

# 2014

## Beschreibung der Wellness- Musikstücke des MPFF



Der mobile Pferdeflüsterer  
MPFF equimusic



**Conny**

**Mobiler Pferdeflüsterer, MPFF**

**01.12.2014**

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

## Wellness- und gesundheitsfördernde Kompositionen (Audiodateien)

Der mobile Pferdeflüsterer (MPFF) ist ein Instrument zur Steigerung des Wohlbefindens und der Leistungsfähigkeit von Pferden sowie zur Stressreduktion. Er ist für alle Pferde unabhängig von Rasse, Alter, Verwendungs- oder Trainingsart geeignet, dient der Verbesserung des Wohlbefindens sowie der Stressreduktion und hilft die Kommunikation zwischen Mensch und Pferd zu verbessern.

Pferde lieben Musik und ganz besonders die speziell für sie komponierten MPFF-Musikstücke (Audiodateien). Wie bei allen Dingen ist es wichtig, beim Einsatz dieser hilfreichen Musik am Ball zu bleiben, d.h. Deinem Pferd diese Audiodateien häufig zu gönnen. Bei nur einmaliger oder seltener Nutzung kannst Du kaum all die tollen Effekte erzielen, die bei kontinuierlicher Nutzung möglich sind.

Hier beschreiben wir die Wellness-Musikstücke (mp3s) des mobilen Pferdeflüsterers. Im Buch „*Mobiler Pferdeflüsterer*“ oder auch: „*In jedem Pferd steckt ein Weltmeister*“ sind die Entwicklung dieses Tool und vieles mehr beschrieben.

Dieses Dokument dient dazu, Dich bei der Auswahl der passenden Wellness-Musik für Dein Pferd zu unterstützen. Um Dir späteres Nachschauen zu erleichtern, haben wir wichtige Aspekte bei der Beschreibung der einzelnen Musikstücke wiederholt. Daher findest Du einige Wiederholungen, wenn Du dieses Dokument von Anfang bis Ende durchliest. Das kann auch sehr nützlich sein, weil sich die wichtigen Aspekte dann besser einprägen.

Nun aber genug der Vorrede, jetzt geht's los:

Pferdeohren können übrigens wie menschliche Ohren auch hunderte von Klangfarben wahrnehmen und der Körper erkennt über die Knochenleitung Unterschiede im Milli-Hertzbereich. So sind die besten Voraussetzungen gegeben, auf die Botschaften von Tönen einzugehen und daraus Nutzen zu ziehen. Jedes Pferd erkennt - wie andere Tiere auch - mühelos, welche wirkenden Schwingungen lebensfördernd, heilsam und gesund machend sind.

Wenn Du Dein Pferd gut beobachtest, lernst Du mit der Zeit, was ihm besonders gut tut. Nebenbei bemerkt zählen Schwingung und Resonanz zu den Grundeigenschaften des Lebens. Jedes Lebewesen, jedes Pferd und jedes Organ im Körper schwingt (sendet) und resoniert (empfängt) auf spezifische Art und Weise. Musik wirkt unmittelbar auf den Körper, und zwar über das Hören. Akustische Schwingungen wie auch Musik gehen direkt unter die Haut, denn der Hörnerv steht in direkter Verbindung zum limbischen System im Gehirn, dem emotionalen Gehirn. Dort finden sich das Gefühlszentrum und das emotionale Gedächtnis. Von hier aus werden viele Körperfunktionen direkt über das vegetative Nervensystem angepasst. Herz- und Atemfrequenz, Blutdruck, endokrinologische Vorgänge usw.

Die Wellness-MPFF-Musik unterstützt Dein Pferd bei der Stressreduzierung, Regeneration und beim Fit- und Gesundbleiben oder wieder werden<sup>1</sup>.

Jetzt fragst Du Dich sicherlich, wie bzw. mit welchem Gerät Dein Pferd die MPFF-Musik hören kann. Am einfachsten ist es, wenn Du die Musik mit einem Handy abspielst. Das hat

---

<sup>1</sup> Die Anbieterin des MPFF verspricht keine Heilung von Krankheiten oder Leiden. Sie schließt jegliche Haftung, die sich aus dem Gebrauch der hier beschriebenen Informationen und die sich aus der Nutzung des MPFF ergeben, aus. Die Anbieterin übernimmt trotz sorgfältiger Recherche keine Garantie, weder stillschweigend noch ausdrücklich, für die schlussendliche Korrektheit, Aktualität, Qualität oder Vollständigkeit der bereitgestellten Informationen. Die Verwendung des MPFF ersetzt keine medizinischen, physiotherapeutischen oder andere erforderliche Behandlungen Deines Pferdes.

Die Beschreibung der intendierten Wirkungen der Audiodateien beruht auf Erfahrungswerten, die mit Hilfe der Pferde, die den MPFF nutzen durften, gesammelt wurden. Wir empfehlen, die gemachten Angaben durch genaue Beobachtung zu überprüfen und freuen uns über jeden Erfahrungsbericht.

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

allerdings den Nachteil, dass alle anderen Lebewesen, die in der Nähe sind, ebenfalls in den Genuss der Musik kommen, auch wenn sie es nicht wollen. Für ein Säugetier, das mit epileptischen Anfällen zu tun hat, kann es evtl. unangenehm sein, eine solche Musik zu hören.

Welches Gerät zum Abspielen für den jeweiligen Zweck am besten geeignet ist, kannst Du in den entsprechenden Beschreibungen auf der Homepage des MPFF nachschauen.

(<http://blog.mobiler-pferdefluesterer.de/klangbaender/>) Unterschiedliche handelsübliche Geräte eignen sich zur Nutzung.

Die Audiodateien stehen in unterschiedlichen Längen von 15 Minuten bis zu 2 Stunden zur Verfügung. Für den jeweiligen Zweck wählst Du eine passende Hördauer, eine passende Umgebung sowie Aktivität oder Nichtaktivität. Die Audiodateien führen Dein Pferd in bestimmte Zustände, z.B. Entspannungszustände und dann auch wieder heraus. Daher solltest Du Deinem Pferd das gewählte Musikstück von Anfang bis Ende vorspielen. Es ist zwar nicht schädlich, wenn das Hören der Audiodatei unterbrochen wird, aber es ist angenehmer, wenn die Musik mit ihrer entspannenden Wirkung von Anfang bis Ende vollständig erlebt wird.

Die Audiodateien verfolgen das Ziel, den Stress des Pferdes möglichst zu reduzieren und ihm bei seiner Regeneration zu helfen. Daher ist es sinnvoll, den Einsatz der Audiodateien so einzuplanen, dass das Pferd für sich das Optimum dabei herausholen kann.

## Wie wählst Du die passende Audiodatei?

Wenn Du Deinem Pferd etwas Angenehmes gönnen möchtest, lass es eine Entspannungs-Audiodatei hören. Je nachdem, wie viel Zeit Du zur Verfügung hast, wählst Du ein MPFF-Musikstück mit kürzerer oder längerer Zeitdauer aus.

Schau Dir die Beschreibung der einzelnen Musikstücke, die die intendierte Wirkung und auch eine Empfehlung zur Häufigkeit der Anwendung enthält, an und triff dann Deine Wahl. Zu jeder Audiodatei gibt es eine Beschreibung, die angibt, wie lang die empfohlene Hördauer ist, welchem Zweck sie dienen soll und auf welche Weise Dein Pferd beim Hören entspannen sollte.

