

**STOCKHOLMS UNIVERSITET**  
**Tolk- och översättarinstitutet**

## **Undersökning av terminologi och retoriska stilgrepp i en hippologisk facktext**

Av Karin Enge

### Resumé

Syftet med denna uppsats är att undersöka retoriska stilgrepp samt terminologi i en hippologisk facktext. Dessutom ska källtexten översättas till god svenska. Den terminologiska undersökningen visade att andelen facktermer i källtexten stämmer överens med hur stor andel ämnesspecifika termer facktexter vanligtvis har. De retoriska stilgreppen visade sig utgöra en stor del av texten och var dessutom betydelsefulla för hur texten uppfattas. Dessutom utgjorde de ett av författarens huvudsakliga stildrag. Utöver de retoriska greppen är texten relativt okomplicerad och lättläst – detta eftersom meningarna överlag är högertunga och meningslängden huvudsakligen är kort.

Magisteruppsats (20 p) i översättning med inriktning på engelska  
Vårterminen 2007

Handledare: Britt Erman

Översättningsgranskare: Jan Pedersen

# Innehållsförteckning

<b>1. Inledning</b> .....	<b>1</b>
1.1 Bakgrund.....	1
1.2 Metod.....	1
<b>2. Presentation av källtext och författare</b> .....	<b>1</b>
<b>3. Källtextanalys</b> .....	<b>3</b>
3.1 Bestämning av texttyp.....	3
3.2 Kontext.....	5
3.2.1 Situationskontext och bestämning av källtextens målgrupp.....	5
3.2.2 Intertextuell kontext.....	6
3.2.3 Kulturkontext.....	7
3.3 Den textuella dimensionen.....	7
3.3.1 Lexikogrammatik.....	7
3.3.2 Textbindning.....	9
3.3.2.1 Den retoriska textbindningen.....	9
3.4 Den interpersonella dimensionen.....	13
3.4.1 Språkhandlingar och attityder.....	13
<b>4 Förutsättningar för översättningen</b> .....	<b>15</b>
4.1 Översättningens målgrupp.....	15
4.2 Översättningsmetod.....	15
<b>5 Terminologisk undersökning</b> .....	<b>16</b>
5.1 Definition av begreppen fackspråk och term .....	17
5.2 Plusord i källtexten.....	17
5.3 Slutsats.....	17
<b>6. Källtext och översättning</b> .....	<b>19</b>
<b>7. Översättningskommentar</b> .....	<b>84</b>
7.1 Stilfigurer.....	84
7.1.2 Svårigheter med terminologin.....	89
<b>8. Sammanfattning</b> .....	<b>92</b>
<b>9. Summary in English</b> .....	<b>93</b>
<b>Bibliografi</b> .....	<b>95</b>
Källtext:.....	95
Referenser:.....	95
Övrig använd litteratur:.....	95
Elektroniska källor:.....	96
<b>Appendix 1 – stilfigurer</b> .....	<b>98</b>
Alliteration: .....	98
Anafor:.....	99
Assonans:.....	101
Ellips:.....	101
Epifor:.....	102
Hopning:.....	102
Kiasm:.....	103
Liknelse:.....	103
Parabel:.....	105
Ordlek:.....	107
Retorisk fråga:.....	108
Stegring:.....	109
<b>Appendix 2 – facktermer och plusord</b> .....	<b>110</b>

Facktermer i källtexten .....	110
Plusord.....	114



# 1. Inledning

Detta är en magisteruppsats (20 p) för utbildningen Översättarprogrammet vid Tolk- och översättarinstitutet, Stockholms universitet. Översättarprogrammet är en tvåårig utbildning (80 poäng) inriktad på översättning av fackspråkliga texter.

Examensarbetet består av en praktisk och en teoretisk del. Den praktiska delen utgörs av en översättning av en text med fackspråklig karaktär, boken *Natural Horse-Man-Ship* av Pat Parelli, och den teoretiska delen av en textanalys samt en översättningsteoretisk kommentar.

## 1.1 Bakgrund

Textvalet grundar sig på mitt livslånga hästintresse. Jag ville känna på hur det är att översätta en text som behandlar ett ämne som jag är mycket intresserad av, men samtidigt ville jag ha en utmaning. Därför valde jag ett område inom hästvärlden som jag i stort sett inte hade några kunskaper om, nämligen natural horsemanship (NH).

Det fanns en hel del litteratur att välja mellan och att valet till slut föll på denna bok beror på att författaren av många anses vara en föregångsman inom ämnet. Han har dessutom bra rykte och är välkänd i Sverige.

Min förhoppning är att översätta hela boken.

## 1.2 Metod

Vid analysarbetet läste jag först igenom texten grundligt och noterade förekomster av ord och uttryck som eventuellt skulle kunna orsaka problem vid översättningen. På så sätt fick jag en allmän känsla för texten och vad författaren har för huvudsakliga syften med den. Texttyp, målgrupp för översättningen, samt vilken översättningsmetod jag huvudsakligen skulle använda mig av bestämdes. Vid analysen har jag använt mig av *Från Källspråk till målspråk* (Ingo, 1990), *Vägar genom texten* (Hellspong och Ledin, 1997), *Att analysera text* (Melin och Lange, 2000), *Stil, stilistik och stilanalys* (Cassirer, 2003) samt *A textbook of translation* (Newmark, 1988).

Därefter gjorde jag en grovöversättning av källtexten där jag noterade termer och uttryck som jag inte direkt kunde hitta lösningar på. Eftersom NH (PNH om man syftar på Parellis metod) är en relativt ny företeelse i Sverige, och det inte finns så mycket litteratur att tillgå använde jag mig ganska mycket av internet; såväl amerikanska sidor som svenska. Parallellitteraturen var till stor hjälp när det gällde att hitta lösningar på knepiga termer och uttryck.

Slutligen bearbetade jag texten, ändrade till idiomatisk svenska där det behövdes och löste alla svårigheter.

## 2. Presentation av källtext och författare

Texten jag har valt för analys och översättning är boken *Natural Horse-Man-Ship* av Pat Parelli.

*Natural Horse-Man-ship* kom först ut i USA 1993 och har sedan dess

tryckts om 22 gånger. Den anses av många vara den bästa boken som har skrivits i ämnet. Min version är från den 22:a tryckningen, utgiven 2004.

Boken är på 223 sidor och är uppdelad i förord och tre avsnitt. Varje avsnitt är uppdelat i sex delavsnitt enligt det som författaren kallar de sex nyckelorden (attityd, kunskap, utrustning, metoder, tid och fantasi). Avsnitt I (s. 12-56) är en översikt av författarens metod; avsnitt II (s. 58-122) behandlar metoder för markarbete och avsnitt III (s. 126-223), slutligen, behandlar PNH vid ridning.

Jag har valt att översätta inledningen, som omfattar fyra sidor, där författaren förklarar sin filosofi, samt attityd- och kunskapsavsnitten (s. 12-45), i avsnitt I. Källtexten omfattar alltså totalt 38 sidor.

Parelli är en före detta rodeoryttare som på åttiotalet sadlade om till hästränare och föreläsare. Han använder sig av NH-metoden, som innebär ett naturligt synsätt på hästen. Författaren har inte själv kommit på metoden, men han har utarbetat en egen version som han har kommit fram till efter att han inspirerats av andra experter inom området, bland andra Tom Dorrence och Ray Hunt ([www.parelli.com](http://www.parelli.com)).

Parelli är mycket välkänd i branschen och hans metod, PNH, har blivit en ren industri. Hans företag har lokala grenar över hela världen, även i Sverige. Det finns relativt många utövare av NH i Sverige och många är inspirerade av Pat Parelli och använder hans metod.

Ingen övrig litteratur av författaren har utkommit i Sverige och ingen av hans fyra böcker har översatts till svenska. Däremot medverkar han i en del litteratur. I den nyutkomna boken *Lär känna din häst – träning från marken* av Bayley, som tar upp olika naturliga sätt att träna hästen från marken, behandlas Parellis så kallade 'sju lekar' i ett avsnitt.

Jämför man med mängden hippologisk facklitteratur som getts ut i Sverige, finns det fortfarande ganska lite litteratur som behandlar ämnet NH. Det beror på att det är en relativt ny företeelse som började spridas till allmänheten i mitten av åttiotalet. Ämnet ökar dock stadigt i popularitet och fler och fler böcker publiceras.

Många av böckerna som behandlar ämnet NH har inte blivit översatta till svenska utan finns att köpa på originalspråket från utlandet eller via internet. Det finns dock ett antal svenska tränare som har gett ut böcker, däribland Lisbeth Johnson som, tillsammans med Marie Haglund och Ulf Owende, har skrivit *Boken om horsemanship* och Sven Forsström som bland annat har skrivit *Horsemanship i praktiken*. Båda författarna verkar helt klart ha inspirerats av Pat Parelli. Andra kända namn inom ämnesområdet – alla med egna versioner av NH-metoden – är Tom Dorrence, Ray Hunt, Klaus Ferdinand Hempfling och Monty Robert. De båda sistnämndas böcker finns översatta till svenska.

### 3. Källtextanalys

Under punkt tre analyseras källtexten. Källtextanalysen omfattar bestämning av texttyp och funktion, kontexten, den textuella dimensionen samt den interpersonella dimensionen.

#### 3.1 Bestämning av texttyp

När man översätter är det viktigt att först tänka över källtextens texttyp och funktion – detta för att man sedan ska kunna bestämma vilken eller vilka översättningsmetoder man ska använda sig av.

Melin och Lange (2000:23) använder sig av en så kallad P-matris där kunskapen om läsare och författare förs in för att man på så sätt ska kunna få en bättre översikt över texten och dess syfte. För att man lättare ska kunna jämföra olika texters matriser är antalet kategorier, som man kan välja mellan begränsade.

#### P-matris för *Natural Horse-Man-Ship*

Skribentroll	Skribentsyften	Läsarroll	Läsarsyfte	Medium
Expert	Informativt, direktivt	Intresserad allmänhet	Frivillighet, kunskapssökning/ användning	DTP

Använder man de egna kunskaperna när man skriver en facktext räknas man som expert (Melin och Lange, 2000:23). Detta stämmer in på Parelli eftersom han arbetar både som föreläsare och hästränare och därför använder sig av egna erfarenheter och kunskaper när han skriver. Enligt Melin och Langes metod blir alltså skribentrollen expert.

En skribent använder sig huvudsakligen av något eller några av följande fyra normalsyften (2000:23-24):

1. Det informativa syftet: ”Så här förhåller det sig.”
2. Det direktiva syftet: ”Gör detta/tro på detta!”
3. Det explikativa syftet: Förklarar, förtydligar eller utreder.
4. Det expressiva syftet: ”Så här känner jag det.”

Parelli verkar ha många syften med sin text – det är alltså svårt att ange endast ett syfte. Detta stämmer in på de flesta texter, då de vanligtvis inte har ett enstaka syfte, utan tvärtom flera.

Författaren använder sig av det informativa syftet när han vill informera människor om sin filosofi: ”What I plan to offer you in the pages of this book is a philosophy I call Natural Horse-Man-Ship”(kt 19:5). Vidare använder han det direktiva syftet när han argumenterar för att man ska leva och handla enligt filosofin: ”Learning to communicate with your horse is vital if the two of you are to be on the same track as partners” (kt 19:11). Dessutom vill han förklara och förtydliga. Då använder han det explikativa syftet: ”Natural Horse-Man-

Ship is an attitude for people who are positive and progressive, and who believe in the natural point of view of the horse” (kt 25:35). Slutligen använder han det expressiva syftet när han uttrycker känslor för sin filosofi: ”Natural horsemanship has been around a long time. It is not something I invented, but it is something I'm excited about” (kt 19:7). Även om källtexten alltså uppvisar en rad olika syften bedömer jag ändå att den har två huvudsyften: det direktiva och det explikativa.

Enligt Melin och Lange används imperativer eller liktydiga omskrivningar för att tala om vad vi ska göra eller tro på, och argumenterande direktiver för att tala om vad vi ska tro på (2000:29). Att texten är direktiv grundar jag bland annat på de många imperativformerna som författaren använder sig av: ”Learn to act like a partner, not like a predator” (kt 35:32). Sanningsmodaliserande verb och adverb använder en författare om hon eller han själv uppfattar påståendet som kontroversiellt. Exemplet ”You have to have a natural attitude” (kt 25:33) kan alltså tolkas som att Parelli vet att det inte är så vanligt att vi människor har en 'naturlig' attityd.

Att texten är explikativ grundar jag på de många förklaringar och förtydligande exempel som författaren använder sig av:

”People who think like people (and not like horses) think that when a horse is following his instincts, he is being naughty. We need to understand that a horse is programmed by nature to act like a prey animal” (kt 31:36).

Läsarrollen är en intresserad allmänhet och läsårsyftet frivillighet samt kunskapsökning/användning. Enligt Melin och Lange ska P-matrisens kolumn läsårsyfte innehålla två värden. Men jag anser att både kunskapsökning och användning passar in på texten, eftersom man kan använda boken både för att öka sina kunskaper om ämnet, och som en manual/instruktion. Detta eftersom den innehåller metoder som man kan användas i umgänget med hästen. Den trycktekniska kvaliteten, eller textens medium, slutligen, är DTP (desktop publishing). Boken har mjuka pärmar och är illustrerad med svartvita fotografier.

Ingo använder sig av Bühlers system som består av i huvudsak tre språkfunktioner, nämligen: den informativa, den expressiva och den imperativa. Den informativa funktionen förmedlar kunskaper, uppgifter, data eller information. I informativa texter är det informationen i sig som är det viktiga och tonen är objektiv och neutral. Den expressiva funktionen, vidare, förmedlar, förutom kunskap och information, dessutom författarens känslor på ett subjektivt sätt. Den imperativa funktionen, slutligen, riktar sig främst till textens mottagare och förmedlar handlingsmönster och beteendemodeller.

Källtexten har en expressiv funktion, den är nämligen subjektiv samtidigt som den förmedlar kunskap och information. Den har dessutom en imperativ funktion, den förmedlar handlingsmönster och beteendemodeller. Förutom de tre grundfunktionerna för texter finns det, enligt Ingo, dessutom tre sekundärfunktioner, nämligen fatisk, estetisk och metalingvistisk. Konstlitteratur samt ordspråk ordlekar och alliterationer är exempel på texter med estetisk



funktion. Detta stämmer väl in på källtexten som uppvisar ett stort antal ordlekar, ordspråk och alliterationer – den har alltså en estetisk sekundärfunktion (Ingo, 1991:159-161).

Även Newmark delar in texter enligt Bühlers system. Enligt Newmark kännetecknas den expressiva texten av att författaren använder texten som ett sätt att uttrycka vad hon eller han känner. ”These are texts of any nature which derive their authority from the high status or the reliability and linguistic competence of their authors” (1988:39). Eftersom författaren är en av banbrytarna inom sitt fält och anses vara en auktoritet med unika kunskaper och ett unikt sätt att förmedla dessa kunskaper, bedömer jag att källtexten har en expressiv funktion. Enligt Newmark ska det som är utmärkande för en expressiv text, exempelvis språkliga nybildningar och författarens personliga stil, inte normaliseras när man översätter.

Den informativa texten, som informerar och ger fakta, kan behandla vilket ämne som helst. Formatet är oftast tidningsartikel eller lärobok och språkstilen sträcker sig från formell, med passivformer och avsaknad av metaforer, till populärjournalistisk med korta meningar och underfundiga metaforer (1988:40-41). Även här passar källtexten in eftersom den även är en informativ text där budskapet är viktigast. Det är helt enkelt en lärobok, där författaren använder sig av ett rikligt bildspråk och skapar egna ord, uttryck och metaforer, allt för att läsaren bättre ska förstå.

Den imperativa texttypen riktar sig till läsarna. De ska agera, tänka, känna och reagera som texten avser (1988:41). Texter som vill övertala läsaren, texter som vill sälja något och texter som vill underhålla läsaren är imperativa. Förhållandet mellan läsaren och författaren är det viktigaste hos imperativa texter. Detta förhållande visar sig i hur författaren tilltalar läsaren, dvs. om hon eller han använder sig av personligt tilltal, eller skapar avstånd genom att vara formell. Eller om hon eller han använder infinitiver eller imperativformer.

Källtexten passar in i den imperativa texttypen eftersom Parelli vill övertala läsaren. Förhållandet mellan läsare och författare är informellt eftersom han i huvudsak använder personliga pronomen – det skapar en nära relation dem emellan. Däremot använder han mycket imperativformer som ger texten en assymetrisk maktrelation där läsaren är i klart underläge.

Slutsatsen blir alltså att källtextens texttyp enligt Melin och Langes metod är informativ och direktiv. Och enligt Bühlers metod, expressiv, imperativ och informativ.

## **3.2 Kontext**

Kontexten är det sammanhang som en text verkar i. Det finns tre slags kontext: situationskontext, intertextuell kontext och kulturell kontext (Hellspong och Ledin, 1997:49).

### ***3.2.1 Situationskontext och bestämning av källtextens målgrupp***

Situationskontexten delas upp i verksamhet, deltagare och kommunikationssätt

(Hellspong och Ledin, 1997:49).

Verksamheten är hästhantering, eller närmare bestämt ett specifikt sätt att hantera hästar som kallas NH. Boken skrevs 1993 – troligtvis som ett svar på det starkt ökade intresset för den här typen av metod och det nya förhållningssätt till hästhantering som den medför – och kom först ut i USA. I Sverige kan den i stort sett bara köpas på internet. Diskursen är lärobok och deltagarna i kommunikationsprocessen är den hästintresserade allmänheten – som här i Sverige omfattar ganska många eftersom ridsporten är en av våra största sporter. Eftersom författarens idéer kan tillämpas även på relationer mellan människor, kan texten kanske vara av intresse även för icke hästintresserade. Men jag anser trots det att deltagarna bildar en sluten grupp. Jag har nämligen svårt att tro att boken skulle nå andra än hästintresserade.

Sändaren innehar en särställning inom ämnesområdet och deltagarnas relationer till varandra är assymetriska. Det är författaren som har makten i egenskap av expert och som säger vad mottagarna ska göra och på vilket sätt.

Syftet med källtexten är att lära ut en metod som kallas PNH. Författaren använder sig av relativt mycket facktermer, något som markerar gruppidentitet.

Boken tillägnas alla som är intresserade av det PNH, enligt författaren, har att erbjuda både häst och människa:

”This book is dedicated to all those seeking to experience what the world of Natural Horse-Man-Ship has to offer the horse and the human. To those who want fun, excellence, truth, and results in their equine partnerships. To those who love the feeling you get from the Natural approach to teaching and learning versus the Normal approach. And to the horse” (kt. försättsblad).

