een mini-kudde zijn met ons paard, moeten we ook onze leiderschap bevestigen door controle te hebben over de voeten van het paard. De meer controle we hebben over het paard zijn lichaam, hoe beter we vertrouwen, respect en leiderschap kunnen versterken.

Een verfijnd gesprek hebben met een paard is belangrijk, ten eerste vanwege veiligheids redenen. Het zorgt ervoor dat je dingen uit kan leggen aan je paard en het paard leert om problemen op te lossen. Ik heb graag dat mijn paard weet dat hij een mening mag hebben over dingen, het ook mag uiten maar op een manier dat alleen ik het kan voelen en niemand van buitenaf het kan zien. Waarom? Omdat dat betekent dat hij het me vroeg genoeg verteld zodat ik voor zijn behoeften kan zorgen voordat hij over een grens gaat.

Dit is erg belangrijk in elk discipline. Bij springen zorgt een verfijnd gesprek ervoor dat mijn paard uit de problemen blijft. Als hij het nodig heeft kan ik hem helpen het punt van afzetten te vinden of hoe hij zijn lichaam moet houden door een serie van sprongen. Als ik deze communicatie niet heb en hij gaat tegen me in, heeft het strafpunten als resultaat omdat hij weigert of een balk eraf gooit.

Bij dressuur kan ik mijn paard helpen het ritme en tempo te vinden en kan ik hem helpen zijn lichaam voor te bereiden voor onderdelen zoals vliegende wissels, in de juiste galop aanspringen, overgangen en zijgangen.

Met een recreatie paard kan ik hem leren om me te helpen een hek op te doen en ik kan hem helpen een greppel te springen, en meer zelfvertrouwen te hebben als hij schrikt.

Een verfijnd gesprek is altijd nuttig; in plaats van een gevecht met je paard aan te gaan, communiceer je met hem om betere resultaten te verkrijgen.

Begin op de grond

Werken met isolaties begint, zoals alles in het

Parelli programma, op de grond. Eerst leer ik mijn paard op de grond om elke deel van zijn lichaam te isoleren. Het is makkelijker om respect te verdienen op de grond en om je paard zijn gedrag te lezen als je naast hem staat. Wanneer het paard heeft geleerd hoe hij een bepaalde manoeuvre zonder ruiters moet doen is het makkelijker voor hem om het te begrijpen mét een ruiters op zijn rug (omdat een ruiters de balans van het paard compleet veranderd).

Als je paard begrijpt hoe hij elk afzonderlijk deel van zijn lichaam vanaf de grond moet bewegen, is de volgende stap om dit vanuit het zadel te doen.

De Seven Games spelen vanaf de grond is een perfecte manier om je paard isolaties te leren en te verbeteren. De Friendly Game zorgt dat je vertrouwen en ontspanning opbouwt die nodig is om dingen aan je paard uit te leggen. Met de Porcupine Game leert het paard om een gevoel te volgen of aan de kant te gaan voor constante druk. De Driving Games leert het paard om aan de kant te gaan voor ritmische druk zonder hem aan te raken; het beïnvloed de persoonlijke ruimte rondom het paard. Dan zijn de 4^e, 5^e, 6^e en 7^e games een combinatie van deze eerste drie games.

Maar vergis je niet – deze Seven Games zijn niet alleen om isolaties te leren. Het is het volledige pakket! Door deze games te spelen verbeter je je leiderschap, de gehoorzaamheid van je paard, zijn respect en vertrouwen, jullie communicatie, zijn soepelheid, rechtheid en coördinatie. Als je alleen werkt aan isolaties op een robotachtige manier, is het alsof je alleen grammatica leert schrijven om daarmee een gedicht te schrijven. Je moet eerst het ABC kennen en dan leren hoe je het moet combineren zodat het goed klinkt.

De isolaties in elk level

De isolaties moeten elke level worden verbeterd. In level 1 speel je op de grond en vraag je je paard om zijn nek te buigen naar

links en rechts. Dit geeft je controle als er iets gebeurt zonder dat je aan twee teugels hoeft te trekken. Dan vraag je hem om achteruit te gaan, zijn achterhand te verplaatsen en zijn voorhand. Zodra je deze basis communicatie hebt met je paard en hij blijft gewillig bij je, is het tijd om naar een volgend level van communicatie te gaan. Nu heeft de relatie zich ontwikkeld tot het punt dat hij je toestaat in het zadel te zitten.

In level 2 onderwijs je je paard vanuit het zadel en buig je de nek, ga je achterwaarts en verplaats de achterhand en voorhand.

Dus in level 1 en 2 leer en oefen je isolaties maar het is nog niet af! Sommige mensen zouden kunnen denken dat het af is. 'Ik heb nu de isolaties en kan ik me helemaal focussen op nieuwe dingen.' Dit is een vaak gemaakte fout. Je moet je isolaties nu verbeteren; je moet in staat zijn ze te doen zonder teugels.

In level 3 moet je een manier vinden om de isolaties te communiceren en oefenen zonder teugels, gebruik alleen je zit en benen. In eerste instantie kun je de carrot stick gebruiken te ondersteuning. In level 4 moet je in staat zijn te rijden met je armen over elkaar gekruist. En zo de isolaties van elk deel van je paard zijn lichaam te doen, sideways te gaan, een cirkel te rijden in stap, draf en galop, rechtuit te rijden in stap, draf, galop en halt, FreeStyle vliegende galops wissels te doen, patronen te rijden en ga zo door.

Het juiste gebruik van benen en handen

Waarom is het zo belangrijk om in staat te zijn om elk deel van het paard te isoleren zonder teugels? Omdat je je teugels en benen nodig hebt om een verfijnd gesprek te hebben met je paard. Als je je teugels gebruikt om te stoppen en je benen voor gaan, kun je ze niet voor iets anders gebruiken. Als je goede impulsie hebt en je hebt je handen niet nodig om te stoppen (door te trekken) en je benen om te gaan (je energie en navel geven deze

hulpen) dan kun je deze gebruiken voor heel precieze communicatie met je paard. Zoals 'ik zou graag je neus hier hebben, deze voet willen verplaatsen en ik zou graag je heup een klein stukje verplaatsen.' Als je dit kan ben je er klaar voor om te beginnen met Finesse. Als je deze verfijnde communicatie hebt en al je isolaties zijn heel goed dan heb je je paard goed voorbereid om richting collectie te gaan werken.

Het spelen van de seven games vanaf de grond en vanuit het zadel leid naar respect, wat leid naar mentale collectie. Het spelen van impulsie spelletjes en patronen leid tot impulsie, wat leid naar emotionele collectie. Flexie in verschillende lichaamsdelen (achterhand, ribben, nek, en atlas) leid tot lichamelijke collectie. Het werken en verbeteren aan isolaties in elke level is erg belangrijk omdat het je voorbereid op collectie. En daarmee het echte werk doet op een gezonde manier waarbij hij zijn rug en lijf correct gebruikt. In elk discipline zijn ruiters opzoek naar collectie en communicatie; een effectieve manier om dit te bereiken is het werken aan isolaties.