Du kannst Dein Pferd die Audiodatei mit einem Klangband hören lassen, dann genießt nur Dein Pferd das entsprechende MPFF-Musikstück. Verwendest Du Dein Handy mit dem Lautsprecher, werden bei Dir ähnliche Zustände angeregt wie bei Deinem Pferd und natürlich hören auch alle Pferde in der Umgebung die Musik. Bedenke bitte, dass ein Pferd in der Lage ist, Geräusche noch in 4 km Entfernung zu hören. Daher sollte die Musik grundsätzlich – für unsere Verhältnisse – sehr sehr leise abgespielt werden. Wenn Dein Pferd die Musik mit Kopfhörern hört, die ein paar Zentimeter von seinen Ohren entfernt sind, sollte die Musik so leise sein, dass Du sie gerade noch hören kannst, wenn Du Dir einen der Kopfhörer ins Ohr steckst.

Falls Du bei Deinem Pferd keine Effekte feststellen kannst, wenn es die MPFF-Musikstücke in dieser Lautstärke hört, ist sein Hörvermögen möglicher Weise eingeschränkt und Du kannst in Erwägung ziehen ihm die Audiodateien etwas lauter vorzuspielen.

Hier findest Du einen Überblick über die aktuell zur Verfügung stehenden MPFF-Wellness-Musikstücke, die teilweise mit unterschiedlichen Motiven mit der gleichen Wirkung zur Verfügung stehen, in Kategorien eingeteilt:

- Entspannung und Stressprävention, bzw. Stressreduzierung  
drei Entspannungstiefen (Alpha, Theta und Tiefenentspannung)  
entspannte Wachheit  
Stressbremse  
Stressabbau

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

- Erholung und Kräfte sammeln  
Jungbrunnen  
Regeneration  
Energiepause  
Relaxation  
Abwehrkräfte stärken
- Positive Beeinflussung körperlicher Funktionen und mehr  
Antiallergie  
Antikoppen  
Antisommerekzem  
WB Lunge  
WB Magen  
WB Leber  
WB Niere  
WB Darm  
WB = WohlBefinden
- Reduzierung von Unpässlichkeiten und Angst  
Angstreduktion  
Tiefenentspannung mit Schmerzreduzierung

Nachdem Du nun einen Überblick die Musikstücke hast, fällt es Dir sicher leicht, Deine gewünschte Audiodatei für Dein Pferd zu wählen. Lies Dir anschließend die Beschreibung des Stückes durch, danach kannst Du Deinem Pferd die Audiodatei vorspielen. Beobachte es genau, während es die Musik hört, dann lernst Du es und seine Vorlieben bezogen auf die MPFF-Musik immer besser kennen. Hilfreich ist es auch, wenn Du Dir ein kleines Heft zulegst und Deine Beobachtungen mit Datum hineinschreibst. Du wirst staunen, was Dir mit der Zeit auffällt.

## Antworten auf ein paar wichtige Fragen bezogen auf die Anwendung

### **Worauf solltest Du achten, wenn Dein Pferd eine Wellness-Audiodatei hört?**

Dein Pferd sollte zunächst für die Zeit, in der es die Wellness-Musikstücke hört, in ruhiger, möglichst störungsfreier Umgebung sein. Eine bequeme Haltung wird es von ganz allein einnehmen. Wenn es schon häufiger ein MPFF-Wellness-Musikstück gehört hat, kann es dieses auch genießen, wenn die Umgebung nicht ganz so ruhig ist.

### **Woran erkennst Du eine Wirkung?**

Zunächst einmal musst Du wissen, dass sich im Normalfall eine erste Wirkung nach ungefähr zwei bis sechs Minuten Hören einstellt. Wenn Dein Pferd bereits auf einem sehr hohen Aktivierungsniveau oder gar in Panik ist, kann es allerdings sehr lange dauern, bis sich eine Wirkung einstellt. Das liegt daran, dass die Musikstücke Dein Pferd sozusagen im Normalzustand abholen. Wenn die Aktivierung viel höher ist, dauert es ziemlich lange, bis die Schwingungen sich angleichen. Daher ist es ratsam, eine entspannende Audiodatei bereits einige Zeit vor einem stresserzeugenden Ereignis einzusetzen, z.B. wenn das Pferd beschlagen werden soll und es das nicht mag, oder wenn vor dem Stall ein weiß-rotes Absperrband in der Luft flattert, oder ein knatternder Traktor längere Zeit etwas auf dem Hof zu tun hat.

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

Im Normalfall wird Dein Pferd bei den Entspannungsaudiodateien nach ca. der Hälfte der Hördauer tief entspannt sein, das kannst Du an seiner Körperhaltung erkennen. Du kannst aber auch seinen Puls messen. Ein tieferer als der Ruhe-Puls (ca. 30 bis 40 Schläge pro Minute) ist nicht zu erwarten.

Die Atemfrequenz wird in Atemzügen pro Minute angegeben. Sie beträgt in Ruhe bei einem erwachsenen Pferd **8 – 16 Züge pro Minute** und sollte sich in der Entspannung auch so zeigen. Willst Du die Atmung Deines Pferdes beurteilen, kannst Du dies an Hand seiner Flankenbewegungen beurteilen. Stelle Dich schräg neben Dein Pferd und beobachte seine Flanken. Schon bei einer ganz flachen Atmung erkennst Du seine Atemzüge. Es ist vorteilhaft, die Atmung des Pferdes zu beurteilen, wenn es ihm gut geht, dann kannst Du in einer Krisensituation Abweichungen erkennen.

Wiederholtes Hören der Audiodateien fördert den Antistress-Effekt enorm.

## Wie oft sollte Dein Pferd eine Audiodatei hören?

In Stresszeiten mindestens einmal täglich. Du kannst ihm vor und nach der Arbeit jeweils ein anderes Wellness-Musikstück gönnen, je nachdem, an welchen Problemlösungen ihr gerade arbeitet.

Wenn die Musikstücke für die Arbeit zur Verfügung stehen, kann es bei der Arbeit ebenfalls mit einer Audiodatei unterstützt werden.

## Was kannst Du falsch machen?

Störungen zulassen, Handy nicht auf Flugmodus stellen, Unruhe verbreiten, oder Dein Pferd die Audiodatei zu laut hören lassen.

## Wie ist es richtig?

Sorge für eine möglichst ruhige Umgebung, stelle Dein Handy in den Flugmodus, entspanne Dich selbst, lass Dein Pferd mit seiner Musik so lange nicht allein, bis es gelernt hat, sich zu entspannen und spiel die Musik leise.

Wenn Du Dein Pferd mit seiner Entspannungsmusik unbedingt allein lassen willst oder musst, kannst Du das Handy in eine kleine Tasche stecken und es so in der Box oder wo auch immer Du Dein Pferd hinstellst aufhängen, dass Dein Pferd nicht an das Handy kommen kann. Die meisten Pferde sind brav und stellen weder mit dem Handy noch mit einem anderen Player etwas an, aber man kann ja nie wissen und Du möchtest doch sicherlich, dass das Gerät heil bleibt.

Wenn Du den Eindruck hast, dass Dein Pferd das einmal gehörte Musikstück mag, gönne ihm mehrmals das gleiche, dann entspannt es sich in der Regel bei den nächsten Malen schneller.

## Beschreibungen der einzelnen Audiodateien mit ihren Wirkungen und Nutzungshinweisen

Nun aber zu den einzelnen Musikstücken des MPFF im Bereich Wellness, Gesundheit und Prävention. Nach den allgemeinen Hinweisen folgen die Beschreibungen der einzelnen Audiodateien mit ihren Wirkungen und Nutzungshinweisen. Wenn Du Dir alle Beschreibungen der Reihenfolge nach durchliest, wirst Du bemerken, dass manche Formulierungen sich wiederholen. Das ist bewusst so gemacht, damit Du, wenn Du nur noch etwas bezogen auf ein Musikstück nachlesen möchtest, alle Informationen an einer Stelle findest.