Boken riktar sig alltså till alla som är intresserade av PNH, men i störst utsträckning kanske till hästägare. Det är helt enkelt lättare att tillämpa metoderna och filosofin vid daglig kontakt med hästen. Därmed inte sagt att inte hobbyryttarna kan ha behållning av den – hur hästen fungerar och tänker är ett eftersatt ämne inom ridsporten.

Dessutom riktar sig boken både till män och kvinnor i alla åldrar. Det är dock värt att notera att majoriteten av dem som håller på med hästar, i alla fall här i Sverige, är kvinnor.

Någon specifik kulturkompetens behövs inte eftersom jag bedömer att texten inte riktar sig speciellt till den amerikanska publiken. Parellis metod är universell och riktar sig till alla som håller på med hästar, oavsett inriktning.

Min slutsats blir alltså att det enda som krävs för att kunna ta till sig textens budskap är grundkunskap om hästar samt ett stort intresse. Målgruppen blir därför hästintresserade människor, kanske främst hästägare, som besitter grundläggande kunskap om hur hästen fungerar.

### ***3.2.2 Intertextuell kontext***

Den intertextuella kontexten är textens samband med andra texter. Den intertextuella kontexten delas upp i vertikal intertextualitet, som innebär att

texten är en del av en tradition, och i horisontell intertextualitet, som innebär att den har ”förbindelser med texter från andra genrer och andra verksamheter” (Hellspong och Ledin, 1997:57).

Textens vertikala intertextualitet består bland annat av en hänvisning till Xenofons verk *Om hästar och ridning*. Det innebär att den vilar på en stark genretradition som går långt tillbaka i tiden. Boken liknar dock inte någon annan hippologisk fackbok som jag har läst. Texten är mycket retorisk och engagerande, författaren använder sig av en informell talspråklig stil. Hans attityd är didaktisk, emotiv, humoristisk och subjektiv. Han är närvarande i texten och därmed personlig. Texten uppvisar med andra ord drag som inte brukar finnas i hippologisk facklitteratur. Den hippologiska facklitteraturen brukar istället vara både saklig och opersonlig, utan märkbar författarnärvaro. Att texten vilar på en stark genretradition stämmer alltså både in på, och inte in på, källtexten.

Den horisontella intertextualiteten visar sig på så sätt att författaren på en del ställen i texten gör allusioner och anspelar på andra texter och genrer. Enligt Hellspong och Ledin är det ett tecken på horisontell intertextualitet (1997:57). Ett exempel på detta är att han modifierar välkända uttryck: ”If we'll be more objective in our analysis of a horse's aptitudes, there might be a gem in the rough waiting to be discovered” (kt 71:7), som anspelar på uttrycket 'A diamond in the rough'.

### **3.2.3 Kulturkontext**

Den kulturella kontexten är de kulturella förutsättningarna för texten i sitt samhälle. Även om texten vilar på westernridningstraditionen så är den universell. Westernridningen i Sverige är så gott som identisk med den amerikanska. Man använder i stort sett samma vokabulär och utrustning och tävlar i samma grenar. Texten behandlar hur man ska handskas och förhålla sig till hästen och blandar inte in olika kulturer.

## **3.3 Den textuella dimensionen**

Textens struktur, det vill säga hur den är uppbyggd formellt, består av tre olika nivåer: lexikogrammatik, eller ord och meningar, textbindning, eller bindningen mellan satser och meningar, och slutligen komposition, dvs. sambanden mellan stycken och meningar (Hellspong och Ledin, 1997:65).

I lexikogrammatiken ingår både de lexikala frågorna – som rör enskilda ord, lexikonet och ordförrådet – och de som har med syntaxen att göra, det vill säga hur orden bildar fraser, satser och meningar (1997:67).

### **3.3.1 Lexikogrammatik**

Källtextens läsbarhetsindex är 33, vilket är samma värde som för skönlitteratur. Värdet 33 indikerar dessutom att texten är lättläst (Melin och Lange, 2000:166). Texten består av 14 380 ord och 976 meningar. Meningslängden är övervägande kort. Den genomsnittliga meningslängden är 15 ord och andelen långa ord 18

procent, vilket är en låg siffra för facktext. Enligt Hellspong och Ledin ligger medelvärdet för bruksprosa på knappt 30 procent långa ord (1997:71)

Enligt Hellspong och Ledin kan det vara en nackdel att använda korta meningar eftersom: "...det kan hota sammanhanget så att varje påstående får något lösryckt över sig" (1997:76-77). Detta stämmer till viss del in på källtexten men författaren kompenserar ändå detta stildrag genom att binda texten retoriskt. Meningarna är alltså överlag korta men texten rytmisk på så sätt att meningslängden varierar, vilket bidrar till läsbarheten. Enligt Cassirer bidrar rytmiska faktorer till att man lättare minns ord och fraser (Cassirer, 2003:57). Följande utdrag ur källtexten är ett av många exempel på när författaren använder sig av rytm:

"Contrary to popular belief, collection is not achieved when a horse tucks his nose in and down [17 ord]. That's only vertical flexion [4 ord]. True collection is when respect, impulsion, and flexion are naturally combined [11 ord]. Respect is mental collection [4 ord]. Impulsion is emotional collection, and flexion is physical collection [9 ord]" (kt 45:26).

Jag har räknat meningslängden i den första halvan av den del av texten jag har översatt. Meningslängden varierade mellan tre ord och 98 ord:

"Communication is mutual" (kt 25:7),

"In a normal situation, it takes less than 4 ounces of effort to make a horse go forward (since going forward is natural and easy for a horse), up to 400 pounds to stop (especially if it takes a strong pull to make the horse stop), 4 pounds to turn to the left, and 40 pounds to turn to the right (since most horse are stiff to the right), 4 pounds to rear in the air, and up to 4,000 pounds to get him to lie down (one of the hardest things to get a horse to do)" (kt 45:7).

Meningen på 98 ord utgör dock ett undantag i texten då de näst längsta meningarna har cirka 50 ord.

Melin och Langes så kallade viktprincip innebär att det finita verbet är meningens fasta punkt och att en normal mening har fler ord till höger än till vänster om den fasta punkten (2000:70). Fundamentet, det som kommer före det finita verbet, är meningens förstaposition (Hellspong och Ledin, 1997:77). Vänstertunga meningar har de flesta orden i fundamentet, vilket gör texten tung och svårläst. Byråkratiska texter brukar ha många vänstertunga meningar. Högertunga meningar däremot har de flesta orden efter det finita verbet och det gör texten lättläst.

Jag har analyserat 69 meningar i källtexten i avsnittet *Knowledge*. Anledningen till att jag valde ett avsnitt lite längre fram i texten är att den första delen består av mycket uppräknningar och mest ger grundläggande information.

Källtextens genomsnittliga fundamentlängd är 3,2 – vilket ligger mellan sport, som har 3,0, och kultur, som har 3,4 (Melin och Lange, 2000:169). Fundamentlängden varierar med mellan 1 och 12 ord. I 22 av de 69 analyserade meningarna består fundamentet av endast ett ord. 64 av meningarna är högertunga, 4 är vänstertunga och en har jämvikt. Det stämmer väl överens med

textens läsbarhet över lag – den är relativt lättläst.

Slutsatsen blir alltså att källtexten syntaktiskt sett är relativt lätt. Den korta meningslängden, och att meningarna dessutom överlag är högertunga, bidrar till detta.

### **3.3.2 Textbindning**

Textbindning kan definieras som: ”hur textens satser och meningar samspelar med varandra” (Hellspong och Ledin, 1997:80). En text består inte av lösryckta ord och meningar utan bildar en enhet. Den är sammanhängande, det vill säga koherent. Texter hålls framför allt samman genom tematisk koherens – de har ett övergripande tema. De språkliga signalerna för sammanhanget brukar kallas kohesion (1997:35).

Hellspong och Ledin skiljer mellan fyra olika typer av textbindning: referensbindning, tematisk bindning, konnektivbindning och retorisk bindning. När textens referenter, företeelser som orden pekar ut, återkommer och på så sätt binder ihop texten kallas det för referensbindning. Referenterna bildar i sin tur ledfamiljer.

Tematisk bindning är att texten följer tema-remaprintipen. Det betyder att temat, den kända informationen, utgör meningens utgångspunkt, fundamentet. Remat, den nya informationen som för texten framåt, kommer sist i meningen (1997:85).

Med konnektivbindning menas att texten hänger ihop med hjälp av språkliga markörer för meningars logiska samband. Det finns fyra huvudsakliga slags konnektivbindning: additiv, och-relationer, temporal, då-relationer, adversativ, men-relationer och kausal, därför-relationer.

Den retoriska bindningen slutligen, innebär att man med hjälp av upprepning av vissa element skapar en särskild effekt (1997:94).

Källtexten visar prov på många retoriska stilgrepp, det förekommer rytmgrepp med omväxlande korta och långa meningar, meningsfragment och fonetiska, lexikala och syntaktiska grepp. Jag har därför valt att undersöka textens retoriska bindning närmare.

#### **3.3.2.1 Den retoriska textbindningen**

Retorik har traditionellt använts för att övertyga, övertala och förstärka. Retoriska stilgrepp skapar en igenkänningseffekt samtidigt som de har en estetisk funktion.

Stilfigurer är ett sammanfattande begrepp som innefattar begreppen troper och figurer. Troper, exempelvis metaforer och ironi, är ”ett uttryck, ett ord eller en ordkombination där betydelsen förändras i förhållande till ett hypotetiskt, okonstlat normalspråk” (Cassirer, 2003:202). En figur, exempelvis alliteration och anafor, är ”en avvikelse från den normala sammanställningen av orden” (2003:202).

För att en språkföreteelse ska få kallas stilfigur måste den dock vara medveten. Den får alltså inte vara slumpmässig, utan författaren eller talaren ska

vilja uppnå en särskild effekt med figuren. Effekten kan dels vara att läsaren ska känna igen sig, och dels att hon eller han ska bli överraskad. De olika volymökande dragen, exempelvis anafor och variation, ger en igenkänningseffekt, medan liknelser och ironi överraskar läsaren.

Enligt Cassirer har stilfigurerna tre huvudsakliga uppgifter:

- **Docere:** ska informera och göra texten tydligare och mer lättförståelig. Här hittar vi exempelvis liknelser och förklaringar.
- **Delectare:** ska inge lust. Här hittar vi exempelvis ironi.
- **movere:** ska inspirera, rycka med och påverka läsaren. Det uppnår man med hjälp av exempelvis retoriska frågor och stegring.

Man kan dessutom dela in stilfigurerna enligt det sätt de avviker från normalt språkbruk:

- **Tillägg** (adiectio). Allt utöver den rena informationen i en genre räknas som tillägg. Exempel på detta är upprepning av ord, stavelser och överflödiga ord, så kallad tautologi.
- **Fråndrag** (detractio). Asyndes, det vill säga att sammanbindande konjunktion saknas, och ellips, det vill säga sats- eller ordförkortning, är exempel på fråndrag.
- **Byte** (immutatio) Betecknar avvikelser inom ordvalet. Hit hör alla troper.
- **Omställning** (transmutatio) ”...betecknar avvikelser från alla normala dispositionsregler, från enskilda ords till större textavsnitts placering” (2003:203-206).

Nedan följer förklaringar av de stilfigurer som förekommer i källtexten samt exempel ur densamma. Jag har hämtat definitionerna från *Stil, stilistik och stilanalys* (Cassirer, 2003:207-217) och *Att analysera text* (Melin och Lange, 2000:78-80). Se appendix 1 för fler exempel på stilfigurer som förekommer i källtexten.

**Alliteration:** samma konsonant + vokal eller konsonantförbindelse i början av betonade ord i samma sammanhang upprepas.

”They do so for the six Fs: Fear, Frustration, Feeling like a Failure, lack of Fun, and lack of Funds” (kt 23:16).

”De slutar av sex anledningar: rädsla, frustration, de känner sig misslyckade, de har inte roligt och de har inte råd” (öt 24:16).

**Allusion:** En allusion är en anspelning på händelser, personer och kända retoriska och litterära formuleringar.

”Heart and desire” (kt 25:10).

”Entusiasm och vilja”(öt 26:10).

Anspelar på uttrycket ”Heart's desire.”

**Anafor:** Upprepning. Om samma inledningsord upprepas i några efter varandra följande satser är det fråga om anafor. Anafor är ett volymökande drag.

”You have to be mentally, emotionally, and physically fit so you can be just at all times. You need to have your act together. You have to become collected in the human sense” (kt 37:21).

”Du måste vara mentalt, känslomässigt och fysiskt i form så att du alltid kan vara rättvis. Du måste vara skärpt. Du måste vara samlad” (öt 38:18).

**Assonans:** Ljudlikheter inne i ord.

”Humans smell like what they eat, which is meat” (kt 33:13).

”Människor luktar kött eftersom de är köttätare” (öt 34:12).

**Asyndes:** Den sammanbindande konjunktionen saknas.

”The attitude of a Natural Horse-Man is that the principles are more important than the purpose – that adjusting to fit the situation is more important than rules” (kt 29:34).

”En naturlig hästmänniska har attityden att principerna är viktigare än syftet – att anpassa sig till situationen viktigare än reglerna” (öt 30:31).

**Ellips:** Ord eller sats förkortas.

”Ask, tell, or promise” (kt 43:37).

”Be, uppmana eller lova” (öt 38:18).

**Epifor:** Flera satser eller meningar avslutas med samma ord.

”Punishment and reward is something you do after the fact. Positive and negative reinforcement is something that happens at the fact” (kt 79:14).

”Straff och belöning utdelar man efter att något inträffat. Positiv och negativ förstärkning ger man när något inträffar” (öt 80:14).

**Hopning:** Upprepning av minst tre ord, uttryck, ordpar, synonymer eller ord som är betydelsebesläktade. Hopning är ett volymökande drag.

”So normal not world wide or universal. It changes, not only from month to month and season to season, but from location to location” (kt 19:37).

”Normalt alltså, inte allmängiltigt och globalt. Det ändras inte bara från månad till månad och årstid till årstid, utan också från plats till plats” (öt 20:36).

**Kiasm:** Korsvis ställning.

”If the horse is supposed to be recreation for you, can you be recreation for your horse?” (kt 79:11).

”Om hästen är din hobby, kan du vara hästens?” (öt 80:11).

**Liknelse:** Bildligt uttryck med jämförelseledet utsatt. ”Jämförelse i förklarande syfte ofta i form av en liten berättelse e.d.” (NE)

”Think about principle as being the horse, and that must come first. Purpose is the cart, and time is the driver. Now, we've come back full circle. We're talking about principles again, and now we have to go through each one of these principles and add in purpose so the horse knows the meaning” (kt 41:2).

”Tänk dig att principerna är hästen – det viktigaste som kommer först. Syftet är vagnen och tiden är kusken. Nu är cirkeln slut. Det handlar om principer igen och vi ska nu gå igenom var och en av principerna och lägga till syftet så att hästen förstår meningen” (öt 42:2).

**Parabel:** En parabel är en kortare berättelse som ska fungera som exempel eller illustration av något.

”A good example of a horse trying to communicate with the human is when a rider kicks his horse to go, then pulls him to stop, and the horse opens his mouth. Instead of listening to the horse who is trying to say, ”Your hands are too heavy and you're not communicating down to my feet,” the rider ties the horse's mouth shut with a cavesson and says, ”Shut up and do what you're told” (kt 36:14).

”Ett bra exempel på en häst som försöker kommunicera med en människa är när ryttaren skänklar på hästen för att sätta igång den och sen drar i tyglarna för att få den att sakta av varpå hästen svarar genom att gapa. Istället för att lyssna på hästen som försöker säga: ”Du är för hård i handen och du kommunicerar inte ner till mina ben,” sätter ryttaren på en nosgrimma och spänner åt: ”Vad gapar du om? Gör som jag säger!” (öt 37:12).

**Metafor:** Ett ord används som bildled för ett annat ord.

”Put your heart in your hand; rub him with your heart” (kt 46:37).

”Lägg ditt hjärta i handen och smek sedan hästen med hjärtat” (öt 47:39).

**Ordlek:** Utnyttjar mångtydighet och motsättningar mellan exempelvis uttal och stavning.

”The word "assume" is made up of three little words: Ass, U, and Me” (kt 34:29)

**Retorisk fråga:** Frågeformulerat påstående som aktiverar lyssnaren.

”What does this mean in relationship to horses? If you look where you're going, your horse will take you where you want to go” (kt 74:27).

”Vad betyder det här i relation till hästar? Om du tittar dit du ska kommer hästen att ta dig dit du vill” (öt 75:27).

**Stegring:** Ökning av intensitetsgrad, ett volymökande drag.

”A progressive person is a person receptive to new concepts and techniques. This is a person who wants to key into the big picture, not just the details” (kt 22:23).

”En progressiv person är en person som är mottaglig för nya idéer och tillvägagångssätt. En person som vill se helheten och inte bara detaljerna” (öt 23:20).



**Variation:** Ungefär samma sak sägs med olika ord eller uttryck.

”As a prey animal, the horse is perceptive to danger, people, places, changes, and things particularly dangerous people, places, changes, and things” (kt 34:8).

”Hästar är bytesdjur och därför bra på att upptäcka hot, människor, platser, förändringar och saker, i synnerhet farliga människor, platser, förändringar och saker” (öt 35:7).

Textens retoriska bindning är alltså stark. Genom att använda sig av retoriska stilgrepp verkar Parelli vilja påverka sina läsare, få dem att hänga med och samtidigt ändra sina attityder. Han vill helt enkelt omvända läsarna och det försöker han uppnå genom att hamra in sitt budskap på ett övertalande repetitivt sätt. Man ska inte ha tid att tänka efter utan istället ta till sig författarens budskap ”automatiskt”.

### **3.4 Den interpersonella dimensionen**

Med den interpersonella strukturen menas hur texten kommunicerar med sin läsare och vilken relation den bygger upp. De tre viktigaste delarna i den interpersonella strukturen är språkhandlingar, attityder och ramar (Hellspong och Ledin, 1997:158).

#### **3.4.1 Språkhandlingar och attityder**

Vi utför språkhandlingar när vi på olika sätt använder oss av språket (Hellspong och Ledin, 1997:161). Parelli slår an tonen direkt genom att redan i den första meningen ge läsaren en uppmaning: ”Don't think you have to only train your horse” (kt 20:2). Den tonen kommer sedan igen i texten ett flertal gånger. ”Don't pick your poison!” (kt 68:21). Här använder sig författaren av en uppmaningssats och vill på så sätt få läsaren att handla. Författaren använder alltså återigen språket för att på olika sätt påverka läsaren.

Attityder är hur ”man tänker eller tycker och känner i olika frågor” (Hellspong och Ledin, 1997:169). En attityd kan yttra sig i form av värderingar, den som talar tycker någonting är bra eller dåligt och förutsätter att mottagaren ska hålla med. Följande exempel ur källtexten visar författarens attityd till vissa företeelser.

