



MARINA PARRIS
horse wisdom for the human heart

2022 WORKSHOPS

Eine Übersicht der kommenden Workshops, damit Sie sich schon mal drauf freuen können. Die Daten werden im November festgelegt.

IHRE INNERE WEISHEIT

Dieser Workshop richtet sich an Menschen, die die verschiedenen Ressourcen erforschen möchten, mit denen jeder von uns geboren wird, die uns aber nie wirklich bewusst gemacht werden und die wir aktiv nutzen können.

Unser natürlicher Zustand ist perfekte Gesundheit. Stellen Sie sich vor, Sie könnten sich mit Ihrem Körper verbinden und herausfinden, dass die Schulterschmerzen nicht von einem langen Arbeitstag herrühren, sondern von einer verletzenden Bemerkung, die Ihnen jemand gemacht hat, oder von einem anderen Grund. Stellen Sie sich vor, Sie könnten die Atmung nutzen, um Ihre Gesundheit zu beeinflussen und um mit anderen zu kommunizieren. Sie haben 3 Gehirne und Ihr Herz ist eines davon. Entdecken Sie die Kraft des Herzfeldes und seine Fähigkeit, Dinge in Ihr Leben zu ziehen. Wie wäre es, wenn Sie Ihre Emotionen nicht mehr unterdrücken müssten und lernen würden, mit den wertvollen Informationen, die sie für Sie enthalten, zu arbeiten? Last but not least ist auch Ihre Energie eine wichtige Ressource. Wie und wofür geben Sie sie aus? Was gibt Ihnen Energie und was nimmt sie Ihnen weg?

In diesem Workshop lernen Sie die folgenden fünf Ressourcen kennen und erfahren, wie Sie Zugang zu dieser inneren Weisheit finden und sie im Alltag nutzen können. Pferde sind grossartig, um mit ihnen zu lernen, während Sie diese Ressourcen entdecken und lernen, sie zu nutzen.

- Körper
- Atmung
- Herz
- Emotionen
- Energie



MARINA PARRIS

horse wisdom for the human heart

IHRE WAHRE NATUR 1

Dieser Workshop richtet sich an Menschen, die sich mit der Energie der Freude verbinden möchten.

Unser wahres Selbst ist der Zustand der Freude, den wir als Baby fühlten. Dieser Zustand dauerte bis zum Alter von etwa 3 Jahren an, als die Menschen begannen, Erwartungen an uns zu stellen, was wir tun sollten, wie wir uns verhalten sollten, wie wir uns kleiden sollten, später, wie wir denken sollten, welchen Beruf wir ausüben sollten, usw. usw. Natürlich machen wir das mit unseren Eltern und anderen mit, um geliebt und akzeptiert zu werden. Als Erwachsene merken wir jedoch, dass wir dabei nicht wirklich glücklich sind. Oft stellen wir fest, dass wir uns von dem entfernt haben, was wir tief in unserem Inneren wirklich sind. Das innere Feuer ist nicht mehr so hell, wie es einmal war oder sein könnte. Die Dinge werden schwer im Geist und im Herzen. Wenn dies der Fall ist, ist es an der Zeit, neue Entscheidungen zu treffen, die im Einklang mit Ihrem Herzen stehen.

In diesem Workshop werden Sie lernen, zwischen der konditionierten Version Ihrer selbst (Ihrer Maske) und Ihrem wahren Selbst zu unterscheiden. Während Menschen die Konformität suchen, suchen Pferde die Authentizität in anderen. Du wirst das Gefühl genießen, du selbst zu sein und von anderen akzeptiert zu werden. Sie werden offen dafür sein, wie Ihr Herz zu Ihnen spricht und die Quellen der Freude in Ihrem Leben entdecken.



MARINA PARRIS

horse wisdom for the human heart

IHRE WAHRE NATUR 2

Dieser Workshop richtet sich an Menschen, die innere Visionen in die Realität umsetzen möchten.