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

## Entspannung und Stressprävention, bzw. Stressreduzierung

Die Entspannungsmusikstücke stehen zurzeit in drei unterschiedliche Entspannungstiefen (wir nennen sie Alpha, Theta und Tiefenentspannung) und mit unterschiedlichen Musik- oder Geräuschkombinationen zur Verfügung. Darüber hinaus ist die empfohlene Hördauer unterschiedlich (35, 50, 60, 90 oder 120 Min).

Warum die unterschiedlichen Entspannungstiefen, Längen und unterschiedliche Musik- oder Geräuschkombinationen?

Wie bereits gesagt, führen die Entspannungsmusikstücke das Pferd z.B. in einen Entspannungszustand hinein und auch wieder heraus. Für unterschiedliche Zwecke kann es sinnvoll sein, einen Zustand länger oder eben kürzer beizubehalten. Wenn ein Pferd z.B. Probleme damit hat, sich beschlagen zu lassen und das Beschlagen darüber hinaus lange dauert, ist es sinnvoll, wenn das Pferd lange in dem entspannten Zustand gehalten werden kann.

Die Entspannungszustände, die durch die Audiodateien angeregt werden, sind unterschiedlich tief. Manchmal ist es nicht sinnvoll, ein Pferd in der tiefsten Tiefe zu entspannen. Bei Pferden ist es wie bei den Menschen auch, manche mögen es nicht, wenn sie so tief entspannen sollen, dass sie von der Umgebung nur noch ganz wenig mitbekommen. Ist das Pferd in einer fremden Umgebung und steht für die Entspannung eher wenig Zeit zur Verfügung, könnte es z.B. sinnvoll sein, eine geringere Tiefe der Entspannung zu wählen oder auch einfach die Relaxation oder Energiepause.

Generell solltest Du ausprobieren, welche Entspannungsaudiodatei dem jeweiligen Pferd besser behagt. Die meisten Pferde mögen aber die ganz tiefe Entspannung und sie hilft ihnen z.B. auch vor der Arbeit. Wir haben beobachtet, dass manche Pferde, auch wenn sie vor dem Reiten nur eine halbe Stunde ganz tief entspannen durften, wesentlich besser und losgelassener gingen. Einige Pferde haben bei gleicher Futtermenge sogar zugenommen, wenn sie täglich die Tiefenentspannung gehört haben.

Wenn Pferde nach der Arbeit tief entspannen dürfen, hilft es ihnen, sich schneller wieder zu regenerieren. Es stehen aber noch weitere Regenerationsaudiodateien zur Verfügung, z.B. solche, die die Muskulatur bei der Regeneration besonders unterstützen.

Hört ein Pferd die Entspannungsaudiodateien regelmäßig, lässt sich beobachten, wie es im Laufe der Zeit immer ausgeglichener und abgeklärter wird. Es empfindet dann auch ungewohnte Dinge oder Ereignisse als weniger stressig und bleibt einfach gelassen, sozusagen.

Nun zu den Musikstücken im Einzelnen:

### Alpha-Entspannung



Die Alpha-Entspannungsmusikstücke stehen mit einer empfohlenen Hördauer von 35 Min, 60 Min und 90 Min zur Verfügung. Die Alpha-Entspannung regt eine nicht so tiefgreifende Entspannung wie die anderen beiden Entspannungsaudiodatei-Typen an. Sie ist gut geeignet für den ersten Einstieg in die Entspannungszustände für Dein Pferd und auch, wenn Du Dein Pferd beispielsweise beim Hänger-Fahren entspannen willst, aber einen nicht

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

gar so tiefen Entspannungszustand möchtest. Gerade die 35 Min Hördauer kannst Du gut nutzen, wenn Du mit Deinem Pferd in einer anderen als der gewohnten Umgebung bist, z.B. auf einem Turnier und nicht so viel Zeit für eine tiefere Entspannung zur Verfügung steht. Manch ein Pferd braucht auch länger, um wieder auf einem geeigneten Aktivierungslevel für die Arbeit zu sein, wenn es tiefenentspannt wurde. Daher ist in diesem Fall die Alpha-Entspannung geeigneter, wenn dem Pferd direkt nach der Entspannung eine hohe Leistung abgefordert wird.

Sicher entdeckst Du mit der Zeit weitere Situationen, in denen Du diese Entspannungs-Audiodateien einsetzen kannst.

Je nachdem, wie lange Du Zeit für die Entspannung Deines Pferdes ermöglichen kannst, wählst Du die Hördauer aus.

Diesen Typ Audiodatei kann Dein Pferd in der Box, auf der Koppel, auf dem Hänger, in jeder ruhigen Umgebung hören. Es sollte dabei einfach herumstehen und dösen können.

Eine weitere Möglichkeit ist es, diese Audiodatei einzusetzen, wenn Du einen zu hohen Aktivierungsgrad Deines Pferdes reduzieren möchtest. Wenn es sich bei irgendetwas immer mächtig aufregt, Du gerne möchtest, dass es das bleiben lässt, kannst Du es diese Audiodatei auch in der speziellen sonst sehr aufregenden und stressenden Situation hören lassen. Bedenke aber bitte, dass Dein Pferd für Aufgaben, bei denen ein gewisses Maß an Aktivierung nötig ist, damit es Konzentration und Leistung erbringen kann, nicht zu entspannt sein darf.

Wenn das Pferd diese Audiodatei bei irgendeiner Art von Training hören soll, muss es ohne die Audiodatei eine viel zu hohe Aktivierung haben.

Bei einer 16-jährigen Zuchtstute, mit der noch nie irgendetwas gearbeitet wurde und die sehr misstrauisch sowie abweisend war, haben wir zu Beginn der Arbeit die Tiefenentspannung eingesetzt, damit die Stute auf ein Aktivierungsniveau kam, mit dem sie arbeiten und etwas lernen konnte. Nach ein paar Trainingseinheiten konnte dann eine speziell für sie komponierte MPFF-Musik eingesetzt werden, mit der sie dann ziemlich schnell Lernfortschritte machte.

Folgende Alpha-Entspannungs-Audiodateien stehen zur Verfügung:

35\_Min\_Alpha\_Entspannung mit Musik

60\_Min\_Alpha\_Entspannung mit Musik

90\_Min\_Alpha\_Entspannung mit Musik

## Theta-Entspannung



Die Theta-Entspannung regt eine nicht so tiefgreifende Entspannung wie die Tiefenentspannung und eine etwas tiefere als die Alpha-Entspannung an.

Die Theta-Entspannungsmusikstücke stehen mit einer empfohlenen Hördauer von 50 Min, 90 Min und 2 Std, zur Verfügung. Je nachdem, wie lange Du Zeit für die Entspannung Deines Pferdes zur Verfügung hast, wählst Du die Hördauer aus.

Diesen Typ Audiodatei kann Dein Pferd in der Box, auf der Koppel, auf dem Hänger also in jeder ruhigen Umgebung hören. Es sollte dabei einfach herumstehen und dösen können.

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

Wenn Dein Pferd nicht phlegmatisch und faul ist, kannst Du ihm diese Musik direkt vor dem Reiten gönnen. Wenn Du die üblichen 10 Minuten Schritt reitest, bevor Du mit weiteren Anforderungen beginnst, ist das für Dein Pferd eine angenehme Vorgehensweise. Ist es jedoch eher phlegmatisch und faul, solltest Du es eher Energie und Kraft tanken vor dem Reiten hören lassen und eine tiefe Entspannung nach der Arbeit, damit es sich schneller erholen kann.