”Instead of excellence with horses, mediocrity is what most people get and don't even know it. For example, someone who goes to the show, wins the blue ribbon yet has difficulty loading his horse into the trailer to go home is a perfect example of a person accepting mediocrity as a good result” (kt 28:33).

”For example, if, when riding, you become assertive and try to get your horse to do something, he thinks the predator that has been sleeping on his back all of a sudden has come alive” (kt 46:1).

”When the horse starts acting like a prey animal, the human shouldn't act like a predator by pulling back on the reins and squeezing him in the belly at

the same time” (kt 74:5).

”Most humans, when they ride horses, turn them at every corner of the arena they come to, as though the horse would run into the fence. If there were a jump or log on the ground, the human almost invariably looks down at it and picks up on the reins as if to say to the horse, ”You’re a dumb horse, let me look at it for you” (kt 78:14).

”I’m not saying just turn him loose and hope everything comes out” (kt 77:19).

Som nämnts ovan, visar exemplen författarens attityd, men de är dessutom så kallade negativa språkhandlingar, eftersom mottagaren kan känna sig påhoppad eller förlöjligad. ”En negativ språkhandling inkräktar på motpartens handlingsfrihet och kanske sårar och kränker honom. Ofta medför den dessutom distans till den andra” (Hellspong och Ledin, 1997: 165).

### 3.4.2 *Ramar*

Alla texter har ett syfte och de skapar sig en inre miljö som passar det syftet. Denna miljö utgör textens ram (1997:172). En viktig del i hur vi uppfattar ramen är bland annat hur texten tilltalar mottagaren.

Perspektivmarkörer signalerar författarens inställning. ”Have to” och ”should” är exempel på stilmärkörer som ofta återkommer i källtexten. ”You have to allow, and not let” (kt 38:30). ”You should first get a horse’s respect while on the ground” (kt 54:37). Parelli tilltalar dessutom läsaren så gott som genomgående med ”du” och även sändarmärkörerna ”I” och ”we” används flitigt.

”What I offer you in this book is the foundation for that partnership – Natural Horse-Man-Ship. On the pages of this book, I’ll explain the 103 ingredients in the hopes that you and I will become better horsemen” (kt 30:3).

Att använda sig av personliga pronomen på detta sätt ger ett så kallat inifrånperspektiv. Författaren använder sig av sina egna kunskaper och sin egen situation och signalerar dessutom sin närvaro (1997:138). Han inkluderar alltså läsaren och får henne eller honom att känna att de, tillsammans med författaren, är på väg mot ett gemensamt mål.

Förekomsten av personliga pronomen är som framkommer av tabellen hög. Detta stämmer väl överens med hur texten uppfattas – läsartilltalet är personligt och stilen informell.

Personliga pronomen källtext:

I	89
me	11
You	310
He	181
him	56

She	4
her	1
We	56
Us	8
They	78
them	31

Källtextens inre miljö är anpassad efter syftet – som är att få ut budskapet och påverka läsaren till att använda PNH-metoden. Genom att använda personligt läsartilltal får författaren bättre fram sitt budskap, eftersom det leder till att läsaren blir mer välvilligt inställd.

## 4 Förutsättningar för översättningen

Under punkt fyra diskuteras översättningens målgrupp samt vilka översättningsmetoder som har använts.

### 4.1 Översättningens målgrupp

Eftersom merparten av dem som håller på med NH i Sverige även sysslar med westernridning, eller åtminstone kommer i kontakt med westernridning, har jag bedömt att kulturkontexten inte kommer att påverka hur väl läsarna förstår texten. Min översättning riktar sig därför till samma målgrupp som texten från början är avsedd för.

### 4.2 Översättningsmetod

Enligt Ingo leder språkens olika struktur ofta till att källtextförfattarens och översättarens textstrategier inte kan vara helt identiska. Men det är dock översättarens skyldighet att så långt som det är möjligt anpassa sig till den ursprungliga textstrategin. Bara när de olika språkens struktur skiljer sig åt har man rätt att välja en annan strategi än den källtextförfattaren har valt. Det är alltså bara när texten skulle bli semantiskt eller pragmatiskt oklar som man kan avvika från källtextförfattarens intentioner med texten (1991:221). Detta har jag försökt att ta fasta på i min översättning. Jag har haft som intention att källtextförfattarens stil ska bibehållas så långt jag såg det möjligt.

Ingo använder sig även av Savorys begrepp pseudoöversättning (1991:55). Det betecknar den metod som man använder när man översätter ordlekar och ljudmåleri. Pseudoöversättning använder man alltså när texten uppvisar estetiska funktioner som i sig är viktigare än den informativa funktionen. Även denna strategi har jag använt mig av.

”När språkets yttre form är så här viktig är det bättre att översättaren avstår från ”normal” översättning och istället skapar ett målspråkligt uttryck, som i sin form och estetiska funktion är likvärdig källtextens” (Ingo, 1991 :161).

Enligt Newmark har det huvudsakliga problemet vid översättning alltid varit om

man ska ta texten till läsarna, eller läsarna till texten (1988:44). I *A textbook of translation* (1988) tar han upp översättningsmetoder som i olika grad är målspråksorienterade eller källspråksorienterade. De två huvudsakliga översättningsmetoderna är den semantiska och den kommunikativa. Enligt Newmark är det de enda metoder som uppfyller de två mål man ska ha som översättare, nämligen att producera en korrekt och ekonomisk måltext (1988:47).

Den semantiska översättningsmetoden är källspråksbetonad. Den ska med andra ord bibehålla källtextens estetiska värde och författarens personliga stil. Det är alltså författarens röst som är det viktigaste, det är den som ska återges. I den semantiska översättningen får innehållet ibland stå tillbaka för språkets estetiska funktion. Språket i sig är alltså viktigare än innehållet (1988:46). Den semantiska metoden lämpar sig bäst för expressiva så kallade 'heliga' texter.

Den kommunikativa metoden däremot, lämpar sig bäst för texter med informativt syfte, så kallade 'anonyma' texter. I den kommunikativa översättningen ska källtextens innehåll återges exakt men mottagaren ska lätt kunna ta till sig och förstå innehållet. I den kommunikativa metoden är det alltså mottagaren som står i centrum (1988:47).

I min översättning har jag använt mig av både den semantiska och den kommunikativa översättningsmetoden – den kommunikativa metoden på de ställen i källtexten där det lämpade sig, det vill säga när jag bedömde att betydelsen var det viktigaste. Den semantiska metoden har jag använt där jag bedömde det som nödvändigt, alltså när författarens röst måste komma fram.

Inledningsvis hade jag bestämt mig för att enbart använda den semantiska metoden, eftersom texten enligt Newmarks definition är expressiv – källtextförfattaren är som sagt en auktoritet inom sitt område och har närmast religiös status bland sina anhängare. Dessutom är hans språk unikt och han brukar citeras flitigt. Men efter ett tag insåg jag att det inte skulle fungera att enbart använda denna metod, eftersom det ibland skulle leda till att själva budskapet, meningen med texten, skulle komma i skymundan. Författarens huvudsyfte måste ändå vara att sprida budskapet.

När jag översatte texten med enbart den kommunikativa metoden blev den dock osammanhängande och den kändes dessutom klumpig att läsa, den hängde inte ihop. Jag bestämde mig för att titta närmare på texten och ta reda på varför. Det jag kom fram till var att det var de retoriska stilgreppen som ”gjorde” texten. Med dem blev texten till en enhet som hängde ihop. Utan dem blev texten blek. Att enbart använda Newmarks kommunikativa metod fungerade alltså inte heller.

## 5 Terminologisk undersökning

I den terminologiska undersökningen kommer jag att undersöka hur pass mycket termer källtextförfattaren använder sig av. Jag har huvudsakligen använt mig av *Från babels torn till kunskapens frukt* (Laurel och Nordman, 1987) samt *Hur mycket fackspråk är fackspråk?* (Ralph, 1980).

## 5.1 Definition av begreppen fackspråk och term

Enligt Ralph är fackspråk: ”...det mycket speciella språkbruk som är typiskt för ett givet ämnesområde och som sticker av mot allt annat språkbruk” (1980:164).

Man kan dela upp språket i facktexter i tre huvudkategorier:

- **Fackord** – är de ord som är klart fackområdesbundna.
- **Plusord** – är de ord som även om de inte kan räknas som helt fackområdesbundna ändå förekommer i stor utsträckning i facktexter som rör ett visst ämnesområde.
- **Allmänord** – övrig allmänspråklig vokabulär.

Enligt Laurel och Nordman är fackspråk det språk som ”specialister inom samma område använder sinsemellan när de talar om detta område” (1987:31-32). En forskare populariserar sitt språk när han ska förklara sina resultat för allmänheten. Han förenklar med andra ord fackspråket och anpassar det efter mottagarnas kunskaper. Det innebär att språket blir mer åt det allmänspråkliga hållet, men har fortfarande vissa fackspråkliga inslag, det vill säga ämnesspecifika termer. Experten använder alltså inte det språkbruk som normalt skulle användas när hon eller han talar om sitt område. När språket populariseras på detta sätt kan man därför inte tala om fackspråk i egentlig mening, även om det innehåller fackspråkliga drag (1987:31-32).

Enligt Laurel och Nordman kan en term ”bestå av en del av ett ord, ett ord eller en grupp av ord” (1987:81). För att ett uttryck ska räknas som en term krävs det dock insikter i fackområdet för att man ska förstå den. Termen ska stå för ett begrepp, den ska ha en ett-till-ett-motsvarighet. Man ska alltså inte kunna använda den för fler företeelser än en enda (1987:79-81).

Ytterligare en definition av begreppet är att termer är mer entydiga än allmänt språk. Med andra ord har de alltså en viss fast betydelse inom fackområdet och inte flera, en ”konventionaliserad och exakt betydelse” i sitt sammanhang (Ralph, 1980:168).

## 5.2 Plusord i källtexten

Med plusord menas de termer i källtexten som inte är direkt fackområdesbundna men som ändå förekommer ofta i texten och hör till sammanhanget. De begrepp som rör NH, samt i viss mån etologi, läran om djurs beteende, anser jag vara plusord. Se appendix 2.

## 5.3 Slutsats

Enligt Ralph spelar fackspråk:

”...en mycket underordnad roll sett mot bakgrund av språket som helhet. Även i texter som uttryckligen behandlar fackämnen är den lexikaliska

proportion som fackorden representerar synnerligen blygsam”  
(1980:172).

Andelen hippologiska facktermer i källtexten (14380 ord) är 3,2 % (464 förekomster). Det är en normal siffra för facktexter, men dock högre än den Ralph kom fram till i sin undersökning av arkeologiska facktermer. Siffran han kom fram till var 2,5 % facktermer i arkeologiska facktexter med en löpande text på sammanlagt ca 755 000 ord. Att siffran jag kom fram till är högre kan bero på att författaren gärna upprepar ord. En och samma term kan alltså förekomma relativt ofta. Termen flexion, exempelvis, förekommer 31 gånger och termen impulsions 28 gånger.

Språket i källtexten är i viss mån populariserat – författaren riktar sig inte till personer med likvärdig kunskapsnivå, utan till en hästintresserad allmänhet med medelhög förkunskapsnivå. Detta stämmer in på källtexten på så sätt att även om den innehåller fackspråkliga drag, termer, så är det troligtvis i mycket mindre grad än om den hade riktat sig från expert till expert. Författaren har helt enkelt anpassat sig efter vad den vanliga hästmänniskan troligtvis kan. Han använder sig av allmänspråk med fackspråkliga drag – populariserat språk, med andra ord.

## **6. Källtext och översättning**

## **PHILOSOPHY**

THIS IS not a horse-training book; it's a people-training book. Don't think you have to only train your horse. What you've probably got to do is train yourself to be more principled, and, therefore, more effective.

What I plan to offer you in the pages of this book is a philosophy I call Natural Horse-Man-Ship. Natural horsemanship has been around a long time. It is not something I invented, but it is something I'm excited about. As a matter of fact, it's so old, it's new again.

Over 2,000 years ago, one of the first great riding masters was a man named Xenophon. He said that communication is the key to horsemanship. Learning to communicate with your horse is vital if the two of you are to be on the same track as partners. And helping you to learn to communicate with your horse is going to be a large part of this book.

The first person who sat on a horse didn't have anybody to use as an example.

He had to study the horse, the animal's nature, and how it works. I don't know how he did it. Maybe he found a foal whose mother had been killed, and he raised the young horse. Somehow, he got the horse's confidence. Then, he thought about putting his leg over the horse's back, and he got this great feeling. He felt like a horse; he could run faster and jump higher than he could before. That was the dawn of Natural Horse-Man-Ship.

## **NATURAL HORSE-MAN-SHIP - A DEFINITION**

The dynamics of horsemanship can be obtained naturally through communication, understanding, and psychology. This is what I hope to share with you. In contrast is normal horsemanship, which is sometimes obtained through mechanics, fear, and intimidation.

### **Natural Versus Normal**

I should define what is natural and what is normal. Natural is what Mother Nature provides for us and allows us to work with. As far as I'm concerned, a horse is one of Mother Nature's finest creations.

Normal is what everybody does that everybody else is doing when they have half of a mind to. The only reason everybody does what everybody else is doing is because everybody else is doing it. In other words, peer pressure.

But what's normal changes every 60 miles and every 6 months. I've been all over the world, and I've found there's a line every 60 miles where normality changes. What everybody does in one location is different than what everybody does north, south, east or west of them. So normal not world wide or universal. It changes, not only from month to month and season to season, but from location to location.



## **FILOSOFI**

Det här är inte en hästträningsbok, det är en människoträningsbok. Det räcker inte med att träna hästen. Det du förmodligen måste göra är att träna på att bli mer principfast, då blir du mer effektiv.

I den här boken erbjuder jag dig en filosofi som jag kallar Natural Horsemanship (PNH). Natural Horsemanship (NH) har funnits länge. Det är alltså inte något jag själv har kommit på, men det är något jag känner starkt för. Det är en gammal företeelse, men det känns nytt.

För över 2000 år sedan levde Xenofon, en av de första stora ryttarmästarna. Han ansåg att kommunikation är nyckeln till horsemanship. Det är mycket viktigt att du lär dig att kommunicera med din häst för att ni, som samarbetspartners, ska kunna följa samma spår. Att lära dig att kommunicera med din häst, det är det som denna bok till stor del handlar om.

Den första personen som satt på en häst hade ingen förebild. Han var tvungen att själv lära sig om hästen och hur den fungerar. Jag vet inte hur han gjorde. Han kanske hittade ett moderlöst föl som han sedan födde upp. På något sätt fick han hästens förtroende. Sen provade han kanske att sitta upp och fylldes av en underbar känsla. Han kände sig som en häst – han kunde springa fortare och hoppa högre än förut. Det var så NH började.

## **VAD ÄR PNH?**

Dynamiskt horsemanship uppnås på ett naturligt sätt med hjälp av kommunikation, förståelse och hästpsykologi. Det är det jag hoppas kunna dela med mig av. Normalt horsemanship däremot, utövas ibland med hjälp av mekaniska hjälpmedel, rädsla och skrämselemetoder.

### **Naturligt i jämförelse med Normalt**

Vad är naturligt och vad är normalt? Det som moder natur förser oss med och som vi har att arbeta med är naturligt. Enligt min mening är hästen en av moder naturens främsta skapelser.

Normalt är det som alla gör, som alla andra gör utan att tänka efter. Enda anledningen till att alla gör som alla andra är för att alla andra gör det. Vi faller helt enkelt för gruppsycket.

Men det som anses vara normalt ändras var tionde mil och var sjätte månad. Under mina resor runt om i världen har jag lagt märke till att det går en gräns ungefär var tionde mil där det som anses normalt ändras. Det alla gör på en plats skiljer sig från det alla gör norr, söder, öster eller väster om den. Normalt alltså, inte allmängiltigt och globalt. Det ändras inte bara från månad till månad och årstid till årstid, utan också från plats till plats.

Alla känner vi pressen att vara normala. Vi tänker att det måste vara rätt om alla andra gör något. Den här önskan att vara normal lägger locket på vår fantasi.

We go through life being pressured to become normal. If everybody is doing it, we think it must be right. One thing that normal does is put a thick shell on our imaginations.

Normal has synonyms like good, common, average, ordinary, usual, conforming, typical, and mediocre. What we should want to do in Natural Horse-Man-Ship is stay away from normal. Normality is our adversary.

Some synonyms for natural are native, instinctive, inborn, inherent, and intuitive. Have you ever seen somebody who is really natural with horses? When they work with horses, they're not really working with them, they're playing with them and things seem to happen naturally. This type of person usually has what is described as knack.

I would like to be able to help people obtain knack through knowledge and skills. Knowledge is something you can share, and skills are things you can develop. The object of this book is to help you gain natural knowledge about horses and develop your skills naturally.

### **Traditional and Progressive Thinkers**

Just like there are two types of horsemanship, there are two types of thinkers: traditional and progressive. In normal schools, people are taught systematically in traditional teaching methods and it takes forever.

Traditional thinking is what normal people do. However, it's traditional for tradition to change. It has for centuries. In fact, the only constant thing in life is change.

A progressive person is a person receptive to new concepts and techniques. This is a person who wants to key into the big picture, not just the details.

I'm a progressive thinker, and that's what I hope you strive to become. I've learned to isolate, separate, and recombine properly, and I do this with the elements of horsemanship. For example, I take each ingredient of a maneuver individually and work on it, not the whole maneuver at once. This is why bending a horse with one rein, as I do in lateral longeing and flexion exercises, drives people crazy. It doesn't look at all like the big picture they have in their minds of doing a half-halt. If a maneuver has six ingredients in it, I try to get really good on one ingredient at a time. Only later, when I've perfected each ingredient, do I put them all together to form the complete maneuver. That's what isolate, separate, and recombine means.

### **Horse-Human Relationship**

If you are to obtain Natural Horse-Man-Ship through progressive thinking, you must first realize that a horse is not just a horse. He is an attitude with four feet, and he thinks differently than you and I.

Synonymer till normal är riktig, vanlig, genomsnittlig, ordinär, regelrätt, typisk och medioker. När vi sysslar med PNH bör vi vilja hålla oss undan från ”normal”. Vi ska bekämpa det som är normalt.

Synonymer till naturlig är medfödd, äkta, inneboende och naturenlig. Har du någon gång sett någon som verkligen beter sig naturligt med hästar? När de arbetar med hästar arbetar de egentligen inte med dem, de leker med dem och saker och ting verkar falla på plats på ett naturligt sätt. De har det som man brukar kalla för naturlig fallenhet.

Jag skulle vilja hjälpa människor att uppnå naturlig fallenhet genom kunskap och skicklighet. Kunskap kan man dela med sig av och skicklighet kan man utveckla. Syftet med den här boken är att förmedla naturlig kunskap om hästar, och att hjälpa dig att utveckla din skicklighet på ett naturligt sätt.