Wir alle haben innere Reisen, die uns an Orte führen, wo wir uns mit unseren inneren Visionen und Träumen verbinden. Es ist an der Zeit, die Spinnweben von deinen inneren Visionen und Wünschen zu entstauben und sie in die Realität zu bringen, besonders wenn diese Visionen immer wieder auftauchen. Alles ist möglich, wenn Sie bereit sind, aus Ihrer konditionierten Komfortzone und Ihren gesellschaftlich akzeptierten Verhaltensweisen herauszutreten und Ihrem Herzen zu folgen.

In diesem Workshop werden Sie sich auf eine Reise nach innen begeben, um sich mit Ihren Visionen und Wünschen zu verbinden. Sie werden sich bewusst, welche Glaubenssätze Sie im Zusammenhang mit diesen Visionen und Wünschen haben und wie Sie diese Schritt für Schritt überwinden können. Pferde handeln so, wie sie sich fühlen, und geben uns den Mut, das Gleiche zu tun.



MARINA PARRIS

horse wisdom for the human heart

IHR LEBEN LEBEN

Dieser Workshop richtet sich an Menschen, die mehr Verantwortung für die Qualität ihres Lebens übernehmen möchten.

Viele von uns gehen durch das Leben wie eine Blume im Wind. Wir gehen in eine Richtung, wenn der Wind aus einer Richtung kommt, und gehen in eine andere Richtung, sobald der Wind seine Richtung ändert. Während sich die äusseren Umstände ständig ändern, stellt sich die Frage, welche Auswirkungen dies auf Ihren inneren Zustand hat. Neigen Sie dazu, sich als Opfer zu sehen, oder ergreifen Sie Massnahmen, um das Beste aus dem zu machen, was das Leben Ihnen bietet, damit Sie Ihre Ziele trotzdem erreichen können?

In diesem Workshop lernen Sie, Verantwortung zu übernehmen und zu handeln, indem Sie Übungen mit Pferden durchführen. Die Interaktion mit den Pferden zeigt Ihnen, wie wichtig es ist, sich des gegenwärtigen Augenblicks bewusst zu sein, sich mit sich selbst und dem Pferd zu verbinden und situative Führung auf der Grundlage gegenseitigen Vertrauens zu praktizieren. Pferde sind auf der Suche nach Menschen mit Führungsqualitäten, denen sie in verschiedenen Situationen ganz natürlich folgen können. Wenn Sie einmal begonnen haben, Führungsqualitäten im Umgang mit Pferden zu erlernen, lassen sich diese Fähigkeiten leicht auf Ihr persönliches Leben übertragen.



MARINA PARRIS

horse wisdom for the human heart

EPONAQUEST EINFÜHRUNGS-WORKSHOPS

Mit Pferden lernen kann viele Türen öffnen. Als Meister der nonverbalen Kommunikation, zeigen sie uns wie wertvoll es ist vermehrt die „anderen 90%“, bzw. Gefühle, Emotionen, körperliche Empfindungen, usw., wahrzunehmen und diese als wertvolle Information zu betrachten. Dann gehen neue Türen auf, welche uns unterstützen, mit den Herausforderungen des Alltags und des Lebens erfolgreicher umzugehen und am Ende vom Tag unser eigenes Leben zu leben.

Mit den Pferden als Co-Trainer lernen Sie in verschiedenen Übungen:

- Nonverbale Kommunikation – den ganzen Körper als Organ der Wahrnehmung nutzen
- Auf das Herz hören – das Herz als selbstständige Intelligenz erkennen
- Grenzen – den eigenen Raum in Anspruch nehmen, für die eigenen Bedürfnisse einzustehen
- Emotionale Kompetenz – konstruktiver Umgang mit Emotionen
- Authentizität – seine wahre Person erkennen und leben, Glaubensmuster zu bewusst zu werden
- Verletzbarkeit – den Mut haben aus der eigene Komfortzone zu gehen, um Wachstum zu erleben
- Kunst des Nicht-Tuns – hier liegt eine Quelle der Kreativität

EponaQuest® nach Linda Kohanov (USA), Autorin der Bücher: „Das Tao des Equus“, „Botschafter zwischen den Welten“, „Der Bewusste Weg mit Pferden“ und „The Power of the Herd“. Linda ist Pionierin im Bereich pferdegestütztes Lernen.