Auch die Theta-Entspannung kannst Du einsetzen, wenn Du einen zu hohen Aktivierungsgrad Deines Pferdes reduzieren möchtest. Wenn es sich bei irgendetwas immer mächtig aufregt, Du gerne möchtest, dass es das bleiben lässt, kannst Du es diese Audiodatei auch in der speziellen sonst sehr aufregenden und stressenden Situation hören lassen. **Natürlich musst Du rechtzeitig vor Beginn der stressenden Aktivität damit beginnen, Dein Pferd diese Audiodatei hören zu lassen, denn wenn es erst einmal zu hoch aktiviert ist, dauert es sehr lange, bis sich seine Schwingungen der Musik angleichen können.**

Bedenke aber bitte, dass Dein Pferd für Aufgaben, bei denen ein gewisses Maß an Aktivierung nötig ist, damit es Konzentration und Leistung erbringen kann, nicht zu entspannt sein darf.

Wenn das Pferd diese Audiodatei bei irgendeiner Art von Training hören soll, muss es ohne die Audiodatei eine viel zu hohe Aktivierung haben.

Da jedes Pferd anders ist, ist es von Vorteil, unterschiedliche Entspannungstiefen zur Verfügung zu haben. So findest Du bestimmt die passende Lieblings-Entspannungsmusik für Dein Pferd.

Folgende Theta-Entspannungs-Audiodateien stehen zur Verfügung:

50\_Min\_Theta\_Entspannung

90\_Min\_Theta\_Entspannung

2\_Std\_Theta\_Entspannung

## Tiefen-Entspannung



Die Tiefenentspannung regt die tiefste Entspannung an. Die entsprechenden Musikstücke stehen mit einer empfohlenen Hördauer von 60 Min, 90 Min und 120 Min zur Verfügung. Je nachdem, wie lange Du Zeit für die Entspannung Deines Pferdes zur Verfügung hast, wählst Du die Hördauer aus.

Diesen Typ Audiodatei kann Dein Pferd in der Box, auf der Koppel, auf dem Hänger, in jeder ruhigen Umgebung hören. Es sollte dabei einfach herumstehen und dösen können.

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

Wenn Dein Pferd nicht phlegmatisch und faul ist, kannst Du ihm diese Musik direkt vor dem Reiten gönnen. Wenn Du die üblichen 10 Minuten Schritt reitest, bevor Du mit weiteren Anforderungen beginnst, ist das für Dein Pferd eine angenehme Vorgehensweise. Ist es jedoch eher phlegmatisch und faul, solltest Du es eher Energie und Kraft tanken vor dem Reiten hören lassen und eine tiefe Entspannung nach der Arbeit, damit es sich schneller erholen kann.

Auch die Tiefenentspannung kannst Du einsetzen, wenn Du einen zu hohen Aktivierungsgrad Deines Pferdes reduzieren möchtest. Wenn es sich bei irgendetwas immer mächtig aufregt, Du gerne möchtest, dass es das bleiben lässt, kannst Du es diese Audiodatei auch in der speziellen sonst sehr aufregenden und stressenden Situation hören lassen. Eine Tiefenentspannungsmusik kannst Du auch nutzen, wenn Dein Pferd wegen einer Erkrankung Schritt gehen muss. Die Audiodatei wird Dein Pferd so entspannen, dass Du evtl. ohne Beruhigungsmittel auskommst. Eine Tiefenentspannungsaudiodatei kann Dein Pferd genau wie eine Sedierung nicht hundertprozentig davon abhalten, loszustürmen, wenn es sich über irgendetwas aufregt. Die Tiefenentspannungsaudiodatei hat den Vorteil, dass sie das Entgiftungssystem Deines Pferdes nicht belastet und Dein Pferd mit der Häufigkeit der Anwendung immer gelassener auf ungewohnte Ereignisse reagiert.

Natürlich musst Du rechtzeitig vor Beginn der stressenden Aktivität damit beginnen, Dein Pferd diese Audiodatei hören zu lassen, denn wenn es erst einmal zu hoch aktiviert ist, dauert es sehr lange, bis sich die Schwingungen der Musik angleichen können. Bedenke aber bitte, dass Dein Pferd für Aufgaben, bei denen ein gewisses Maß an Aktivierung nötig ist, damit es Konzentration und Leistung erbringen kann, nicht zu entspannt sein darf.

Wenn das Pferd diese Audiodatei bei irgendeiner Art von Training hören soll, muss es ohne die Audiodatei eine viel zu hohe Aktivierung haben.

Die Tiefenentspannung leistet auch gute Dienste, wenn ein Pferd bei etwas Unangenehmem ruhig bleiben soll.

Beispielsweise hat ein fünfjähriger Altoldenburger sich einen Milchzahn nur mit der Tiefenentspannung ohne Sedierung ziehen lassen.

Die Tiefenentspannung leistet auch gute Dienste, wenn ein Pferd geschoren werden soll und es das nicht mag.

Die Tiefenentspannung gibt es mit verschiedenen Musik- oder Geräuschkulissen. Wenn ein Pferd z.B. einen Milch-Zahn mit einer Tiefenentspannung mit Wasserkulisse gezogen bekommen hat, solltest Du diese Audiodatei erst einmal nicht mehr einsetzen, damit das Pferd sich nicht immer wieder an die unangenehme Situation erinnert fühlt.

Da jedes Pferd anders ist, ist es von Vorteil, unterschiedliche Entspannungstiefen zur Verfügung zu haben. So findest Du bestimmt die passende Lieblings-Entspannungsmusik für Dein Pferd.

2\_Std\_Tiefenentspannung\_Wasser

2\_Std\_Tiefenentspannung\_Musik-Motiv\_A

2\_Std\_Tiefenentspannung\_Musik-Motiv\_B

2\_Std\_Tiefenentspannung\_Vogelgezwitscher

60\_MinTiefenentspannung\_Musik-Motiv\_A

60\_Min\_Tiefenentspannung\_Vogelgezwitscher

60\_Min\_Tiefenentspannung\_Wasser

60\_Min\_Tiefenentspannung\_Musik-Motiv\_C

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

*Entspannte, ruhige Wachheit*



*45\_Min\_entspannte\_ruhige\_Wachheit*

Regt ein gleichmäßiges, ruhiges Dasein an (z.B. zur Eingewöhnung in eine neue Umgebung). Diese Audiodatei kann Dein Pferd bei einem gemütlichen Spaziergang hören. Wenn Du sie zu diesem Zweck einsetzt, sollte Dein Pferd, auch wenn es noch jung ist, nicht allzu große Probleme mit dem Spazierengehen haben, dann wirkt diese Musik auch stressreduzierend. Wenn Dein Pferd sich allerdings dabei aufregt, solltest Du lieber auf die Tiefenentspannung oder die Antiangst wechseln.

Das Pferd bleibt in einem ruhigen, ausgeglichenen Wachheitszustand, in dem aber keine raschen oder anstrengenden Aufgaben abgefordert werden sollten.

Diese Audiodatei eignet sich wie schon gesagt dazu mit einem jungen Pferd einen ruhigen Spaziergang an der Hand zu machen, wenn es sich sonst gerne dabei aufregt. Das soll aber nicht heißen, dass „entspannte Wachheit“ für ältere Pferde nicht geeignet ist.

Diese Audiodatei sorgt lediglich für eine gewisse Ausgeglichenheit des Pferdes, begrenzt evtl. Aufregungsimpulse nicht durch eine Aktivierungsreduzierung, sondern durch die Unterstützung des ruhigen Wachheitszustandes.