### **Konservativa och progressiva tänkare**

Det finns två slags horsemanship och det finns två slags tänkare: konservativa och progressiva. I skolan lär man normalt ut på ett systematiskt och traditionsenligt sätt som tar en evighet.

Människor är normalt konservativa, de gillar traditioner. Men det är tradition för traditioner att förändras. Det har de alltid gjort. Det enda som är säkert här i livet är faktiskt att saker och ting förändras.

En progressiv person är en person som är mottaglig för nya idéer och tillvägagångssätt. En person som vill se helheten och inte bara detaljerna. Sådan är jag, och förhoppningsvis strävar även du efter att bli det. Jag har lärt mig att isolera, separera och sedan på lämpligt sätt sätta ihop beståndsdelarna igen, och jag använder mig av den kunskapen när jag jobbar med horsemanship. Jag utför exempelvis inte en rörelse på en gång, utan delar först upp den i olika delmoment som jag sedan arbetar med ett i taget. Om en rörelse exempelvis har sex delmoment försöker jag bli riktigt bra på ett i taget. Först när jag jag kan utföra varje moment perfekt sätter jag ihop dem och utför hela rörelsen. Det är det som menas med att isolera, separera och sätta ihop igen. Det är därför folk blir som tokiga när jag böjer hästen med en tygel, som jag gör vid markarbete och böjningsövningar. Det ser inte alls ut som deras bild av en halvhalt.

### **Relationen mellan häst och människa**

Om du vill uppnå PNH med hjälp av progressivt tänkande, måste du först inse att en häst inte bara är en häst. Den är en attityd på fyra ben som inte tänker på samma sätt som du och jag.

The type of intelligence people have is based on reasoning power. We use logic to figure out things and to get what we want. Horses, however, base their thinking patterns on comfort. Horses want to feel safe and comfortable. Anything that interferes with that can cause fear and anxiety in horses.

Most people are inadequate when it comes to horses because they think like people. My goal is to get people to think like horses.

The best way I know to do that is to play with horses on the ground through lateral longeing techniques. This is a way for you to understand horses and for them to understand you. In this book, I'll explain theories and techniques for exercising your horse on the ground as well as in the saddle.

Why do people get into horses in the first place? I've asked this everywhere I go. Nobody gets forced into liking horses. People get into horses because they have a dream. The dream starts off with them and their horses riding off into the sunset harmoniously. Then they get involved with horses and something happens. Eighty percent of people who get into horses get out in the first year. I estimate that 80 percent of the remaining 20 percent get out in the next 5. They do so for the six Fs: Fear, Frustration, Feeling like a Failure, lack of Fun, and lack of Funds.

These fears are founded on three lies that have been told to all of us when we first got on a horse. 1/ Just saddle a horse and get on. 2/ Kick him to go. 3/ Pull the reins to stop.

I guarantee you that if you just saddle a horse and get on without any prior and proper preparation, you won't get any extraordinary results. If you just kick the horse to make him go, he'll go, but it will be with a terrible taste in his mouth. And if you just pull on the reins to stop, he'll push on the bit and you'll get everything wrong that you've ever wanted. The best you'll ever get is mediocrity.

I have a program that I like to share with people and it comes in 41 words that begin with the letter "P." "Pat Parelli proudly presents his programs and the proclamation that prior and proper preparation prevents P-poor performance particularly if polite and passive persistence is practiced in the proper position. This perspective takes patience, from process to product, from principle to purpose. The promise that Pat plans to prove is that practice does not make perfect, only perfect practice makes perfect, and it is peculiar how prey animals perceive people as predators and not partners."

### **103 Ingredients**

Excellence with horses and a partnership for life is what we all are striving for and rarely get because normal horsemanship gets in the way. I've identified 103 ingredients in Natural Horse-Man-Ship, and these concepts are the basis of this text. I list them in a particular order: 1, 2, 4, 6, 8, and 10. Added together, they equal 31. There are two sets of these numbers (1, 2, 4, 6, 8, 10).  $31 + 31 = 62$ . Add the 41 "Ps" as mentioned above.  $31 + 31 + 41 = 103$ .

Människans intelligens är baserad på vår förmåga att tänka logiskt. Vi använder logik för att komma underfund med saker och få vad vi vill. Hästar däremot baserar sitt tänkande på bekvämlighet. De vill känna sig trygga och väl till mods. Allt som stör den tryggheten kan orsaka rädsla och oro.

De flesta av oss hanterar hästar på ett olämpligt sätt eftersom vi tänker som människor. Mitt mål är att få människor att tänka som hästar och det bästa sättet att göra det, som jag känner till, är genom lekfullt markarbete.

Det är ett sätt för dig att förstå hästar och för dem att förstå dig. I den här boken förklarar jag teorier och metoder som man kan använda sig av både vid markarbete och ridning.

Varför börjar människor egentligen med hästar? Det är något jag ofta har frågat mig. Ingen är tvungen att gilla hästar. Man börjar med hästar för att man har en dröm. Man drömmer om en harmonisk ridtur i solnedgången. Men verkligheten ser annorlunda ut. Åttio procent av dem som börjar slutar inom ett år och jag uppskattar att åttio procent av de kvarvarande tjugo procenten slutar under de nästföljande fem åren. De slutar av sex anledningar: rädsla, frustration, de känner sig misslyckade, de har inte roligt och de har inte råd.

Rädslan grundar sig på tre lögner som vi alla får höra innan vi sätter oss på en häst för första gången. 1/ Det är bara att sadla och sitta upp. 2/ Sparka den så går den framåt. 3/ Dra i tyglarna så stannar den.

Jag försäkrar att du inte kommer att uppnå några vidare resultat om du bara sadlar hästen och sedan sitter upp utan att förbereda den på ett föredömligt och förnuftigt sätt innan. Om du sparkar hästen för att få den att sätta igång så kommer den att göra det, men med en obehaglig eftersmak i munnen. Och om du drar i tyglarna för att sakta av så kommer hästen att lägga sig i handen. Inget kommer att gå din väg, du blir aldrig mer än en medelmåtta.

Jag har ett program på 41 ord som börjar på bokstaven "P" som jag brukar dela med mig av:

"Pat Parelli presenterar stolt sitt positiva program och proklamerar på samma gång att passande planering på förhand ska prioriteras, eftersom det förebygger P-patetisk prestation, särskilt om man praktiserar passande procedurer och passiv påstridighet på ett prima och polerat sätt. Det här perspektivet pockar på tålmod, från process till färdig produkt och från princip till plan. Det som Pat planerar att påpeka är att praktik inte ger prestationsförmåga, bara perfekt praktik ger prestationsförmåga, och det är påfallande ofta som bytesdjur percipierar personer som rovdjur och inte som partners."

### **103 ingredienser**

Vi strävar alla efter ett bra och livslångt samarbete med våra hästar men vi lyckas sällan eftersom normal hästhantering kommer i vägen. Jag har identifierat 103 PNH-ingredienser, som den här texten också grundar sig på. Jag räknar upp dem i ordningen: 1, 2, 4, 6, 8 och tio. Läger man ihop dem blir det 31. Siffrorna (1, 2, 4, 6, 8, 10) har två uppsättningar.  $31 + 31 = 62$ . Lägga till de 41 ord som nämns ovan.  $31 + 31 + 41 = 103$ .

Here is how the 1, 2, 4, 6, 8, and 10 break down. 1/ There is one thing that everyone is after with horses: a natural partnership for life. 2/ There are two types of horsemanship: natural and normal. 4/ There are four areas of study: colt starting, foundation, refinement, problem solving. 6/ There are six keys: attitude, knowledge, tools, techniques, time, and imagination. 8/ There are eight principles: 1) Horse-Man-Ship is natural. 2) Don't make assumptions. 3) Communication is mutual. 4) Horses and humans have responsibilities. 5) The attitude is justice. 6) Body language is universal. 7) Horses teach riders and riders teach horses. 8) Principles, purpose, and time are the tools of teaching. 10/ There are 10 qualities of a Natural Horse-Man: heart and desire, respect, impulsion, flexion, attitude, feel, timing, balance, savvy, and experience. The second set of numbers (1, 2, 4,6,8, and 10) go as follows: 1/ One rein for control. 2/ Two reins for communication. 4/ Four goals of the Natural Horse-Manship network: 1) Get people interested in Natural Horse-Man-Ship enough to take it up as a hobby. 2) Have people live through their experiences with horses. 3) Show people how to have fun with horses. 4) Have people excel with the knowledge of Natural Horse-Man-Ship. 6/ There are only six things a horse can do: go forward, backward, right, left, up, and down.

8/ There are eight responsibilities of the partnership: four for the human and four for the horse. 10/ There are 10 levels of Natural Horse-Man-Ship. When you add the top 31 ingredients and these last 31, you get 62 ingredients. Add these to the 41 "Ps" and you have 103 ingredients in Natural Horse-Man-Ship.

## **6 Keys**

The six keys are especially important in the scheme of things, and it is within these six keys that this book is outlined: Attitude, Knowledge, Tools, Techniques, Time, and Imagination.

It's important that you have all six and not just one or some. When you observe someone who is working with horses, don't only look for the techniques or tools he is using. Look for all the key elements; they all have to be present in a Natural Horse-Man.

### **1/ Attitude**

You have to have a natural attitude. An attitude is a multitude of actions and interactions at any given time; therefore, every action and/ or interaction represents an attitude. Natural Horse-Man-Ship is an attitude for people who are positive and progressive, and who believe in the natural point of view of the horse.

### **2/ Knowledge**

You have to have the knowledge of how horses think. Most people think like people, and that's a whole different type of knowledge.

Så här delas ingredienserna 1, 2, 4, 6, 8 och 10 upp. 1/ Alla vill vi ha en naturlig livslång relation till hästar. 2/ Det finns två slags horsemanship: naturligt och normalt. 4/ Det finns fyra studieområden: unghästräning, baskunskaper, finslipning och problemlösning. 6/ Det finns sex nyckelord: attityd, kunskap, utrustning, metoder, tid och fantasi. 8/ Det finns åtta grundbegrepp: 1) Horsemanship är naturligt. 2) Anta inget. 3) Kommunikation är ömsesidig. 4) Både hästar och människor har ansvar. 5) Attityden är rättvisa. 6) Kroppsspråket är det universella språket. 7) Hästar lär ryttare och ryttare lär hästar. 8) Principer, syfte och tid är lärandets verktyg. 10/ En naturlig hästmänniska har tio kvaliteter: entusiasm och vilja, respekt, drivkraft, smidighet, attityd, känsla, timing, balans, förståelse och erfarenhet. Nästa uppsättning nummer (1, 2, 4, 6, 8 och tio) lyder som följer: 1/ En tygel för kontroll. 2/ Två tyglar för att kommunicera. 4/ NH-nätverket har fyra mål: 1) Få människor att bli tillräckligt intresserade av PNH för att börja med det som hobby. 2) Få människor att verkligen uppleva sina erfarenheter med hästar. 3) Visa människor hur man har roligt med hästar. 4) Få människor att uppnå fina resultat med hjälp av kunskapen om PNH. 6/ En häst kan bara göra sex saker, nämligen: röra sig framåt, bakåt, åt höger, vänster, uppåt och neråt. 8/ Människan och hästen har tillsammans åtta skyldigheter: människan fyra och hästen fyra. 10/ Det finns tio kunskapsnivåer inom PNH. När du lägger samman de 31 ingredienserna ovan med de sista 31 får du 62 beståndsdelar. Lägg till de 41 orden så får du 103 beståndsdelar.

## **6 nyckelord**

De sex nyckelorden är särskilt viktiga inom PNH och den här boken ger en översikt över dessa sex nyckelord: attityd, kunskap, utrustning, metoder, tid och fantasi.

Det är viktigt att du har alla sex nyckelorden och inte bara en eller några. När du studerar någon som arbetar med hästar ska du inte bara titta på metoderna och utrustningen som personen använder. Titta efter de sex nyckelorden, de måste alla finnas hos en naturlig hästmänniska.

### **1/ Attityd**

En naturlig attityd är ett måste. Hur man brukar handla och samspela med andra visar vilken attityd man har. PNH är en attityd för positiva och progressiva personer som ser på hästen ur en naturlig synvinkel.

### **2/ Kunskap**

Du måste ha kunskap om hur hästar tänker. De flesta av oss tänker som människor, och det är en helt annan typ av kunskap.

### ***3/ Tools***

You have to have tools that work naturally. You should be able to tell a Natural Horse-Man by the tools he uses, and also by the tools he doesn't use or those he wouldn't use.

### ***4/ Techniques***

You have to understand natural techniques. For example, most people saddle a horse and get on, kick to go, and pull to stop. Instead of these normal ways to make horses go and stop, use natural techniques that produce snappy departures and graceful transitions.

### ***5/ Time***

If you take the time it takes, it takes less time. Most people don't have the time to do it right, but they always have the time to do it over and over. With respect to time, we have to understand the relevancy of time, the meaning of short-term time and long-term time, and the word "timing."

### ***6/ Imagination***

You have to exercise your imagination. Imagination is something children have that adults do not, or at least they lost the ability to use their imaginations effectively. Einstein said that imagination is even more valuable than knowledge.

These are the ingredients that are necessary to achieving excellence through Natural Horse-Man-Ship.

This book is divided into three sections: 1/ Natural Horse-Man-Ship, an Overview; 2/ Natural Horse-Man-Ship, on the Ground; and 3/ Natural Horse-Man-Ship, in the Saddle. Each of the three sections is broken down into the six keys and explained as it relates to that key. For example, what you need to know about your attitude, what knowledge you need to have, and what tools you require for "playing" with your horse on the ground are detailed in Section II. By the same token, what techniques you use and the time it takes to do things with your horse while you are riding are detailed in Section III. Each section is a development or further unfolding of the section that precedes it. In other words, you should understand more about tools and their uses when you read about them in Section III than you did when you read about them in Section I.

Instead of excellence with horses, mediocrity is what most people get and don't even know it. For example, someone who goes to the show, wins the blue ribbon yet has difficulty loading his horse into the trailer to go home is a perfect example of a person accepting mediocrity as a good result.

Often, people put their efforts and energy into becoming great riders or showmen, instead of becoming great horsemen. Most people are looking for the winning edge. In reality, what they really need is the natural foundation.



### ***3/ Utrustning***

Du måste ha utrustning som fungerar på ett naturligt sätt. Utrustningen man använder, inte använder, och aldrig skulle använda visar om man är en naturlig hästmänniska.

### ***4/ Metoder***

Du måste förstå dig på naturliga metoder. De flesta av oss sadlar till exempel hästen och sitter upp, skänklar på för att få den att sätta igång och drar i tyglarna för att få den att sakta av. Istället för att använda dessa normala metoder att sätta igång och sakta av kan du tillämpa naturliga metoder som ger kvicka igångsättningar och eleganta övergångar.

### ***5/ Tid***

Om du låter det ta den tid det tar, så tar det mindre tid. Det är vanligt att man inte har tid att göra saker och ting på rätt sätt, men det finns alltid tid till att göra det om och om igen. Det är viktigt att vi förstår hur betydelsefull tiden är och vad som menas med kortsiktig och långsiktig tid och ordet ”timing”.

### ***6/ Fantasi***

Använd din fantasi. Barn har fantasi, vuxna har det inte, eller de har i alla fall förlorat förmågan att använda sin fantasi på ett effektivt sätt. Einstein sa att fantasin till och med är mer värdefull än kunskap.

Det är de här ingredienserna som krävs för att vi ska kunna uppnå fina resultat med hjälp av PNH.

Den här boken är indelad i tre avsnitt: 1/ PNH – en översikt; 2/ PNH från marken, och 3/ PNH i sadeln. Varje avsnitt är uppdelat i de sex nycklarna och förklaras i relation till dessa. Vad du till exempel behöver veta om din attityd, vilken kunskap du behöver och vilken utrustning du behöver för att ”leka” med din häst från marken redogörs för i avsnitt II. På samma sätt redogör jag för vilka metoder du ska använda och hur lång tid det tar att göra saker med din häst när du rider i avsnitt III. Varje avsnitt är en utveckling av föregående avsnitt. Du ska med andra ord förstå mer om utrustningen och vad den används till när du läser om den i avsnitt III än vad du gjorde när du läste om den i avsnitt I.

Istället för att uppnå fina resultat med sina hästar blir de flesta bara medelmåttor, utan att ens vara medvetna om det. En person som exempelvis åker på tävling, vinner den blågula rosetten, men ändå har problem med att lasta hästen vid hemfärd är ett perfekt exempel på en person som accepterar medelmåttighet som ett bra resultat.

Det är vanligt att man satsar på att bli en bra ryttare eller tävlingsryttare istället för att bli en bra hästmänniska. De flesta av oss letar efter det där lilla extra som får oss att vinna när det vi egentligen behöver är en naturlig grund att stå på.

A foundation is something that is rock solid, something that can be tested, something that is true. We are talking about the foundation between horse and human, a partnership for life. What I offer you in this book is the foundation for that partnership – Natural Horse-Man-Ship. On the pages of this book, I'll explain the 103 ingredients in the hopes that you and I will become better horsemen.

I would like to suggest that the first time you read this book, you put most of your efforts in understanding the six keys and the eight responsibilities of Natural Horse-Man-Ship. If you get these, the rest will come naturally.

## **NATURAL HORSE-MAN-SHIP – AN OVERVIEW**

### **ATTITUDE**

SINCE A LOT of a person's attitude, opinions, and beliefs are vital to a relationship with horses, attitudes are the first things we must examine and try to understand in Natural Horse-Man-Ship.

There tend to be two distinct ends to the spectrum when it comes to a person's attitude in getting a horse to do something. There's the stick attitude, used by the person who bashes the horse with the stick and make him do it. Such a person uses force and intimidation to make a horse perform.

Then there's the carrot attitude, used by a person who sweet-talks the horse into doing something. Such a person is usually ineffective and begs the horse instead of asking for and getting respect from the horse.

In between the two extremes is the person who is assertive. Such a person is neither aggressive nor wimpy, but balanced somewhere between the two.

With horses, the natural attitude is to be as gentle as you can, but as firm as necessary. When you're gentle, be gentle without being a sissy. When you're firm, be firm without getting mean or mad.

The attitude of Natural Horse-Man-Ship is to do things for the horse and with the horse rather than to the horse. The idea is to use your imagination beyond the boundaries that normal people do.

**BILDTEXT *"Communication is two or more individuals sharing and understanding an idea."***

The attitude of a Natural Horse-Man is that the principles are more important than the purpose – that adjusting to fit the situation is more important than rules.

Natural Horse-Man-Ship is an attitude for people who are positive, progressive, and who believe in the natural point of view of the horse. They have taken their quest to become natural horsemen as a passion and want to move up through the 10 levels of achievement naturally.

In Natural Horse-Man-Ship, there are no rules, only principles and goals. Since principles are more important than goals, I'd like to identify the eight Principles of Natural Horse-Man-Ship.

En grund är stabil, en grund kan sättas på prov, en grund är sann. Vi talar om grunden mellan häst och människa, ett livslångt samarbete. I den här boken erbjuder jag dig grunden för det samarbetet, nämligen PNH. Jag kommer att förklara de 103 ingredienserna och med det hoppas jag att du och jag samtidigt ska bli bättre hästmänniskor.

Jag föreslår att du lägger mest kraft på att förstå de sex nyckelorden och de åtta skyldigheterna första gången du läser den här boken. När man väl förstår dessa så kommer resten naturligt.

## **ATTITYD**

I relationen mellan häst och människa spelar attityder, åsikter och övertygelser en stor roll, det är alltså attityder vi först måste titta på och försöka förstå inom PNH. I stort sett finns det två attityder när det gäller att få hästen att göra något. Piskattityden innebär att man slår hästen till lydnad. Man tar till våld eller hotelser för att få hästen att prestera.

Morotsattityden däremot, innebär att man lirkar med hästen för att få den att göra något. Använder man sig av den metoden är man oftast en ineffektiv person som tigger hästen om att göra något istället för att be den om det och få respekt.

Mellan dessa båda ytterligheter hittar vi de personer som varken är aggressiva eller mesiga utan bestämda.

När man är med hästar ska man vara så mjuk man kan, men så bestämd som det krävs, då har man en naturlig attityd. När man är mjuk ska man vara mjuk utan att för den skull bli mesig. När man är bestämd, ska man vara bestämd utan att bli elak eller arg.

Tanken med PNH är att göra saker för hästen och med hästen, snarare än mot hästen, och att använda fantasin mer än man normalt sett gör.

**BILDTEXT: ”Kommunikation är två eller fler individer som delar och förstår en idé”.**

En naturlig hästmänniska har attityden att principerna är viktigare än syftet och att anpassa sig till situationen är viktigare än reglerna.

PNH är en attityd för personer som är positiva och progressiva och som ser på hästen ur en naturlig synvinkel. Deras strävan att bli naturliga hästmänniskor blir en passion, och de vill ta sig upp för den 10-gradiga färdighetsskalan på ett naturligt sätt.

PNH har inga regler, bara principer och mål, och eftersom principer är viktigare än mål följer nedan de åtta principerna:

## 8 Principles of Natural Horse-Man-Ship

### 1/ *Horse-Man-Ship is natural.*

Horse-Man-Ship is three words linked together. It's a horse and a human going willingly together. Horse-Man-Ship is for horses as well as humans, and the horse comes first.

In this regard, it is important to understand that the horse is a prey animal, and that he is driven by three major instincts: a/ to be perceptive to danger, b/ to fly from fear, and c/ to be gregarious. He is a born coward, a born claustrophobic, and a born "full-throttle-aholic" by varying degrees.

By varying degrees means that some horses are more sensitive than others. For example, some are more cowardly than others, although they are all cowards to some degree. In the same sense, some are more claustrophobic than others. In other words, some can stand confinement or restraint better than others. "Full-throttle" means all out forward. "Aholic" is usually referred to as a person who can't help himself or who has an addiction to something. With regard to horses, full-throttle-aholic means the horse reacts first and thinks second. He runs from fear at full speed, and only looks behind when he thinks he's safe.

In applying this to horses, let's use a typical scenario as an example. When a horse gets his foot caught in a fence, because he is a born coward and a born claustrophobic, he doesn't calmly think, "Oh, darn, my foot is caught." Instead, the horse panics. He doesn't think logically, and he automatically goes into full-throttle. He tries to escape his entrapment any way he can, even if he hurts himself in the process. This is usually the case unless the horse has been taught to stand still when his foot is caught. I'm not saying that all horses have these sensitivities to an extreme degree. Some are quieter and less panicky than others. They are all born with their own degree of sensitivity.

When someone buys a horse, he mistakenly thinks he owns the horse heart, body, and soul – and that the animal should succumb to his wishes. A horse is an individual, not simply a possession. He has wants and needs, too. He wants to become comfortable, and as long as you can prove to him that you're not a predator, he'll be comfortable.

It is important to understand that the human is the horse's biological enemy; in other words, a predator. Most people get upset when their horses act like prey animals instead of partners. And most horses get upset when their humans act like predators instead of partners.

People who think like people (and not like horses) think that when a horse is following his instincts, he is being naughty. We need to understand that a horse is programmed by nature to act like a prey animal.

## De 8 principerna

### *1/ Horse-man-ship är naturligt.*

Ordet horse-man-ship består av tre sammanlänkade ord. Det är en häst och en människa som går villigt tillsammans. Horse-man-ship är till både för människa och häst, men hästen kommer först.

I detta avseende är det viktigt att förstå att hästen är ett bytesdjur som drivs av i huvudsak tre instinkter: a/ att kunna upptäcka hot, b/ flyktinstinkten och c/ hjordinstinkten. Redan från födseln är de i olika grad fega, rädda för trånga utrymmen och ”flykt-ister”. Med i olika grad menar jag att vissa hästar är känsligare än andra och vissa fegare, även om de alla till viss del är fega. På samma sätt lider vissa hästar av mer cellskräck än andra, de är med andra ord sämre på att hantera att vara instängda och hindrade. Med flykt-ist menas att hästen reagerar först och tänker sen. Den flyr från rädslan i full fart och tittar bakåt först när den känner sig trygg.

När vi tillämpar detta på hästar kan vi använda oss av ett typiskt scenario som exempel. Hästar har ett medfött flyktbeteende och lider dessutom av klaustrofobi. Det innebär att om en häst fastnar med hoven i ett stängsel tänker den inte lugnt, ”Tusan, jag sitter fast”. Den får panik och om man inte har lärt hästen att stå still när hoven har fastnat i något, försöker den att ta sig loss på alla sätt den kan även om det betyder att den blir skadad. Den styrs av flyktinstinkten och tänker inte logiskt. Med det här menar jag inte att alla hästar är extremt känsliga. Vissa är lugnare och mindre benägna att få panik. De är olika känsliga redan från födseln.

Många som köper häst tror felaktigt att den kommer att tillhöra dem både till kropp och själ och att den bör ge efter för ägarens önskemål. En häst är inte en ägodel utan en individ med egna behov som vill känna sig trygg. Och den känner sig trygg om du visar den att du inte är ett rovdjur.

Det är viktigt att förstå att rovdjuret människan är hästens naturliga fiende. Många blir upprörda när deras hästar betar sig som bytesdjur istället för samarbetspartners. Många hästar blir upprörda när deras människor betar sig som rovdjur istället för samarbetspartners.

Människor som tänker som människor (och inte som hästar) tycker att hästen är dum när den följer sin instinkt. Man måste förstå att hästen är programmerad att bete sig som ett flyktdjur.

Horses are easily recognized as prey animals because of three distinct characteristics:

1. They smell like what they eat, which is grass.
2. Their eyes are set on the sides of their heads, which means they have bilateral vision. This gives them great peripheral vision and the ability to see predators sneaking up behind them. But it also gives them the disadvantage of not having great depth perception.
3. As a prey animal, the horse is perceptive to danger, people, places, changes, and things particularly dangerous people, places, changes, and things.

People are easily identified as predators because of three major characteristics:

1. Humans smell like what they eat, which is meat.
2. Humans have eyes in front of their heads, like predators. We have great depth perception and the ability to focus on a moving object. But we lack good lateral vision.
3. The human is sometimes not perceptive to danger, people, places, changes, and things.

When Horse-Man-Ship happens, the human becomes half horse and the horse becomes half human. Our job as the horse's leader is to get him to be braver, less claustrophobic, and less of a full-throttle-aholic. In other words, for Natural Horse-Man-Ship to truly happen, the horse must want to become a Horse-Man first. He has to become braver, less fearful of tight places, and more willing to stand his ground rather than panic at what he perceives to be danger. And the human needs to become assertive enough to be viewed as the "alpha" member of the horse's society, rather than being viewed as a predator or a wimp.

## ***2/ Don't make assumptions.***

The word "assume" is made up of three little words: Ass, U, and Me. It is easy to assume and to teach the horse to assume. Don't assume today that your horse is going to wake up on the same side of the corral as he did yesterday, whether he was good, bad, or indifferent. A horse lives moment to moment. He wakes up on a different side of the corral each day. This is why it is important to have and to understand the ritual of preflight checks (a series of steps that are detailed later in this book).

On the other hand, teaching the horse not to assume is also significant. For example, if you were to ride your horse 3 days in a row in an arena and stopped everyday at the gate just before you got off, you would teach your horse to assume that when you got to the gate, it's time to stop. By the fourth day, the horse would take over and when you got to the gate, would probably stop and wait for you to get off. Instead of teaching him to assume when you are going to quit, teach him not to assume by varying the time and area in which you stop. Mixing it up will keep the horse guessing and not assuming.

Följande tre egenskaper visar att hästar är flyktdjur:

1. Hästar luktar gräs, eftersom de är gräsätare.
2. Hästar har ögonen placerade på vardera sidan av huvudet, vilket betyder att de kan se åt två olika håll samtidigt. De har även utmärkt periferiseende och förmågan att se rovdjur som smyger sig på bakifrån, men dåligt djupseende.
3. Hästar är bytesdjur och därför bra på att upptäcka hot, människor, platser, förändringar och saker, i synnerhet farliga människor, platser, förändringar och saker.

Följande tre egenskaper visar att människor är rovdjur:

1. Människor luktar kött eftersom de är köttätare.
2. Precis som andra rovdjur har vi människor ögonen placerade på framsidan av huvudet. Det ger oss bra djupseende och förmågan att fokusera på ett objekt i rörelse, men dålig syn åt sidan.
3. Människor upptäcker ofta inte hot, människor, platser, förändringar och saker.

PNH innebär att människan blir till hälften häst och hästen till hälften människa. Vårt jobb som hästens ledare är att få den att bli modigare, mindre rädd för trånga utrymmen och mindre flykt-istisk. Hästen måste med andra ord först vilja bli en människo-häst för att det verkligen ska vara PNH. Den måste bli modigare, mindre rädd för trånga utrymmen och mer villig att stå på sig istället för att få panik av det den uppfattar som ett hot. Människan i sin tur måste bli bestämd nog för att bli sedd som alfaledaren i hästens värld, istället för att ses som rovdjur eller mes.

## ***2/ Anta inget***

Det är lätt hänt att anta saker och ting och att man lär hästen att också göra det. Anta inte att hästen kommer att vakna på samma sida av staketet som föregående dag – det spelar ingen roll om den var snäll, dum eller likgiltig. Hästar lever i nuet. De vaknar på olika sidor av staketet varje dag. Det är därför det är viktigt att man använder sig av pre-flight-kontroller (ett antal förberedande steg som jag beskriver senare i boken) och dessutom förstår varför man ska använda dem.

Att lära hästen att inte anta saker är också viktigt. Om du till exempel skulle rida på en ridbana tre dagar i rad och varje dag stanna framför utgången precis innan du sitter av, så kommer hästen att lära sig att anta att när man kommer till utgången ska man stanna. På den fjärde dagen skulle hästen ta över genom att stanna framför utgången och vänta på att du ska sitta av. Istället för att lära hästen att anta när träningen ska avslutas kan du lära den att inte göra det genom att variera var ni tränar och när ni avslutar träningen. Gör du det så kommer hästen att vara på alerten istället för att anta.

Here's another example of teaching your horse to assume: If you went on a trail ride for 3 days in a row, rode out a mile or two, then turned around and trotted back home, on the fourth day your horse will start jiggling home. You will have taught your horse to assume that when you got to a predetermined distance, he is supposed to turn around and trot home. This is how he would make an Ass out of U and Me.

In order to obtain horsemanship through communication, we must learn not to assume.

### ***3/ Communication is mutual.***

Communication is two or more individuals sharing and understanding an idea. If I pat my leg and the dog comes, we've communicated. But I can talk to a post until I'm blue in the face, and I'm just talking. Communication is a mutual affair between two or more individuals.

A good example of a horse trying to communicate with the human is when a rider kicks his horse to go, then pulls him to stop, and the horse opens his mouth. Instead of listening to the horse who is trying to say, "Your hands are too heavy and you're not communicating down to my feet," the rider ties the horse's mouth shut with a cavesson and says, "Shut up and do what you're told."

### ***4/ Horses and humans have responsibilities.***

For horsemanship to be a partnership, both the horse and the human need some responsibilities. There are eight responsibilities: four for the horse and four for the human. (A detailed description of each responsibility is in Knowledge An Overview.)

Four responsibilities of the horse:

1. Learn to act like a partner, not like a prey animal.
2. Don't change gaits.
3. Don't change directions.
4. Watch where he is going.

Four responsibilities of the human:

1. Learn to act like a partner, not like a predator.
2. Develop an independent seat.
3. Think like a horse.
4. Use the natural power of focus.

### ***5/ The attitude is justice.***

Your attitude toward your horse should be a just one. In other words, you should cause your ideas to be your horse's ideas, but understand what his ideas are first.



Här är ytterligare ett exempel på hur du lär hästen att anta: rid samma runda tre dagar i rad och vänd och trava hem efter en eller två kilometer. På fjärde dagen kommer hästen att takta hem, eftersom du har lärt den att när ni kommer fram till en viss plats ska den vända om och trava hem. Så går det till när hästen får oss att framstå som dumma åsnor. För att lyckas med kommunikation och horsemanship måste vi lära oss att inte ha förutfattade meningar. Anta inget!

### ***3/ Kommunikation är ömsesidig***

Kommunikation är två eller fler individer som delar och förstår en idé. Om jag klappar mig på benet och hunden kommer till mig så har vi kommunicerat, men jag kan prata med en lyktstolpe tills jag blir hes utan att få något svar. Kommunikation är något mellan två eller fler individer.

Ett bra exempel på en häst som försöker kommunicera med en människa är när ryttaren skänklar på hästen för att sätta igång den och sen drar i tyglarna för att få den att sakta av varpå hästen svarar genom att gapa. Istället för att lyssna på hästen som försöker säga: ”Du är för hård i handen och du kommunicerar inte ner till mina ben,” sätter ryttaren på en nosgrimma och spänner åt: ”Vad gapar du om? Gör som jag säger!”

### ***4/ Både häst och människa har ansvar.***

Både hästen och människan ansvarar för att horsemanship ska bli till ett samarbete. Det finns åtta skyldigheter – hästen har fyra och människan fyra. (En detaljerad beskrivning av dem finns i avsnittet: Kunskap – en översikt.)

Hästens fyra skyldigheter:

1. Lära sig att bete sig som en samarbetspartner och inte ett bytesdjur.
2. Inte byta gångart.
3. Inte byta riktning.
4. Se vart den går.

Människans fyra skyldigheter:

1. Lära sig att bete sig som en samarbetspartner och inte ett rovdjur.
2. Utveckla en oberoende sits.
3. Tänka som en häst.
4. Fokusera på vad man vill göra.

### ***5/ Attityden är rättvisa.***

Din attityd gentemot hästen ska alltid vara rättvis. Du ska med andra ord först förstå vilka hästens idéer är och sedan låta dina idéer bli hästens.

Then it's up to you to cause the undesirable things to be difficult and allow the desirable things to be easy. If the horse is doing something you don't want him to do, create a situation in which it's hard or uncomfortable for him to do those things and also one in which it's easy for him to do what you want him to do. It'll soon become his idea to do whatever is easiest.

I use the words "cause" and "allow" when it comes to creating situations for your horse. I don't use "make" or "let." The word "cause" is less commanding than "make" and "allow" is more respectful than "let." Some people "let" their horses do incorrect things, and then they get angry with them when they do. To correct the problem, they then try to "make" their horses do things.

Some people by nature are makers. They're always mean when they ask their horses to do things. Other people are beggars, always gentle when they ask. They just let the horses do anything they want.

You need to be assertive. Do something about the situation when it needs to be done. Assertive is somewhere between being aggressive and being a wimp. Be as firm as necessary without getting mean or mad; be as gentle as you can without being a sissy.

Trust that your horse will respond to what you ask; but be ready to correct, no more one than the other.

Try to become a natural leader for that natural follower, the horse. You have to be mentally, emotionally, and physically fit so you can be just at all times. You need to have your act together. You have to become collected in the human sense.

The horse has three systems: respect, impulsion, and flexion. Everything I'm talking about so far has to do with getting the horse's respect so he will give you his impulsion, which is controlled forward energy. Then you learn how to keep him flexible in the mind and body.

The attitude is justice, and to be just, you have to be assertive, be a causer, and not a maker. You have to allow, and not let.

## ***6/ Body language is the universal language.***

Body language is universal. I have it. You have it. Horses have it.

***BILDTEXT: This horse's body language tells you his attention is split. One ear is trained on what's in front of him, and the other is cocked to his right and what's happening there. He's got his mind on two things at once.***

Det är ditt ansvar att göra de oönskade beteendena svåra för hästen och de önskade lätta. Det gör du genom att skapa situationer där hästen kan välja mellan det svåra, obehagliga alternativet, och det lätta alternativet, det du vill att den ska göra. Hästens idé kommer snabbt att bli att ta det enkla alternativet. Jag använder orden ”åstadkomma” och ”tillåta” när det gäller att skapa situationer för hästen. Jag använder inte ”få” eller ”låta”. Ordet ”åstadkomma” är mindre befällande än ”få”, och ”tillåta” är mer respektfullt än ”låta”. Det är vanligt att man låter hästen göra fel saker och att man sedan blir arg när den gör det. För att korrigera problemet försöker man då ”få” hästen att göra saker.

Vissa personer har ett bossigt sätt, de är alltid elaka när de ber sina hästar om något. Andra tigger eller frågar snällt och låter helt enkelt hästarna göra vad de vill.

Det gäller att vara bestämd och kunna handla om situationen kräver det. Är man bestämd är man varken aggressiv eller mesig. Var så bestämd som möjligt utan att bli elak eller arg – var så mjuk som möjligt utan att bli mesig. Lita på att hästen kommer att göra det du ber den om men var samtidigt beredd att korrigera, båda alternativen är lika viktiga.

Hästar är naturliga följeslagare, försök att bli en naturlig ledare. Du måste vara mentalt, känslomässigt och fysiskt i form så att du alltid kan vara rättvis. Du måste vara skärpt. Du måste vara samlad.

Hästen har tre system: respekt, schvung och böjlighet. Allt jag har pratat om hittills har att göra med att vinna hästens respekt, då ger den dig schvung, det vill säga kontrollerad framåtbjudning. Sen lär du dig att bibehålla den smidig, både mentalt och kroppsligt.

Du ska ha en rättvis attityd och för att kunna vara rättvis måste du vara bestämd. Åstadkomma istället för att få att. Tillåta och inte låta.