Die Audiodatei kann auch für das Ausreiten verwendet werden. Dabei sind immer der Grad der Aktivierung sowie das Anforderungsniveau zu berücksichtigen. Ist ein Pferd bereits an das Hören der MPFF-Musik gewöhnt und ist beim Ausreiten ohne Audiodatei nicht gar so aufgeregt, kann man diese Audiodatei verwenden. Wenn das Pferd eher ängstlich ist, sind eher die Audiodateien zur Angstreduzierung zu empfehlen. Wenn das Pferd sich maßlos aufregt, sind ruhige Spaziergänge mit den Entspannungsaudiodateien anzuraten – je nach Aufregungsgrad Tiefenentspannung, Theta- oder Alpha-Entspannung. Erst, wenn etliche Spaziergänge ohne Aufregung möglich waren, kann man mit der Musik, die das Aktivierungsniveau am besten reguliert, auch einen kurzen Ausritt am, besten mit Begleitung probieren.

## *Achtsame Stressreduzierung*

Die Musikstücke zur Stressreduzierung helfen Deinem gestressten Pferd. Gefällige Schwingungen und ein musikalischer Soundteppich machen diese Antistressmusik zu einem effektiven Mittel, um Stress erfolgreich zu reduzieren.

Das Musikstück Stressabbau, das 30 Min lang ist, kann Dein Pferd einfach mehrfach in der Woche einfach in der Box oder auch auf dem Putzplatz stehend hören, Du kannst es dabei auch putzen, kein Problem.



*30\_Min\_Stressabbau*

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

60 Min Stressbremse dagegen ist dazu gedacht, dass das Pferd sich bewegt, aber langsam und ruhig, z.B. bei einem ruhigen Spaziergang. Wie wir alle wissen, baut Bewegung u.a. Adrenalin ab, so helfen wir dem Pferd mit leichter Bewegung und Musik seinen Stress effektiv abzubauen.



*60\_Min\_Stressbremse*

## Erholung

Diese Wellness-Musikstücke helfen Deinem Pferd insbesondere, wenn es anstrengende Aufgaben, wie längere Trainings als üblich, z.B. Ausdauer- oder Distanztrainings zu absolvieren hat, sich schneller zu regenerieren und damit auch zu besseren Trainingsergebnissen zu gelangen. Die Audiodateien können ebenso hilfreich eingesetzt werden, wenn Dein Pferd nach Krankheit wieder anzutrainieren ist. Für die Phasen, in denen Dein Pferd z.B. Schritt gehen muss, kannst Du zusätzlich die Entspannungs-Audiodateien nutzen, damit Dein Pferd ruhig und gelassen bleibt, wenn es Schritt gehen soll, unabhängig davon, ob Du es führst oder reitest. Auch für das Wiederantrainieren unter dem Sattel sind die Entspannungsaudiodateien hilfreich und können ggf. die Gabe von Beruhigungsmitteln ersetzen. Aber Achtung: Eine plötzliche Aktivierung aufgrund von äußeren Ereignissen können die Audiodateien genauso wenig verhindern wie die Beruhigungsmittel. Wenn das Pferd jedoch bereits seit Monaten die Audiodateien hört, ist die Wahrscheinlichkeit einer derartigen Aktivierung ziemlich reduziert.

## Energie und Kraft tanken

### Energiepause

Dieses Musikstück ist nur 15 Minuten lang und erlaubt dem Pferd ganz rasch seine Energie wieder zurück zu erhalten. Es bekommt sozusagen einen schnellen Energiekick. Der Einsatz dieser Audiodatei bietet sich an, wenn das Pferd z.B. zwischen zwei Prüfungen auf dem Turnier schnell wieder fit werden muss und natürlich bei allen anderen Gelegenheiten, bei denen eine ganz rasche Energiesteigerung erforderlich ist.



*15\_Min\_Energiepause*

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

## Relaxation

Dieses Musikstück ist ebenfalls nur 15 Minuten lang und erlaubt dem Pferd sich rasch zu entspannen. Durch mehrmalige kurzzeitige Entspannung z.B. wenn das Pferd viele Stunden auf dem Turnier ist, bleibt seine Energie auf einem angenehmen Niveau. Das Pferd sollte möglichst in einer ruhigen Umgebung sein, wenn es diese Audiodatei hört. Das kann auch der Hänger sein, oder eine ruhige Ecke auf dem Turnierplatz. Je mehr Erfahrungen ein Pferd mit den MPFF-Musikstücken hat, desto leichter kann es entspannen und für sich das Optimum an Entspannung aus den Audiodateien herausholen.



*15\_Min\_Relaxation*

## Meditation

Dieses Musikstück ist 35 Min lang und hilft dem Pferd zu meditieren. Da fragt man sich natürlich, ob so ein Pferd das überhaupt kann. Wir wissen es nicht. Wir wissen aber auch nicht, ob ein anderer Mensch, der ruhig dasitzt meditiert oder was tatsächlich in seinem Kopf vorgeht. Natürlich können Hirnforscher beim Menschen messen, ob ihre Hirnwellen Hinweise darauf geben, dass sie meditieren, aber ein Beobachter kann aus seiner Beobachtung heraus nicht entscheiden, ob der ruhig Sitzende meditiert oder nicht. Vielleicht wird die Forschung irgendwann so weit sein, dass sich die Hirnwellen beim Pferd leicht messen lassen, dann könnten wir feststellen, ob es Hirnwellen produziert, die auf ein Meditieren schließen lassen. Einstweilen betrachten wir diese Audiodatei einfach als eine weitere Entspannungs-, Erholungs- und Regenerations-Audiodatei, auch wenn sie einen ungewohnten Namen trägt.

Interessant ist es, zu schauen, ob das Pferd, wenn es diese Audiodatei häufig gehört hat, auch in unruhiger Umgebung seine innere Ruhe bewahren kann. Wie beim Menschen ist regelmäßiges Üben bzw. Hören vorteilhaft.



*35\_Min\_Schumann\_Meditation*

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

## Abwehrkräfte stärken

Abwehrkräfte stärken ist eine MPFF-Wellness-Musik, die in einen sehr entspannten Zustand führt. Sie sollte dem Pferd in der Box oder an einem ruhigen Platz gegönnt werden. Man kann mit der Audiodatei auch einen Spaziergang mit dem Pferd machen. Die meisten Pferde mögen es aber lieber, wenn sie diese Audiodatei z.B. beim Putzen oder beim Entspannen in der Box hören dürfen. Diese Wellness-Musik unterstützt die Abwehrkräfte des Pferdes. Während des Fellwechsels ist es hilfreich diese Audiodatei täglich anzuwenden. Zu anderen Zeiten ist es ausreichend, die Audiodatei einmal in der Woche zu nutzen, außer natürlich, Dein Pferd ist aus irgendwelchen Gründen gesundheitlich angeschlagen. In dem Fall nutze diese Audiodatei einfach öfter.



*60\_Min\_Steigerung\_der\_Abwehrkräfte*

*90\_Min\_Steigerung\_der\_Abwehrkräfte*

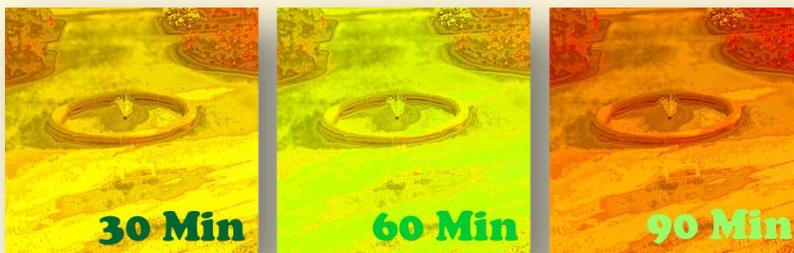
## Jungbrunnen

Jungbrunnen gibt es in 30, 60 und 90 Min Länge. Die Audiodateien heißen:

*30\_Min\_Jungbrunnen*

*60\_Min\_Jungbrunnen*

*90\_Min\_Jungbrunnen*



Jungbrunnen ist eine entspannende Audiodatei, die mehrmals wöchentlich angewendet, älteren Pferden hilft, sich jünger und frischer zu fühlen. Aber auch jüngere Pferde mögen diese Audiodatei. Pferde haben sie gern und genießen die Wellness-Audiodateien, auch freuen sie sich über Abwechslung. Wenn Du Dein Pferd gut beobachtest, wirst Du bald herausfinden, welche Wellness-Audiodatei es bevorzugt. Diese kannst Du es dann öfter hören lassen, natürlich auch zur Belohnung, wenn es gut gearbeitet hat.