## ***6/ Kroppsspråket, det universella språket.***

Kroppsspråket är universellt. Jag har det. Du har det. Hästar har det.

***BILDTEXT: Den här hästens kroppsspråk säger oss att den har uppmärksamheten riktad åt flera håll. Ena örat är spetsat framåt, och det andra är riktat åt höger och det som händer där. Den tänker på två saker samtidigt.***

There are things a horse does to let us know what he's thinking. For example, when he puts his ears back, he's irritated. Watch out! If he's blinking, he's thinking. If he licks his lips, he is probably digesting a thought; he understands and accepts the situation. If he's cocked a hind leg, he's relaxed; but if his ears are back and he lifts a hind foot, he's ready to kick. There are many postures that key us in to the horse's state of mind.

The body language of humans is just as important or more so. Most people don't key in to their own body language. The way they look at horses, their body posture, their actions, tells horses what they are thinking. You can easily misrepresent yourself to the horse through inappropriate body language. When some people approach their horses, their body language or posture makes them look aggressive or sneaky, like they have the look of the lion. On the other hand, there are those people who have the look of the lamb. They're sheepish or submissive.

Other examples of misrepresentation are: Walking into the pasture just to say hello, but with a grain can in one hand and a halter behind your back. You look like you're intent on catching the horse, and the look on your face is strong and scary to the horse. This is where the predator needs to be aware of how he represents himself to the prey animal, the horse.

### ***7/ Horses teach riders and riders teach horses.***

This is such an important principle. Many good horsemen say that horses are their best teachers. There's a reason for this. For example, if you want to learn how to cut cattle, buy a trained cutting horse to learn from. He'll teach you about the sport and what it feels like to cut a cow so you can understand it better. Then, once you've got the feel, you can offer it to other horses you ride. If you already know how to cut, then buy a 2-year-old horse and help him along.

One of the more common fallacies is buying a young horse for a young or green rider. An example is when parents buy their children young horses. So many times you hear about the parent who buys a 2- or 3-year-old horse for his youngster, thinking the two will grow up and learn together. That combination is usually a disaster. The horse needs to learn what he's expected to do from an experienced rider. The child needs to learn what it takes to cause a horse to move properly and also gain confidence from a steady mount. Green riders on green horses does not make sense. It can be a deadly combination.

On the other hand, it's important to learn from the horse who knows his job well. There are many things he can teach you, and then you can become a teacher of horses.

Genom att titta på hästars beteende kan vi se vad de tänker. Läger den exempelvis öronen bakåt är den irriterad. Se upp! När den blinkar tänker den och när den slickar läpparna låter den troligtvis något sjunka in – förstår och accepterar situationen. Vilar den på ena bakbenet så är den avspänd – men om den lägger öronen bakåt och lyfter bakhoven är den redo att sparka. Det finns mycket i hästens kroppsspråk som låter oss se sinnessillståndet.

Vårt kroppsspråk är minst lika viktigt, eller till och med viktigare. De flesta av oss tänker inte på att kroppsspråket, hållningen och hur vi tittar på hästarna säger dem vad vi tänker. Det är lätt hänt att hästen får en felaktig bild av dig om du använder ditt kroppsspråk på ett felaktigt sätt. Vissa personer närmar sig sina hästar med ett kroppsspråk som får dem att se aggressiva eller lömska ut, som smygande lejon. Å andra sidan finns det personer som ser ut som lamm. De är fåraktiga eller undergivna.

Det är också uppenbart att hästen kommer att misstolka vilka avsikter du har om du går in i hagen, bara för att hälsa, med en hink havre i ena handen och grimman bakom ryggen. För hästen ser ditt ansiktsuttryck hårt och skrämmande ut, det ser ut som du är fast besluten att fånga in den. Det är i sådana situationer som rovdjuret människan måste vara medveten om hur bytesdjuret hästen ser henne.

### ***7/ Hästar lär människor och människor lär hästar.***

Att hästar lär människor och människor lär hästar är en väldigt viktig tes. Många skickliga hästmänniskor anser att hästarna är deras bästa läromästare. Det finns en anledning till detta. Vill du till exempel lära dig cutting, köp en erfaren cuttinghäst. Då kommer du att förstå sporten bättre och hur det känns att skilja ut en ko. När du väl har känslan kan du vidarebefodra den till andra hästar du rider. Om du däremot redan vet hur man rider cutting, köp en tvååring som du sedan lär upp.

Ett av de vanligaste misstagen är att köpa en unghäst till ett barn eller en nybörjare. Det är vanligt att föräldrarna köper en två- eller treårig häst till sina barn och tror att de ska växa upp och lära sig tillsammans. Resultatet blir oftast en katastrof. Hästen måste lära sig det den förväntas kunna från en erfaren ryttare. Barnet måste bygga upp självförtroendet på en lugn häst och lära sig vad som krävs för att få hästen att röra sig väl. Kombinationen nybörjare/unghäst är idiotisk och den kan ha dödlig utgång.

Det är alltså mycket viktigt att lära sig från en erfaren häst. Den kan lära dig mycket som du sen i din tur kan lära andra hästar.

## ***8/ Principles, purpose, and time are the tools of teaching.***

Think about principle as being the horse, and that must come first. Purpose is the cart, and time is the driver. Now, we've come back full circle. We're talking about principles again, and now we have to go through each one of these principles and add in purpose so the horse knows the meaning.

First, we teach the horse principles; we build a foundation of things we want the horse to know. Then, we add purpose or a reason for doing what we want the horse to do. For example, we teach the horse to side-pass because someday we might want to open a gate while on the horse's back.

## **10 Qualities of a Horse-Man**

There are 10 identifiable qualities of a Natural Horse-Man, half horse, half human. In this sense, a horse has to become a little bit human and a human has to become a little bit horse.

It's interesting, but I've met only six natural horsemen in my entire life. I've shaken hands with millions of horse owners and lovers, even people who were good riders, but who weren't horsemen. And I've shaken hands with hundreds of equestrians. Equestrians are good riders and have true knowledge about horses; but they still aren't horsemen.

I've even shaken hands with many good horse hands. A horse hand is somebody who is a good rider, as well as a horse lover. He is as knowledgeable as an equestrian, and he can share his knowledge with any horse he rides. That's what I believe I am.

The 10 qualities of a Natural Horse-Man are: 1/ Heart and Desire, 2/ Respect, 3/ Impulsion, 4/ Flexion, 5/ Attitude, 6/ Feel, 7/ Timing, 8/ Balance, 9/ Savvy, and 10/ Experience.

Of the 10 qualities, horses need to have the first 3 1/2, and riders the other 6 1/2. This means they both share one of the qualities. The first quality, that of Heart and Desire, is needed by both horse and human.

## **3 1/2 Qualities for the Horse**

### ***1/2/ Heart and Desire***

In legends and stories, we've all heard about horses who ran faster and jumped higher out of heart and desire. A natural horseman does everything he can to cause a horse to perceive that he needs and loves his human.

### ***1/ Respect***

Respect for the human is one of the most important qualities a horse can have. Respect has no fear in it. It has a willing, cooperative attitude about it. In order for a horse to respect you, he must not fear you and must see you as the leader. He must see you as the alpha horse in the herd. He's got to see you from his point of view.

## **8/ Principer, syfte och tid är lärandets verktyg.**

Tänk dig att principerna är hästen – det viktigaste som kommer först. Syftet är vagnen och tiden är kusken. Nu är cirkeln slut. Det handlar om principer igen och vi ska nu gå igenom var och en av principerna och lägga till syftet så att hästen förstår meningen.

Först lär vi hästen principerna, vi lägger en grund av de saker vi vill att hästen ska kunna. Sen lägger vi till syftet, eller anledningen till att göra det vi vill att hästen ska göra. Vi lär till exempel hästen att röra sig sidvärtes för att vi en dag kanske kommer att vilja öppna en grind från hästryggen.

## **En sann hästmänniskas 10 egenskaper**

En naturlig hästmänniska har tio egenskaper; en naturlig hästmänniska är till hälften häst och till hälften människa. Det innebär alltså att hästen måste bli lite människa och människan lite häst.

Intressant nog har jag bara mött sex naturliga hästmänniskor under hela mitt liv. Jag har skakat hand med ett otal hästägare och hästälskare, till och med människor som var bra ryttare, men de var ändå inte sanna hästmänniskor. Jag har skakat hand med hundratals yrkesryttare. De är skickliga ryttare som besitter riktiga kunskaper om hästar – men de är ändå inte sanna hästmänniskor.

Jag har till och med skakat hand med många hästkännare. En hästkännare är en skicklig ryttare och hästälskare som har lika goda kunskaper som en yrkesryttare och som kan dela med sig av sina kunskaper till alla hästar han rider. Det är det jag tror att jag är.

En naturlig hästmänniskas 10 egenskaper är: 1/ entusiasm och vilja, 2/ respekt, 3/ drivkraft, 4/ smidighet, 5/ attityd, 6/ känsla, 7/ timing, 8/ balans, 9/ förståelse och 10/ erfarenhet.

Av de tio egenskaperna ska hästarna ha de första 3 ½ och ryttarna de övriga 6 ½. De delar alltså en av egenskaperna, nämligen den första: entusiasm och vilja, något som både häst och ryttare behöver.

## **Hästens 3 ½ egenskaper**

### **½/ Entusiasm och vilja**

I legender och sagor har vi alla hört om hästar som med entusiasm och vilja sprang fortare och hoppade högre än någon annan. En naturlig hästmänniska gör allt för att få hästen att inse att den behöver och älskar sin människa.

### **1/ Respekt**

Respekt för människan är en av de viktigaste egenskaperna en häst kan ha. Respekt är inte liktydigt med rädsla utan bygger på fri vilja och samarbete. Ser hästen dig som ledaren, någon som den inte behöver vara rädd för, så ger den dig också sin respekt. Den måste se dig som flockens alfahäst. Den måste se dig från sin synvinkel.

All horses know that there are only six things they can do: go forward, backward, right, left, up, and down. In a herd situation, they yield to each other in these six ways. So, for a horse to respect you, he must yield to you and from you in those six ways, whether you are on the ground or on his back.

Respect is something you get on the ground or you don't. If your horse doesn't respect you on the ground, he won't respect you much in the saddle either. Respect is hard to get and easy to lose.

When you are mounted, you get the horse to respect you by having an independent seat, controlling his hindquarters and riding with a focus.

I like to view respect as mental collection because the horse gives me his mind. Once I have his mind, I can start to gain control of his emotions. This, to me, is where impulsion starts.

## ***2/ Impulsion***

Impulsion is controlled forward energy that comes from behind (the hindquarters). Impulsiveness is uncontrolled or wild energy that comes from behind. At the other end of the spectrum is non-responsiveness or a lack of energy. Impulsion lies somewhere between impulsiveness and non-responsiveness. It's when "go" equals "whoa," and "whoa" equals "go." That means the horse is balanced somewhere between moving forward and standing still. He harnesses the power of his mind and body and uses it to perform.

A rider uses this impulsion when he asks his horse to perform. If he can't get impulsion from his horse, it's because the horse is emotionally out of control, and he's emotionally out of control because he does not respect the human. This is probably one of the most frustrating problems humans have with horses. Impulsion comes from respect. In the physical sense, it is controlled forward energy; but in the abstract sense, it can be viewed as emotional collection.

We get impulsion from the horse by balancing the six yields: forward, backward, right, left, up, and down.

I like to think of the six yields in terms of a weight scale. Since most people understand the difference between an ounce and a pound, this provides an easy reference point to understand the concept of yield.

If you were to measure a yield, how much would it weigh? To me, a yield has a maximum weight of 4 ounces to still be a yield. Therefore, forward, backward, right, left, up, and down are equal and should take no more than 4 ounces of effort to obtain.

Think of it as asking the horse, telling the horse, then promising the horse. Ask, tell, or promise. When you ask the horse to do something, he should do it with a minimum of effort (i.e., 4 ounces) on your part. This is a relative scale and depends on whether the horse responded to your request willingly or grudgingly. Anything between 4 ounces and 4 pounds of effort, you are telling the horse. After that, anything from 4 pounds and beyond, you are promising the horse he is going to do it. The secret is to match the horse's resistance.



Alla hästar vet att de bara kan göra sex saker: röra sig framåt och bakåt, åt höger och vänster, och uppåt och nedåt. När de går i flock ger de efter för varandra på dessa sex sätt. Vill du ha hästens respekt måste den alltså ge efter eller komma till dig på dessa sex sätt, både vid markarbete och när du sitter i sadeln.

Respekt får du antingen från marken eller inte alls. Om hästen inte respekterar dig från marken så kommer den inte att respektera dig särskilt mycket när du sitter i sadeln heller. Det är svårt att få någons respekt, men desto lättare att förlora den.

När du rider får du hästen att respektera dig om du har en oberoende sits, kontrollerar bakkdelen och rider koncentrerat.

Jag ser respekt som mental samling eftersom hästen ger mig sitt sinne. När jag väl har sinnet kan jag börja att få kontroll över hästens känslor. Enligt min åsikt är det så vi får schvung.

## **2/ Schvung**

Schvung är kontrollerad framåtbjudning som kommer bakifrån (bakbenen). Impulsivitet är okontrollerad eller vild energi som kommer bakifrån. I skalans andra ände finns icke-lyhördhet eller brist på energi. Schvung ligger någonstans mellan impulsivitet och icke-lyhördhet. Det är när "fram" är lika med "whoa" och "whoa" är lika med "fram". Det betyder att hästen är i balans någonstans mellan att röra sig framåt och stå still. Den tyglar den mentala och fysiska kraften och använder den till att prestera.

Som ryttare använder man denna framåtbjudning när man ber hästen att prestera. Schvung kommer ur respekt. Kan man inte få hästens schvung är det för att den känslomässigt är utom kontroll eftersom den inte respekterar människan. Detta är troligtvis ett av de mest frustrerande problemen som människor har med hästar.

Vi får hästens schvung genom att balansera de sex sätten de kan ge efter på: framåt, bakåt, höger, vänster, uppåt och nedåt.

Eftersom de flesta av oss vet skillnaden mellan hekto och kilo så brukar jag placera de sex eftergifterna på en viktskala, det är ett bra sätt att förstå begreppet eftergift.

Om du skulle väga en eftergift, hur mycket skulle den väga? För att det fortfarande ska räknas som en eftergift så anser jag att den får väga högst 1 hekto. Framåt, bakåt, höger, vänster, uppåt och nedåt är därför likvärdiga och bör kräva en ansträngning på endast 1 hekto att uppnå.

Tänk dig det som att du först ber hästen, sedan uppmanar hästen och till sist lovar hästen. Be, uppmana eller lova. När du ber hästen att göra något bör den göra det med minsta möjliga ansträngning från din sida (dvs. 1 hekto). Skalan är relativ och beror på om hästen svarade på dina hjälper villigt eller inte. Allt som ligger mellan 1 hekto och 2 kilo på skalan betyder att du uppmanar hästen. Därefter betyder allt från 2 kilo och uppåt att du lovar hästen att göra det den ska. Hemligheten ligger i att matcha motståndet du får från hästen.

For example, if you pull the rein to the right and the horse resists with 4 ounces of effort, you respond by using 4 ounces of effort or strength in your pull. But if he resists with 4 pounds of effort, you respond with a 4-pound pull to counteract his resistance.

The idea in Natural Horse-Man-Ship is to get the horse to yield in all six ways equally, 4 ounces a piece. Here's a scale to point out the differences in yields. In a normal situation, it takes less than 4 ounces of effort to make a horse go forward (since going forward is natural and easy for a horse), up to 400 pounds to stop (especially if it takes a strong pull to make the horse stop), 4 pounds to turn to the left, and 40 pounds to turn to the right (since most horse are stiff to the right), 4 pounds to rear in the air, and up to 4,000 pounds to get him to lie down (one of the hardest things to get a horse to do).

### ***3/ Flexion***

There are two types of flexion: mental and physical.

A. Mental flexion comes directly from the human. Humans who are rules-oriented usually do not have flexible horses. Humans who have attitudes that adjust to fit situations usually build flexibility into their horses.

B. There are two types of physical flexion: lateral and vertical.

Lateral flexion is a submissive head position combined with disengagement of the hindquarters to control the horse. With lateral flexion, you use one rein at a time to bend the horse's neck right or left and to cause the back legs to step under the hindquarters. If you bend the horse's neck to the left, the left hind leg should step under the right side of the hindquarters and vice versa.

Vertical flexion is a submissive head position used to engage the hindquarters for propulsion. Here, two reins are used for communication.

Contrary to popular belief, collection is not achieved when a horse tucks his nose in and down. That's only vertical flexion. True collection is when respect, impulsion, and flexion are naturally combined. Respect is mental collection. Impulsion is emotional collection, and flexion is physical collection.

Now your horse can be mentally, emotionally, and physically fit enough to be the calm, cool, and collected partner that you've always wanted.

## **6 ½ Qualities for the Human**

### ***½/ Heart and Desire***

Heart and desire applies to humans in that a horse does not care how much you know until he knows how much you care. One of the natural secrets to horse handling is to show your horse how much you care before and after you show him how much you know. Put your heart in your hand; rub him with your heart.

Om du till exempel tar i höger tygel och hästen gör motstånd med motsvarande 1 hekto, svara med 1 hekto för att motverka. Om den gör motstånd med motsvarande 2 kilo så svarar du med 2 kilo för att motverka.

Inom PNH är tanken att få hästen att ge efter för 1 hekto i alla sex riktningar. Följande skala visar de olika eftergifternas olikheter. I normala fall krävs det mindre än en ansträngning på 1 hekto för att få hästen att röra sig framåt (eftersom det är naturligt och lätt för hästen att röra sig framåt), upp till 200 kilo att stanna (särskilt om det krävs att man drar hårt för att få hästen att stanna), 2 kilo att svänga vänster, och 20 kilo att svänga till höger (eftersom de flesta hästar är stela i höger sida), 2 kilo att stegra sig, och upp till 2 000 kilo att få hästen att lägga sig ned (en av de svåraste sakerna man kan få en häst att göra).

### **3/ Böjlighet**

Det finns mental och fysisk böjning.

A. Den mentala böjningen står människan för. Regelstyrda personer har vanligtvis inte böjliga hästar men det har däremot flexibla personer.

B. Det finns två slags fysisk böjning: Böjning i sidled och böjning i längdriktningen.

Böjning i sidled används för att kontrollera hästen. Hästens huvud är då eftergivet och ställt åt sidan och bakdelen lösgjord. Man använder en tygel i taget för att böja hästens nacke åt höger eller vänster och för att få bakbenen att kliva under bakdelen. Om du böjer hästens nacke åt vänster så ska vänster bakben kliva under bakdelens högersida och tvärtom.

Böjning i längdriktningen, då hästens huvud är eftergivet, används för att få skjut- och bärkraft från bakdelen. Man använder då båda tyglarna för att kommunicera.