## Energetische Reinigung und Regeneration (Musik für Reiter und Pferd)

Diese Audiodatei steht in 60 sowie in 90 Minuten Länge zur Verfügung. Sie verhilft zu einer besonderen Art der Regeneration, indem sie die energetische Reinigung unterstützt. Du solltest Deinem Pferd diese Audiodatei hin und wieder, beispielsweise alle vier Wochen gönnen.

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

Wenn Du die Zeit erübrigen kannst, kannst Du Dein Pferd einmal im Monat mit einem Wellness-Termin erfreuen. Du lässt es diese Audiodatei hören, putzt und massierst es ausgiebig, wäscht ihm den Schweif und verziehest ihn, reinigst die Hufe, fettest sie und tust all die Dinge, die Dein Pferd mag und genießt. **Du selbst kannst Dich dabei auch entspannen, indem Du die im Wellness- und Gesundheits-Paket enthaltene Entspannungsmusik für Reiterinnen und Reiter hörst.** Auf diese Art und Weise habt Ihr beide etwas davon. Sowohl Dein Pferd als auch Du entspannen und Ihr werdet Euch mit den Wiederholungen immer besser fühlen und auf einer Wellenlänge schwingen.



*60\_Min\_energetische\_Reinigung\_und\_Regeneration*  
*90\_Min\_energetische\_Reinigung\_und\_Regeneration*

Die folgenden Musikstücke sind alle dazu gedacht, dem Pferd nach getaner Arbeit zu helfen, schneller wieder zu regenerieren. Erholung und Kräfte sammeln kannst Du jederzeit verwenden.

Am besten testest Du aus, welches dieser Musikstücke Dein Pferd am liebsten mag und natürlich bei welcher Du den Eindruck hast, dass es bei der nächsten Trainingssession am besten arbeitet.

Diese Audiodateien sind sehr hilfreich, wenn Du Dein Pferd auf größere Leistungsanforderungen vorbereitest und daher einem festgelegten Trainingsplan folgst.



## 60 Min Regeneration

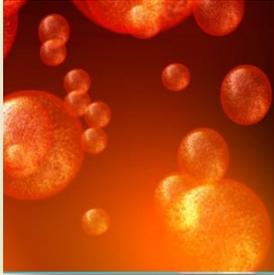
Diese Musik hilft Deinem Pferd, sich schneller zu regenerieren, indem es die Regenerationsprozesse des Organismus besonders anspricht und unterstützt.



## 60 Min Erholung und Kräfte sammeln

Wie die Pflanzen im Sonnenschein Energie sammeln und speichern können, kann Dein Pferd diesen Prozess in seinem Körper beim Hören dieser speziellen Musik anstoßen. Wenn es diese Audiodatei öfter hören darf, wird es sich mit der Zeit wohler und kräftiger fühlen.

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd



60 Min Post-Workout-Recovery

90 Min Post-Workout-Recovery

Diese Musik geleitet Dein Pferd in einen tiefen meditativen Zustand, in dem der Körper automatisch beginnt, sich selbst zu reparieren und sich von den täglichen Aktivitäten zu erholen.

## Die Wohlbefinden-Audiodateien

Diese Wellness-Musikstücke sind sehr hilfreich und als Besonderheit enthalten sie teilweise hohe Aktivierungsanteile. Daher sollten diese Audiodateien erst eingesetzt werden, wenn Dein Pferd mit den Entspannungsaudiodateien ausreichend vertraut ist. D. h. bevor eine dieser Audiodateien zum Einsatz kommt, sollte Dein Pferd mindestens zwei Wochen lang jeden Tag eine Entspannungsaudiodatei gehört haben.

Für den Fall, dass die Aktivierung Deines Pferdes während der Anwendung dieser Audiodateien zu hoch wird, d.h. Dein Pferd sich unruhig und nervös zeigt, sollte das Hören dieser Audiodatei abgebrochen und dann eine Entspannungsaudiodatei eingeschaltet werden.

Wenn Dein Pferd dann wieder entspannt ist, kann erneut die Wohlbefinden-Audiodatei zur Anwendung kommen, durchaus direkt, wenn das Pferd sich entspannt hat und ausreichend Zeit zur Verfügung steht. Grundsätzlich solltest Du darauf achten, dass Dein Pferd immer entspannt ist, wenn Du den Stall verlässt.

Der Name der Audiodatei beschreibt bereits, wozu sie dient. Alle sind 60 Minuten lang und es spricht nichts dagegen am gleichen Tag zwei unterschiedliche einzusetzen, Du kannst aber auch von Tag zu Tag wechseln.

## Antiallergie

Diese Audiodatei hört Aron, ein 20-jähriger Wallach, täglich mindestens 30 Minuten. Er hatte am ganzen Körper Quaddeln, bekam vom Tierarzt etwas gespritzt, die Quaddeln verschwanden, kamen aber wieder. Also erstellte ich die Musik gegen die Allergie und Aron hörte sie täglich. Es funktionierte, die Quaddeln verschwanden nach drei Tagen des Hörens diese Audiodatei. Nach ca. fünf Wochen ließ ich Aron für drei Tage mit dem Hören

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

pausieren. Die Quaddeln waren wieder da. Er hörte die Musik wieder und nach drei Tagen waren die Quaddeln wieder verschwunden. Wir wiederholten die Aussetztests viermal. Nach dem letzten Aussetztest dauerte es nach dem erneuten Hören dann über eine Woche bis die Quaddeln verschwunden waren. Seitdem hört Aron diese Musik jeden Tag. Wir unterbrechen nicht mehr.



*Antiallergie*

## *Antisommerekzem*

Ist ein Musikstück, was dem der Antiallergie ähnelt. Es ist von drei von dem Problem betroffenen Pferden genutzt worden und brachte mit zusätzlicher Unterstützung mit Schüsslersalzen eine erhebliche Verbesserung. Nach der Hälfte der Hördauer wandelt der Rhythmus sich hin zu einem entspannenden, um die irritierte Haut zu beruhigen.



*Antisommerekzem*

## *Antikoppen*

Diese Musik wurde von einem Pferd getestet. Es hat anfänglich sehr positiv auf diese Audiodatei reagiert, d.h. wesentlich weniger gekoppt. Nach einer Unterbrechung des Hörens der Audiodatei reichte die Geduld nicht, das Pferd die Musik wieder täglich hören zu lassen und abzuwarten, bis sich die Wirkung erneut einstellt.

Wenn Du diese Audiodatei testen magst, solltest Du sicher die Möglichkeit haben, sie Dein Pferd täglich hören zu lassen. Wir freuen uns über Deinen Erfahrungsbericht.



*Antikoppen*

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

## Wohlbefinden für die Lunge

Auch diese Audiodatei ist hauptsächlich von Aron, dem 20-jährigen Wallach, getestet und sie hilft ihm. Zusätzlich bekommt er sein Heu mit Wasser bedampft.

Er hatte im Sommer einmal solche Probleme mit der Atmung, dass er schwitzend und keuchend in der Box stand. Sein gleichaltriger Halbbruder musste wegen dieser Probleme vor drei Jahren eingeschläfert werden. Diese Probleme sind vermutlich genetisch vordeterminiert und durch zusätzliche Probleme in der Haltung verstärkt worden. Aron musste monatelang den Mistgestank eines ganzen Stalles von früh bis spät einatmen, weil der Mist direkt vor seiner Box gelagert wurde. Es wurde beteuert, dass dieser Missstand bald beseitigt würde, doch das geschah nicht. Aron wurde gewisse Zeit später in einem anderen Stall untergebracht, doch zu diesem Zeitpunkt hatte sich das gesundheitliche Problem bereits etabliert.



WB Lunge

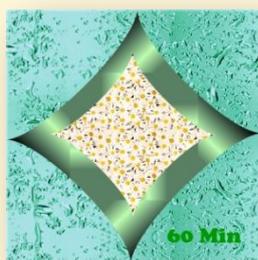
## Wohlbefinden für die Leber

Dieses Musikstück beinhaltet Schwingungen, die die Leber in ihrer Tätigkeit unterstützen sollen. Das ist sehr nützlich für die Entgiftung des Organismus. Je älter ein Lebewesen wird, umso mehr Giftstoffe haben sich im Körper abgelagert. Das führt zu einer höheren Empfindlichkeit z.B. gegenüber Umweltgiften. Verschiedene Tees, Schüsslersalze und auch die Gabe von Löwenzahn können ebenfalls hilfreich sein.



WB Leber

## Wohlbefinden für den Magen



Dieses Musikstück beinhaltet Schwingungen, die den Magen unterstützen sollen. Viele Pferde leiden unter Magengeschwüren, da kann diese Musik Unterstützung bieten oder auch vorbeugend wirken sowie neben verschiedenen Tees und Schüsslersalzen die Maßnahmen des Tierarztes unterstützen.

WB Magen

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

## Wohlbefinden für die Niere

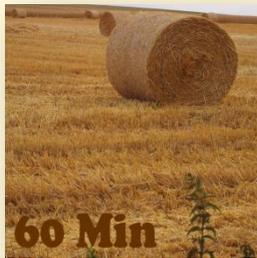


Dieses Musikstück beinhaltet Schwingungen, die die Nieren in ihrer Tätigkeit unterstützen sollen. Auch hier ist das Thema Entgiftung relevant.

Diese Audiodatei führte bei Aron, dem 20-jährigen Wallach, dazu, dass er vermehrt Wasser ließ (Beobachtungswert). Beim Menschen zeigt sich das gleiche Ergebnis (Selbsterfahrung). Eine ausreichende Wasserversorgung sollte daher sichergestellt sein.

WB Niere.

## Wohlbefinden für den Darm



Diese Audiodatei ist von einigen Pferden getestet und hat sich als hilfreich, z.B. bei Kotwasser (Die Konsistenz des Pferdekots ist bei einer Kotwasserproblematik normal. Vor oder nach dem Absatz der Pferdeäpfel läuft oder spritzt jedoch bräunliches Wasser aus dem After und rinnt an den Beinen herunter.) gezeigt. Es empfiehlt sich bei Problemen mit dem Darm Dein Pferd, wenn es davon betroffen ist, diese Musik mindestens mehrmals pro Woche, wenn nicht besser noch jeden Tag hören zu lassen. Natürlich musst Du dafür sorgen, dass Dein Pferd vernünftig artgerecht ernährt wird und sowohl Futter als auch Wasser sauber und von guter Qualität sind. Das Zufüttern von Flohsamenschalen kann unterstützend wirken.

WB Darm hilft nicht bei einer Kolik. Bei einer Kolik musst Du sofort den Tierarzt anrufen und Dein Pferd so lange führen, bis er da ist. Während des Führens kann Dein Pferd die Tiefenentspannung mit Schmerzreduzierung hören, es sei denn, es hat Kreislaufprobleme und der Puls ist zu schwach. Bei Letzterem hast Du den Eindruck, dass es gleich umfallen könnte.

Ist die Kolik überstanden, kann die WB Darm zum Einsatz kommen.

WB Darm

## Reduzierung Unpässlichkeit

Hierzu zählen aktuell die angstreduzierenden sowie die schmerzreduzierenden Musikstücke. Einem Pferd mit Hilfe der Musikstücke oder auch auf andere Art die Angst zu nehmen und Vertrauen aufzubauen ist immer hilfreich. Schmerzen zu reduzieren dagegen ist nur dann sinnvoll, wenn der Schmerz kein Signal des Körpers mehr ist, der dazu auffordert, aktiv zu werden und etwas zu tun, damit es dem Organismus wieder besser geht. Also: Wenn Dein Pferd einen Tierarzt braucht, bestelle ihn bitte umgehend. Es ist nicht in Ordnung, ein Pferd leiden zu lassen. Jedes Lebewesen möchte Schmerz vermeiden, Pferde ebenfalls, auch wenn sie ihre Schmerzen nicht so zeigen oder herausschreien wie wir Menschen. Pferde können sich den entstehenden Lärm als Fluchttiere nicht erlauben, deshalb äußern sie ihre Schmerzen sehr dezent und leiden oftmals stumm. Die Audiodateien zur Schmerzreduzierung bitten wir sinnvoll einzusetzen und auf keinen Fall notwendige tierärztliche oder physiotherapeutische Eingriffe damit unnötig zu verschieben.

Akute Schmerzen zu reduzieren bis der Tierarzt kommt, das hilft dem Pferd. Jedes Lebewesen möchte Schmerzen vermeiden, wichtig ist, die Ursache präzise zu diagnostizieren und zu beseitigen.

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

## Angstreduzierung

35 Min Angstreduzierung zum Hören in der Box:



Wenn ein Pferd eher ängstlich ist, ist diese Audiodatei hilfreich, wenn es sie mehrmals in der Woche an einem ruhigen Platz hört. Mit der Zeit wird das zu einer Reduzierung seiner Ängstlichkeit beitragen, wenn gleichzeitig ein vertrauensvolles Verhältnis aufgebaut wird und bei der Arbeit und im täglichen Umgang darauf geachtet wird, dass möglichst keine ängstigenden Ereignisse stattfinden.

35\_Min\_Angstreduzierung\_m\_Vogelgezwitscher

35\_Min\_Angstreduzierung\_m\_Wasser

35\_Min\_Angstreduzierung\_m\_Musik

60 Min oder 2 Std. Angstreduzierung mit verschiedenen Musik- bzw. Geräuschemotiven



Bei ängstigenden Aufgaben, dabei kann es sich bei manchen Pferden um einen Ausflug in eine ungewohnte Umgebung handeln, bei anderen um das Beschlagen werden usw., kann das Pferd die 60-minütige oder 2-stündige Audiodatei Angstreduzierung hören. Diese Musikstücke gibt es in verschiedenen Varianten, z.B. mit Vogelgezwitscher, Wassergeplätscher oder aber Musik. Das hat den Vorteil, dass Du Dein Pferd die Audiodatei mit dem Motiv hören lassen kannst, die es gerne mag. Wir hatten ein Pferd bei unseren Testungen, das die Audiodatei mit dem Vogelgezwitscher nicht so gerne mochte, ihm gefielen die Audiodateien mit dem Wassergeplätscher oder der Musik besser.

Falls ein Pferd doch einmal ein nicht so schönes Erlebnis während des Hörens der Angstreduzierungs-Musik hatte, kann man bei der nächsten Anwendung eine Audiodatei mit einem anderen Motiv wählen, damit das Pferd nicht an das unerfreuliche Ereignis erinnert wird.