Tvårt emot vad folk i allmänhet tror så är hästen inte samlad bara för att den stoppar in och ner nosen. Det är bara böjning i längdriktningen. Riktig samling är när respekt, schvung och böjning är naturligt kombinerade. Respekt är mental samling. Schvung är känslomässig samling och böjning är fysisk samling.

På det här sättet kommer din häst att bli mentalt, känslomässigt och fysiskt nog i form för att vara den sansade, samlade och säkra samarbetspartnern som du alltid har velat ha.

## **Människans 6 ½ egenskaper**

### **½/ Entusiasm och vilja**

Hästen bryr sig inte om hur mycket du vet förrän den vet hur mycket du bryr dig, här kommer din entusiasm och vilja in. En av de naturliga hemligheterna vid hästhantering är att visa hästen hur mycket du bryr dig innan och efter du visar den hur mycket du vet. Lagg ditt hjärta i handen och smek sedan hästen med hjärtat.

## **1/ Attitude**

The attitude of the human is probably the most important thing to the horse. The human should be positive and progressive and believe in the horse's natural point of view. Learn how to be a natural leader, a partner for your horse. Be assertive; don't act like a predator or a wimp.

## **2/ Feel, 3/ Timing, and 4/ Balance**

Feel, timing, and balance are three separate qualities, but they are linked together. With these three things, the human can communicate with the horse.

The quality of feel is something that needs to be developed in the human and is probably one of the things most lacking. The horse feels everything. The human usually only feels the things he doesn't like.

But what gives you feel? There is a four-letter word that starts with "F" - Focus. I say "four-letter word" to get people's attention and make them think. Focus gives you feel. Most people look at their horses trying to get them to do what they want, rather than focusing on where they want to go or what they would like to have happen – getting the feel to go down to the horses' feet.

Feel gives you timing. Get in time with your horse. You shouldn't be 2 seconds late in responding to his actions. Your body should synchronize or mesh with your horse's movements on a consistent basis.

Feel and timing give you balance. If you are in balance with your horse, you are in tune or time with his actions.

The horse is the best teacher of feel, timing, and balance.

## **5/ Savvy**

Savvy means to understand. Every jackass thinks he has horse sense. Most people think like people and so they don't savvy horses. You have to savvy "horse savvy." This means you have to think like a horse. You need to learn from the horse because he's the one who thinks like a horse. In other words, when in Rome, do as the Romans do. And when in the horse corral, do what horses do.

## **6/ Experience**

You have to experience experience, and it takes both good and bad experiences to put it all together. Good judgment comes from experiencing and learning from your own bad judgment.

Time in the saddle is one of the best ways to experience horses. How many hours do you have in the saddle? 1,000, 10,000? If you have ridden 100,000 hours on a horse, think how much you'd know. I cannot experience experience for you, but I can share my experiences with you, for secondhand gold is as good as new.

## **1/ Attityd**

Människans attityd är troligtvis det viktigaste för hästen. Människan bör vara positiv och framåtsträvande och tro på hästens naturliga synvinkel. Lär dig hur du ska bli hästens naturliga ledare och samarbetspartner. Bete dig inte som ett rovdjur eller en mes utan var bestämd.

## **2/ Känsla, 3/ Timing, och 4/ Balans**

Känsla, timing och balans är tre olika men sammanlänkade egenskaper som människan kan använda för att kommunicera med hästen.

Känsla är en av de saker som människan saknar mest och som man ofta behöver utveckla. Hästen känner allt. Vi människor känner vanligtvis bara de saker vi ogillar.

Men vad ger dig känsla? Det finns ett ”f-ord”... – Fokus. Jag säger ”f-ord”...” för att få folks uppmärksamhet och få dem att tänka. Fokus ger dig känsla. Det är vanligt att man tittar på hästen för att försöka få den att göra det man vill istället för att fokusera på vart man vill komma, eller på vad man vill ska hända, och på så sätt kommunicerar känslan ned till hästens ben.

Känsla ger dig timing. Bli synkroniserad med hästen. Du ska inte svara på vad den gör två sekunder för sent. Din kropp ska vara konstant synkroniserad eller ett med hästens rörelser.

Känsla och timing ger dig balans. Om du är i balans med hästen är du i samklang med det den gör.

Hästen är den man bäst lär sig känsla, timing och balans av.

## **5/ Förståelse**

Känner man förståelse så har man också fattat. Men är man dum som en åsna så är det svårt att tänka som en häst. De flesta av oss tänker som människor och det gör att vi inte förstår hästar. Du måste fatta det som hästar fattar. Det betyder att du måste tänka som en häst och det lär du dig av hästen, eftersom det är den som tänker som en häst. Du ska med andra ord ta seden dit du kommer, även i hästhagen.

## **6/ Erfarenhet**

Du måste erfara erfarenhet och det krävs både bra och dåliga erfarenheter för att allt ska falla på plats. Bra omdöme får man när man upplever och lär sig från sitt eget dåliga omdöme.

Tid i sadeln är ett av de bästa sätten att uppleva hästar. Hur många timmar har du suttit i sadeln? 1 000, 10 000? Om du hade ridit 100 000 timmar på en häst, tänk hur mycket du skulle vetat. Jag kan inte erfara erfarenhet i ditt ställe men jag kan dela mina erfarenheter med dig, guld är alltid guld, även om du har fått det i andra hand.

The horse is a natural follower; he is looking for a natural leader, somebody who has the natural attitude, feel, timing, balance, savvy, and experience. As you mature in Natural Horse-Man-Ship, you will find your attitude, feel, timing, balance, savvy, and experience also will mature.

**BILDTEXT:** *Feel gives you timing, and feel and timing give you balance. Your body should synchronize or mesh with your horse's movements.*

## **KNOWLEDGE**

ACCORDING TO Webster, knowledge is familiarity, awareness, or comprehension acquired by experience or study. In Natural Horse-Man-Ship, we experience, learn, and study the "natural" knowledge about horses. That means we understand how horses think, act, and move naturally. This chapter offers you the guidelines for that natural knowledge.

**Bildtext** *"You should first get a horse's respect while on the ground. "*

### **Prey-Predator Relationship**

First and foremost, humans need to think of horsemanship from the horse's point of view. We need to think like horses in order to understand and communicate with them.

The main thing to understand is that horses are prey animals and people are predators, and each thinks differently. This is the critical biological distinction between the horse and the human.

Predators usually think in direct lines while prey animals think laterally. Here are definitions of the two types of thinking. A predator (human or animal) is using direct-line thinking when he makes decisions based only on his wants or needs of the moment. A prey animal uses lateral thinking when he considers all the factors and angles before adjusting to fit the situation.

As an example of the difference between prey and predator types of thinking, let's use a mountain lion and a horse who are both thirsty. The predator mountain lion, with direct-line thinking, has no fear and goes to water by walking directly to it. The prey-animal horse, on the other hand, goes to water with a step, look, listen, and smell attitude, always concerned that there is a predator nearby before he puts himself in a vulnerable position. He moves cautiously forward until he perceives there is no danger.

As another example of direct-line predator thinking, most humans don't walk into the pasture with a halter and a lead rope in their hands until they're in the mood to ride. When the horse sees the human predator coming toward him, he perceives the danger of being caught and runs away.

Prey animals, such as horses, cattle, and deer, are programmed by nature to make predators fail. If they weren't, there wouldn't be any around. They need to know how to survive and out-think predators.

Hästen är en naturlig följeslagare som letar efter en naturlig ledare. Någon som har den naturliga attityden, känslan, timingen, balansen, förståelsen och erfarenheten. När du mognar inom natural horsemanship kommer du att märka att din attityd, känsla, timing, balans, förståelse och erfarenhet också kommer att mogna.

**BILDTEXT: *Känsla ger dig timing och känsla och timing ger dig balans. Din kropp ska bli ett med hästens rörelser.***

## **KUNSKAP**

**BILDTEXT: *”Du måste först få hästens respekt från marken.”***

Kunskap är förtrogenhet, medvetenhet eller förståelse som man har uppnått genom erfarenhet eller studier. Inom PNH upplever vi, lär vi oss om och studerar den ”naturliga” kunskapen om hästar. Vi förstår alltså hur hästar tänker, agerar och rör sig naturligt. Följande kapitel ger dig riktlinjerna för den naturliga kunskapen.

### **Relationen mellan bytes- och rovdjur**

Först och främst måste vi människor tänka horsemanship från hästens synpunkt. Vi måste tänka som hästar för att vi ska kunna förstå och kommunicera med dem.

Den största biologiska skillnaden mellan hästar och människor är att hästar är bytesdjur och människor rovdjur. Det är det viktigaste att komma ihåg eftersom det betyder att vi tänker på olika sätt.

Rovdjur tänker oftast i raka linjer medan flyktdjur är sidotänkande. Här följer definitioner på de två olika sätten att tänka. Ett rovdjur (människa eller djur) tänker i raka linjer när det fattar beslut som enbart baseras på vad det vill ha eller behöver för stunden. Ett flyktdjur använder sidotänkande när det tar hänsyn till alla omständigheter och synvinklar innan det anpassar sig efter situationen.

Ett exempel på hur olika rov- och flyktdjur tänker är hur en puma respektive en häst agerar när de är törstiga. Puman, som tänker i raka linjer, känner ingen rädsla utan går direkt fram till vattnet. Hästen däremot, som är ett bytesdjur, går mot vattnet genom att ta ett steg, titta, lyssna och lukta, och ser alltid till att det inte finns rovdjur i närheten innan den försätter sig i en sårbar situation. Den rör sig försiktigt framåt tills den är säker på att situationen är ofarlig.

De flesta av oss går inte in i hagen med grimma och grimskäft om vi inte vill ut och rida, det är ett annat exempel på att tänka i raka linjer. När hästen ser det mänskliga rovdjuret närma sig uppfattar den faran att bli infångad och springer iväg.

Bytesdjur som hästar, boskap och rådjur är programmerade att få rovdjuren att misslyckas. Om de inte vore det, så skulle det inte längre finnas några. De måste veta hur de ska överleva och överlista rovdjuren.

Basically, prey animals are born cowards, born claustrophobics, and born full-throttle-aholics. They are born this way in order to survive. They have got to be perceptive to danger, fly from fear, and remain herd-bound.

Do you know what we look like to horses? Predators. We smell like what we eat (meat); our eyes are on the front of our heads; and our ears are back all the time, which, to a horse, is an aggressive expression. We use direct-line thinking, and often we focus on our horses like a mountain lion stalks a foal.

If you don't prove to your horse that you're not a predator, he'll carry that feeling with him through everything you do. For example, if, when riding, you become assertive and try to get your horse to do something, he thinks the predator that has been sleeping on his back all of a sudden has come alive. Then the horse becomes anxious and fearful.

Until you realize what you look like to a horse (a predator), you can't begin to have a communication system with him. You need to know what kind of behavior you should have to get a certain kind of behavior out of the horse.

First of all, you have to prove to the horse that you aren't as bad as you seem. Then, once he accepts that, he becomes gentle. Gentle means he no longer perceives you to be dangerous. After that, he decides to put you in a pecking order to see where you belong in his world: high or low on the respect and authority scale.

A horse is more than just a horse; he's an attitude with four feet. Since the attitude of the horse is one of a prey animal, he is supposed to act the way he does. But in order for a horse to become a horse-man, he has to act less like a prey animal. You've got to get him to be perceptive to your cues and communication, rather than to danger. You have to turn his flight from fear into impulsion. And, you've got to get him to want to be with a human, rather than being gregarious just to the herd. You have to take the herd instinct and turn it into bonding with the human.

This is what Natural Horse-Man-Ship is all about. It's easier said than done because horses think in lateral terms and humans think in direct lines, and this is often a source of conflict.

### **Three Systems - Respect, Impulsion, Flexion**

To me, the horse is very simple. He's got a respect system, an impulsion system, and a flexion system. Throughout this book, I'll try to explain my philosophies of working with and controlling each system.

When I look at a horse, I try to be a diagnostician and a psychoanalyst at the same time. I look at a horse much like a mechanic would look at a gasoline engine with its three systems: air, fuel, and fire. In diagnosing the problem, it's important to know the root of the problem, and which system is causing the trouble.



I grund och botten är bytesdjur redan från födseln fega, rädda för trånga utrymmen och flykt-ister. Det är egenskaper som hjälper dem att överleva. De måste kunna uppfatta faror, fly när de blir rädda och hålla sig till sin hjord.

Är du medveten om vad hästar ser oss som? Rovdjur. Vi luktar som det vi äter (kött), våra ögon sitter framtill på huvudet och våra öron ligger bakåtstrukna hela tiden, något som för hästen är ett uttryck för aggressivitet. Vi tänker i raka linjer och vi koncentrerar oss ofta på våra hästar ungefär som en puma gör när den smyger sig på ett föl.

Om du inte bevisar för din häst att du inte är ett rovdjur så kommer den att bära med sig den känslan, vad ni än gör. Blir du exempelvis bestämd och försöker få din häst att göra något när du rider, så tror den att rovdjuret som har sovit på ryggen helt plötsligt har vaknat till liv. Då blir hästen ängslig och rädd.

Tills du inser hur hästen ser dig (som ett rovdjur) kan du inte börja ha ett kommunikationsystem med den. Du måste veta vilket slags beteende du ska ha för att få ett särskilt slags beteende från hästen.

Först och främst måste du bevisa för hästen att du inte är så hemsk som du verkar. När den väl accepterar det blir den välvillig. Med välvillig menas att den inte längre ser dig som farlig. Därefter kan den placera dig i rangordningen för att se var du hör hemma i hans värld: högt upp eller långt ned på respekt- och auktoritetsskalan.

En häst är mer än bara en häst, den är en attityd på fyra ben. Hästen har bytesdjurets attityd, det är alltså meningen att den ska bete sig som den gör. Men för att hästen ska kunna bli en människo-häst måste den bete sig mindre som ett bytesdjur. Du måste få den att bli medveten om dina signaler när ni kommunicerar, istället för att vara medveten om faran. Du måste förvandla flyktinstinkten till schvung. Och du måste få den att vilja vara med en människa och inte bara med sin flock. Du måste ta flockinstinkten och omvandla den till bindning till människan.

Det är det här PNH handlar om men det är lättare sagt än gjort, eftersom hästar är sidotänkande och människor tänker i raka linjer, vilket ofta leder till konflikter.

### **Tre system – Respekt, Schvung, Böjning**

Jag anser att hästen är väldigt enkel att förstå sig på. Den har ett respektsystem, ett schvungssystem och ett böjningssystem. I den här boken ska jag försöka förklara mina filosofier för att arbeta med och kontrollera varje system.

När jag tittar på en häst försöker jag vara både diagnostiker och psykoanalytiker. Jag tittar på hästen ungefär som en mekaniker skulle titta på en bensinmotors tre system: luft, bränsle och förbränning. När man diagnosticerar problemet är det viktigt att känna till problemets rot och vilket system som orsakar besväret.

**BILDTEXT:** *As a prey animal, a horse is a born coward, a born claustrophobic, and a born full-throttleaholic. With Pat in the saddle, this gray horse has learned to put Mother Nature aside, even though his natural enemy, a mountain lion, is directly above him. Through Natural Horse-Man-Ship, a horse can learn to be braver and less claustrophobic, and he's better able to control his flight from fear.*

**BILDTEXT:** *This horse is definitely having a problem with a rider being on his back. Ninety-nine percent of the time its a mental problem that causes an emotional problem, which causes a physical problem. In this case, the horse's mental problem was probably that he didn't understand what was being done to him. This, in turn, caused him to be frightened. His fright then caused him to buck to get the "predator" off his back.*

As I said, horses, too, have three systems: respect, impulsion, and flexion. The respect system is mental collection; the impulsion system is emotional collection; and the flexion system is physical collection. If you look at the horse in that way, then it's easier to diagnose where the problem is. Ninety-nine percent of the time it's a mental problem that causes an emotional problem that causes a physical problem.

With human beings using direct-line thinking, by the time they notice what is really happening, they only see the physical side of the problem and they diagnose it as such. For example, a horse starts to become unruly. The human feels that if he can just get the horse's nose tucked in, get the head to be vertical, he can get control of the horse and get him collected. He usually uses physical or mechanical means to get this to happen. Rather than engaging in a conversation with the horse, he ends up engaging in a battle with him. That is direct-line thinking.

In lateral thinking, you get the horse's respect and impulsion first, and by doing so, he will be mentally and emotionally collected. Therefore, you won't have to find ways to get him physically collected. You can save that for the time when you refine the basic foundation of his development into advanced communication.

How do you get a horse's respect, impulsion, and flexion? Each will be explained separately.

### **1/ *Respect***

You should first get a horse's respect while on the ground. He either respects you and what you ask him to do, or he'll disrespect you. In Natural Horse-Man-Ship, we use lateral longeing techniques to establish respect on the ground. These techniques are described in later chapters.

Respect is hard to get and easy to lose; therefore, you should strive to maintain it.

**BILDTEXT:** *Eftersom hästen är ett bytesdjur är den i grunden feg, rädd för trånga utrymmen och flykt-ist. Med Pat i sadeln har den här skimmeln lärt sig att kontrollera sina naturliga instinkter, fast hans naturliga fiende puman befinner sig precis ovanför. Med hjälp av natural horse-man-ship kan hästen lära sig att bli modigare och inte lika rädd för trånga utrymmen. Dessutom blir den bättre på att kontrollera sin flyktinstinkt.*

**BILDTEXT:** *Den här hästen har helt klart problem med att ha en ryttare på ryggen. Nittionio procent av tiden är det ett mentalt problem som orsakar ett känslomässigt problem som orsakar ett fysiskt problem. I det här fallet var hästens mentala problem troligtvis att den inte förstod vad den utsattes för. Det i sin tur orsakade rädslan. Rädslan gjorde sen att den bockade för att få bort "rovdjuret" från ryggen.*

Som jag nämnde tidigare har även hästar tre system: respekt, schvung och böjning. Respektsystemet är mental samling, schvungssystemet är känslomässig samling och böjningssystemet är fysisk samling. Om du ser på hästen på det sättet är det enklare att diagnosticera var problemet sitter. Nittionio procent av gångerna är det ett mentalt problem, som orsakar ett känslomässigt problem, som orsakar ett fysiskt problem.

Eftersom vi människor tänker i raka linjer så ser vi bara den fysiska delen av problemet, när vi väl upptäcker det. Ta till exempel en häst som börjar bli svårhanterlig. Det är lätt att man tror att om man bara kan få ner hästens huvud, oftast med hjälp av fysiska eller mekaniska hjälpmedel, så kan man få kontroll över den och få den samlad. Istället för att konversera med hästen slutar det hela med att man går ut i strid mot den. Då tänker man i raka linjer.