60\_Min\_Angstreduzierung\_m\_Wasser

60\_Min\_Angstreduzierung\_m\_Musik

60\_Min\_Angstreduzierung\_m\_Vogelgezwitscher

2\_Std. Angstreduzierung\_m\_Musik

2\_Std. Angstreduzierung\_m\_Wasser

2\_Std. Angstreduzierung\_m\_Vogelgezwitscher

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

## Schmerzreduzierung



Diese Musik steht mit unterschiedlichen Motiven zur Verfügung. Sie kann z.B. verwendet werden, wenn sich ein Pferd verletzt hat. Sie wird ihm helfen, die Zeit, bis der Tierarzt kommt besser zu überstehen. Ihr könnt diese Musik durchaus gemeinsam z.B. mit dem Handy hören, sie wird Euch beruhigen.

Wenn ein Pferd gesundheitliche Probleme bereits überwunden hat und sich noch nicht wieder so richtig traut, könnt Ihr diese Audiodatei vor der Arbeit einsetzen, dann wird es schneller besser werden. Die Anwendung sollte dann allerdings über mehrere Tage erfolgen, damit das Pferd sich wieder an seinen ursprünglichen, schmerzfreien Zustand gewöhnt. Auch Tiere können ein Schmerzgedächtnis entwickeln. Manchmal behalten sie auch eine Angewohnheit bei, die sie sich bei einem schmerzhaften Ereignis zugelegt haben. Mit dieser Musik hast Du die Chance, in so einem Fall, etwas zu unternehmen.

60\_Min\_Schmerzreduzierung\_m\_Musik

60\_Min\_Schmerzreduzierung\_m\_Vogelgezwitscher

60\_Min\_Schmerzreduzierung\_m\_Wasser

## Tiefenentspannung mit Schmerzreduzierung



Diese Audiodatei, die mit unterschiedlichen Motiven zur Verfügung steht, kann man z.B. verwenden, wenn sich ein Pferd verletzt hat. Sie wird ihm helfen, die Zeit, bis der Tierarzt kommt besser zu überstehen. Ihr könnt diese Musik durchaus gemeinsam z.B. mit dem Handy hören, sie wird Euch beruhigen.

Hat Dein Pferd Kreislaufprobleme, ist es evtl. keine so gute Idee, diese Audiodatei zu nutzen. Das lässt sich aber leicht feststellen, wenn Du seinen Puls während der Anwendung misst.

Der Puls kann an der Unterkante der Ganasche des Pferdes, seitlich an der Schweifrübe oder oberhalb der Fessel am Vorderbein gefühlt werden. Der Ruhe-Puls liegt zwischen 30 und 40 Schlägen pro Minute. Bei Belastung steigt der Herzschlag schnell auf 100-120 Schläge pro Minute. Der Maximalwert liegt bei 200 Schlägen pro Minute.

Eine weitere Möglichkeit zur den Pulskontrolle ist, ihn mit einer Puls-Uhr zu messen. Wird er zu schwach und unregelmäßig, schaltest Du den MP3-Player einfach aus.

Damit Du während einer Krise in der Lage bist, den Puls zu messen, solltest Du es mehrmals am gesunden Pferd geübt haben.

2\_Std\_Tiefenentspannung\_m\_Schmerzreduzierung\_Musik

2\_Std\_Tiefenentspannung\_m\_Schmerzreduzierung\_Wasser

2\_Std\_Tiefenentspannung\_m\_Schmerzreduzierung\_Vogelgezwitscher

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

## Entspannungsmusik für Reiterinnen und Reiter



Wie bei der Wellness-Musik „*Energetische Reinigung und Regeneration*“ angekündigt, enthält dieses Album auch eine Entspannungsmusik für Reiterinnen und Reiter, Fahrerinnen und Fahrer, überhaupt für alle Pferdemenschen. Natürlich können auch Menschen, die nichts mit Pferden zu tun haben, sich mit dieser Musik entspannen. Auch kannst Du diese Entspannung selbstverständlich ohne Dein Pferd genießen. Sicherlich freut sich Dein Pferd aber über die gemeinsame Entspannung am Wellness-Tag. So kannst Du Deinen Stress und den Stress Deines Pferdes reduzieren und gemeinsam macht das sicher doppelt so viel Freude.

Diese Musik führt Dich nicht in die allertiefsten Entspannungszustände, denn Du möchtest ja Dein Pferd putzen oder waschen. Du kannst ausprobieren, welche Unterschiede Du feststellen kannst, wenn Du Dein Pferd am Wellness-Tag tiefenentspannst oder lediglich die Alpha- oder Theta-Entspannung wählst, wenn Ihr beide also in unterschiedlichen Entspannungstiefen unterwegs seid.

*90 Min Entspannung für Reiterinnen und Reiter*

Die Arbeit mit dieser Art von Musik und Deinem Pferd wird Deine Selbstwahrnehmung und auch Deine Wahrnehmung Deines Pferdes verändern. Wir freuen uns, wenn Du uns über Deine Erfahrungen berichtest.

Übrigens arbeiten wir ständig daran, weitere Musikstücke sowohl für Pferde als auch für Menschen zu erstellen. Wir informieren Dich gerne über Neuerungen.

So, jetzt wünschen wir Dir und Deinem Pferd entspannte sowie stressarme Zeiten und freuen uns, wenn Du uns über Deine Erfahrungen mit den Wellness-Musikstücken des mobilen Pferdeflüsterers berichtest.

Je besser Du Dein Pferd beobachtest, wenn es die Wellness-Musikstücke hört, desto besser wirst Du es kennen lernen und mit der Zeit immer besser verstehen, was es gerne hat. Wenn Du Fragen hast, kontaktiere uns gerne per E-Mail: [info@mobiler-pferdefluesterer.de](mailto:info@mobiler-pferdefluesterer.de)!

Herzlichst

*Aron*



und *Conny*

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

## Inhalt

Wellness- und gesundheitsfördernde Kompositionen (Audiodateien) .....	2
Antworten auf ein paar wichtige Fragen bezogen auf die Anwendung.....	4
Worauf solltest Du achten, wenn Dein Pferd eine Wellness-Audiodatei hört? .....	4
Woran erkennst Du eine Wirkung? .....	4
Wie oft sollte Dein Pferd eine Audiodatei hören? .....	5
Was kannst Du falsch machen? .....	5
Wie ist es richtig?.....	5
Beschreibungen der einzelnen Audiodateien mit ihren Wirkungen und Nutzungshinweisen	5
Entspannung und Stressprävention, bzw. Stressreduzierung .....	6
Alpha-Entspannung .....	6
Theta-Entspannung .....	7
Tiefen-Entspannung .....	8
Entspannte, ruhige Wachheit.....	10
Achtsame Stressreduzierung.....	10
Erholung .....	11
Energie und Kraft tanken.....	11
Energiepause .....	11
Relaxation .....	12
Meditation.....	12
Abwehrkräfte stärken .....	13
Jungbrunnen.....	13
Energetische Reinigung und Regeneration (Musik für Reiter und Pferd).....	13
Die Wohlbefinden-Audiodateien.....	15
Antiallergie .....	15
Antisommerekzem .....	16
Antikoppen .....	16
Wohlbefinden für die Lunge .....	17
Wohlbefinden für die Leber .....	17
Wohlbefinden für den Magen.....	17
Wohlbefinden für die Niere.....	18
Wohlbefinden für den Darm .....	18
Reduzierung Unpässlichkeit .....	18
Angstreduzierung.....	19
Schmerzreduzierung .....	20
Tiefenentspannung mit Schmerzreduzierung .....	20
Entspannungsmusik für Reiterinnen und Reiter .....	21

# MPFF Wellness-Musik für Dein Pferd