Använder du sidotänkande så får du hästens respekt och schvung först, då blir den mentalt och känslomässigt samlad. Därför kommer du inte att behöva hitta sätt att få den fysiskt samlad. Du kan spara det tills du ska finslipa hästens grundkunskaper och börja med avancerad kommunikation.

Hur du får hästens respekt, schvung och böjning kommer att förklaras i separata avsnitt.

## **1/ Respekt**

Du bör först få hästen att respektera dig från marken. Antingen respekterar den dig och vad du ber den att göra, eller så respekterar den dig inte. Inom PNH använder vi oss av markarbete, antingen med arbetsrep eller i frihet, för att få hästens respekt på marken. Metoderna beskrivs i senare kapitel.

Det är svårt att få någons respekt, men desto lättare att förlora den, därför ska du sträva efter att behålla den.

You must also get and maintain a horse's respect while riding. But first, however, you get a horse's respect by proving you're the alpha animal (primary or superior animal, the leader) while on the ground. This is where the relationship starts. This is the first and foremost way to get a horse's respect. But before you get his respect, you have to get his heart and desire. If you're dealing with a horse who does not want to be around you, then getting his respect is a shallow or meaningless thing. Because if he doesn't want to be around you, he won't respect you or want to perform for you either.

There are many ways that a human can cause a horse to want to be around him. One way is to provide many of the little niceties of life, such as grain, carrots, sugar, and a good scratching. Often, you'll get advice not to give the horse these treats for fear you might spoil him. I suggest there are ways you can learn how to provide these nice things, yet still get the horse's respect through your relationship with him. This relationship should be one with you as the leader and the horse, the follower. You establish this relationship through the six yields.

The six yields are the six basic movements that a horse can do: go forward, backward, right, left, up, and down. These are the same movements we direct through lateral longeing. There are three attitudes the horse can take in doing these six things: a/ He can escape from you in these six ways. b/ He can disrespect you in these six ways; or c/ He can yield to and from you in these six ways.

It's important to understand the difference between escape, disrespect, and yielding to and from pressure. Escape is usually out of fear or confusion. Disrespect comes from contempt or disregard for the human. And yielding to and from pressure is caused by respect for the human as the leader.

The horse will give the human respect if the human upholds his four responsibilities, which are: 1/ to not act like a predator (be mentally, emotionally, and physically fit); 2/ to have an independent seat; 3 / to think like a horse and not a human; and 4/ to use the natural power of focus. (Read more about horse and human responsibilities later in this chapter.) With the latter, if you focus on where you're going and what you want to do, your horse will sense your decisiveness, respect you for it, and follow you as the leader.

I will give you \$1,000 if you can show me someone who has these four things under control, provided you give me \$10 for everyone I can show you who doesn't. I can show you thousands of horses who don't have respect for humans because the humans haven't shown the horses (through lateral longeing) that they should respect them on the ground.

Du måste också få hästen att respektera dig, och bibehålla den respekten, när du rider. Men först och främst får du hästens respekt på marken genom att bevisa att du är alfadjuret (det högst stående djuret, ledaren). Det är så samspelet mellan er börjar. Det är det första och bästa sättet att få hästens respekt. Men innan hästen kan respektera dig måste den känna entusiasm och vilja. Det är ytligt och meningslöst att försöka få hästens respekt om den ändå inte vill vara med dig. Vill den inte vara med dig så kommer den inte heller att respektera dig eller vilja prestera för dig.

Det finns många sätt att få en häst att vilja vara med dig. Ett sätt är att förse den med mycket av livets goda, såsom havre, morötter, socker och smekningar. Du kanske har fått rådet att inte skämma bort hästen med godsaker. Men jag menar att du kan lära dig hur du ska ge trevliga saker, men ändå bli respekterad genom ditt förhållande till hästen. Förhållandet ska bygga på att du är ledaren och hästen följeslagaren. Du etablerar förhållandet genom de sex eftergifterna.

De sex eftergifterna är de sex grundrörelser som en häst kan utföra: gå framåt, bakåt, till höger och vänster, uppåt och nedåt. Det är samma sex rörelser som vi använder vid markarbete i frihet eller med arbetsrep. Hästen kan svara med tre olika attityder när den gör dessa sex saker: a/ Den kan smita undan från dig på dessa sex sätt; b/ Den kan välja att inte respektera dig på dessa sex sätt; eller c/ Den kan ge efter eller komma till dig på dessa sex sätt.

Det är viktigt att förstå skillnaden mellan flykt, brist på respekt och att ge efter för tryck. Flykt beror ofta på rädsla eller förvirring. Brist på respekt beror på förakt för människan eller nonchalans. Hästen ger efter för tryck när den respekterar människan som ledare.

Hästen respekterar människan om människan håller fast vid sina fyra skyldigheter nämligen:

1/ att inte bete sig som ett rovdjur (vara mentalt, känslomässigt och fysiskt i form), 2/ att ha en oberoende sits, 3/ att tänka som en häst och inte som en människa och 4/ att fokusera på vad man vill göra. (Läs mer om hästens och människans skyldigheter längre fram i det här kapitlet). Om du fokuserar dit du ska och på vad du vill göra, kommer din häst att känna av din beslutsamhet, den kommer att respektera dig och se dig som ledaren.

Jag ger dig 10 000 kronor om du kan visa mig någon som har dessa fyra saker under kontroll, om du ger mig 100 kronor för alla jag kan visa som inte har det. Jag kan visa dig tusentals hästar som inte respekterar människor eftersom människorna inte har visat hästarna (genom markarbete i frihet eller med arbetsrep) att de ska respektera dem på marken.

## ***2/ Impulsion***

How do you get a horse's impulsion? Impulsion is probably one of the most difficult concepts to grasp, since it is essentially emotional collection. A lot of people think that they have impulsion when the horse's motor is running, when he's going forward. Actually, impulsion is controlled forward energy that comes from behind (the horse's hindquarters). It stems from mental collection or respect which, in turn, harnesses the emotional collection of the horse.

We've all ridden horses who were emotionally scattered. Scattered is a word that is the antithesis or just the opposite of collected. An emotionally scattered horse drives from behind and is going forward, but it's through escape. It's not a yield. Escape is impulsiveness.

Through the six yields, impulsion happens naturally because the horse already has it. All we have to do is orchestrate the horse in such a way that he doesn't lose it when we get on his back. After all, in riding what we are trying to do is get horses to do natural acts that they already do but with humans on their backs.

With impulsion in the physical sense, "Go equals whoa, and whoa equals go." That means if you have snappy departures, you should have equally graceful, downward transitions? With most horses, it takes less than 4 ounces of effort to make them have snappy departures, but 400 pounds to make downward transitions. In other words, it takes very little to make them move forward, but lots to make them stop.

With other horses, it requires an effort to make them go, but very little suggestion to make them slow down or stop. This is the other extreme I call nonresponsive. Impulsion is getting "go" and "whoa" balanced where both are equal. It should take only 4 ounces to get a horse to go full tilt, and it should take only 4 ounces to get him to come down to a halt and a back-up.

## ***3/ Flexion***

To be physically flexible, the horse first must have mental flexibility, and he has that by having a human who is flexible, one who is able to adjust to fit whatever situation arises. If the human is flexible, the horse can be flexible, too. Non-flexibility can be seen in a horse who is sluggish away from the barn, but yet he jigs back to the barn; or when on a trail ride, he wants to be ridden only when things are quiet. If things get a little raucous, he gets nervous and lets his surroundings bother him. There are many other ways to see lack of mental flexibility in horses.

If your horse is having trouble with mental flexibility, go back to getting his respect before you ask for impulsion and the physical aspects of flexion.

**MARGINALTEXT: Vertical flexion is more than just getting a horse's nose in and down.**

## 2/ Schvung

Hur får du hästens schvung? Schvung är troligtvis ett av de svåraste begreppen att förstå eftersom det i huvudsak är mental samling. Att tro att schvung är när hästens motor är igång, när den är framåt, är ett vanligt misstag. Men schvung är kontrollerad framåtjudning som kommer bakifrån (hästens bakdel) när hästen är mentalt samlad eller respekterar dig. Den mentala samlingen och respekten i sin tur ger känslomässig samling.

Vi har alla ridit känslomässigt skingrade hästar. Ordet skingrad är antitesen eller motsatsen till ordet samlad. En känslomässigt skingrad häst griper framåt med bakbenen och är framåt, men det beror på flykt. Flykt är inte en eftergift. Flykt är impulsivitet.

Genom de sex eftergifterna kommer hästens schvung automatiskt. Allt vi behöver göra är att dirigera hästen på ett sådant sätt att den inte tappar schvungen när vi rider. När vi rider försöker vi egentligen få hästen att göra det den redan gör naturligt, men med en ryttare på ryggen.

Vid fysisk schvung, ”är fram lika med whoa, och whoa lika med fram.” Betyder det att kvicka igångsättningar automatiskt ger lika eleganta avsaktningar? För de flesta hästar krävs det vanligtvis en ansträngning på mindre än 1 hekto att få till kvicka igångsättningar, men 200 kilo för att få dem att sakta av. Med andra ord krävs det väldigt lite för att få dem att röra sig framåt, men mycket för att få dem att stanna.

Andra hästar kräver mycket för att de ska röra sig framåt, men däremot väldigt lite för att de ska sakta av eller stanna. Det här är den andra ytterligheten som jag kallar icke-lyhörd. Schvung är att få ”fram” och ”whoa” i balans där båda är likvärdiga. Det ska bara krävas 1 hekto att få en häst att gå i full fart och bara 1 hekto att få den att sakta av till halt och rygga.

## 3/ Böjning

För att hästen ska kunna vara fysiskt böjlig så måste den först vara flexibel mentalt och det blir den om den har en flexibel, anpassningsbar människa. Om människan är flexibel så kan även hästen vara flexibel. En häst som inte är flexibel är trög när man går från stallet men taktar hem – eller vill bara ridas ut när det är lugnt omkring den. Om det inte är lugnt blir den nervös och låter sig störas av omgivningen. Det finns många fler sätt att se brist på mental flexibilitet hos hästar.

Om din häst har problem med mental flexibilitet, gå tillbaka till att få respekt innan du ber om schvung och fysisk böjning.

**MARGINALTEXT: Böjning i längdriktningen är mer än att få ner hästens huvud.**

In regard to the physical aspects of flexion, there are two types: lateral flexion and vertical flexion. Lateral flexion is for control of the horse, and vertical flexion is for communication with the horse.

With respect to lateral flexion, think of the horse as an arrow. The straighter he is, the faster, the stronger, the farther he can go. The more bent he is, the less chance he has of going somewhere. For example, if you pull the left rein on a horse who is running and take the life out of the left side of the horse's body, the right side cannot run any faster than the left side. So if the left side is in a complete arc, the right side will be in an arc as well, and vice versa. The horse will move in a tight circle. You'll have control of the horse's body and, therefore, the horse.

Vertical flexion is more than just getting a horse's nose in and down. Think of a horse's body as a buggy whip. The base of the whip, which is the thickest part, is compared to the horse's hindquarters. The lash or thin end is like his head and neck. Bend the whip and bring the lash end of the whip in (like the horse's neck when his head is on the vertical). As the whip bends, it gets strong over its top end, and it puts the power to the base (or hindquarters). This is what happens when you engage the horse's hindquarters.

This is good as long as the horse has the right attitude. Remember, a horse is an attitude with four feet. If he is scared or mad or disrespectful and you use vertical flexion, you've just engaged his hindquarters and caused him to be more powerful and possibly more dangerous. It's like letting the clutch out. It's common to see horses with their noses tucked to their chests running off. In order for a horse to rear, prance, run off, or any of these things, he needs to have power to his hindquarters. Therefore, using vertical flexion is a great way of getting your horse to do what you don't want him to do in a magnified way.

On the other hand, using one rein for lateral flexion takes the power away from the horse because it causes him to cross his hind legs under each other. This puts him in a base-narrow stance and disengages his hindquarters. A quick way for you to feel this is for you to stand with your left heel to your right toe. Left foot in front, right foot behind. See how powerless your stance is? Whereas if you spread your legs in a wide stance, your body would be in a powerful position; i.e. engaged. By being disengaged, a horse doesn't have the power to run, rear, prance, etc.

## **Dynamics of Horse Movement**

To be an effective horseman, you should know how a horse moves, how his feet work to make him perform. Knowing where a horse's feet are at all times and where his weight should be helps you to know how to help him do what you want him to do with a natural balance.



Det finns två slags fysisk böjning: böjning i sidled och böjning i längdriktningen. Genom böjning i sidled får vi kontroll över hästen och genom böjning i längdriktningen kommunicerar vi med hästen.

För att förstå begreppet sidoböjning, kan vi tänka på hästen som en pil. Ju rakare den är desto snabbare, starkare och längre kan den gå. Ju mer böjd den är desto mindre möjlighet har den att komma någonstans. Drar du till exempel i vänster tygel på en häst som rusar, och på så sätt tar kraften ur hästens vänstra sida, så kan inte höger sida röra sig snabbare än vänster sida. Om vänster sida är böjd i en båge så kommer höger sida också att vara det, och tvärtom. Hästen kommer att röra sig runt i en liten cirkel. Du kommer att ha kontroll över hästens kropp och därigenom över hästen.

Böjning i längdriktningen är mer än att få ner hästens huvud. Tänk dig hästens kropp som en körpiska. Piskans handtag, den kraftigaste delen, kan jämföras med hästens bakdel. Snärten, eller den smalaste delen, är huvudet och nacken. Böj piskan och dra in snärten (som hästens nacke när den går på tygeln). När piskan böjs blir den stark över den högsta delen och kraften samlas i handtaget (eller hästens bakdel). Det är det här som händer när du får hästen att engagera bakdelen.

Det är bra, så länge hästen har rätt attityd. Kom ihåg att en häst är en attityd på fyra ben. Om hästen är rädd eller arg eller inte respekterar dig och du böjer den i längdriktningen och på så sätt engagerar bakdelen, så blir den starkare och möjligen farligare. Det är som att släppa upp kopplingen. Hästar som rusar iväg med nosarna i bringan är en vanlig syn. Hästen måste ha kraft i bakdelen för att kunna stegra sig, konstra, rusa iväg eller liknande. Att böja hästen i längdriktningen är därför ett väldigt bra sätt att få den att göra vad du inte vill att den ska göra men med mer kraft.

Använder du däremot en tygel för att böja hästen i sidled så tar du ifrån den kraften eftersom det får bakbenen att korsas under varandra. Det gör hästens kroppsställning kraftlös och lösgör bakdelen. Ställ dig med din vänstra häl mot din högra tå så känner du snabbt hur det känns. Vänster fot framför din högra fot. Märker du hur kraftlös ställningen är? Om du däremot skulle ställa dig med benen brett isär så skulle kroppen vara i en kraftfull position, det vill säga engagerad. Är hästen lösgjord så har den inte kraft att rusa, stegra sig, konstra etc.

## **Hästens rörelsedynamik**

Om du vill bli en effektiv hästmänniska så måste du veta hur hästen rör sig, det vill säga hur benen arbetar. Är du hela tiden medveten om var hästens ben befinner sig och var vikten bör vara så hjälper du hästen att göra vad du vill att den ska göra med bibehållen naturlig balans.

Horses have five natural gaits: walk, trot, canter, gallop, and back-up. Of course, gaited horses, such as Tennessee Walkers and Paso Finos, differ from this norm. For the most part, gaited horses don't trot, but perform a smooth, ambling, four-beat, lateral gait, sometimes referred to as an intermediate or single-foot gait. In most of these lateral gaits, each foot hits the ground separately in a rapid, rhythmic fashion, which produces a smooth ride.

For the purposes of this book, however, I'll refer to the vast majority of riding horses who have the five gaits mentioned above. The horse's footfall patterns are different for every gait, and the number of beats that occur in each stride of each gait varies.

Beats in each gait: 1/ walk-four; 2/ trot-two; 3/ canter-three; 4/ gallop - four; 5/ back-up-two.

When a horse is standing still, such as in a halt, he has all four feet standing at once. Therefore, I like to say that horses have five natural gaits and a place called halt.

The following is a description of each footfall pattern. The photos demonstrate the footfall sequence.

**1/ *Walk*** – If you start counting each of the four beats with the front feet, the pattern would be: right front, left hind, left front, right hind. But if you start counting with the hind feet, the pattern would be: right hind, right front, left hind, left front.

**2/ *Trot*** – The trot has two beats because the legs work in diagonal pairs: right hind-left front, and left hind-right front. To post to the right, I suggest you rise in the stirrups when the right hind and left front legs lift and vice versa.

**3/ *Canter or lope*** – This is a three-beat gait with the horse's legs hitting the ground in the following three-beat manner. For a left lead: right hind foot strikes the ground first, followed by the diagonal left hind and right front, then the left front foot hits last. For a right lead: left hind strikes the ground first, followed by a diagonal right hind and left front, then the right front foot hits last. There is a moment of suspension, when all four feet are off the ground, after the leading front foot hits the ground and before the new stride starts with the hind foot.

Note: One of the three beats is a pair of diagonal legs hitting the ground at the same time. Go back and study the diagonals at the trot to see the correlation.

**4/ *Gallop*** – Although the gallop appears to be a faster version of the canter, it is actually a four-beat gait. However, the horse still has a leading leg, just like he did in the canter. For a left lead, the footfall pattern is: right hind, left hind, right front, left front. For a right lead: left hind, right hind, left front, right front. The moment of suspension follows the leading leg as it does in the canter.

Hästar har fem naturliga gångarter: skritt, trav, galopp, fyrsprångsgalopp och ryggning. Gångartshästar, som exempelvis Tennessee Walking horses och Paso Finos, är naturligtvis undantagna denna norm. Gångartshästar travar för det mesta inte utan har en mjuk, passgångsaktig, fyrtaktig lateral gångart som ibland kallas passtölt eller travtölt. I de flesta av dessa laterala gångarter träffar varje ben marken separat, snabbt och rytmiskt, vilket ger en mjuk ritt.

I den här boken syftar jag emellertid bara på den stora majoriteten ridhästar som har de fem ovannämnda gångarterna. Stegföljden och antal hovslag per steg skiljer sig i varje gångart.

Hovslag i respektive gångart: 1/ skritt – fyra; 2/ trav – två; 3/ galopp – tre; 4/ fyrsprångsgalopp – fyra; 5/ ryggning – två.

När hästen gör halt stödjer den på alla fyra benen samtidigt. Därför brukar jag säga att hästar har fem naturliga gångarter och positionen halt.

Här följer en beskrivning av stegföljden i respektive gångart. Fotografierna visar fotförflyttningen.

**1/ Skritt** – Inleds skritten med höger fram så blir stegföljden: höger fram, vänster bak, vänster fram, höger bak. Men om du börjar räkna från bakbenen så skulle stegföljden bli: höger bak, höger fram, vänster bak, vänster fram.

**2/ Trav** – Traven är tvåtaktig eftersom benen rör sig diagonalt i par: höger bak med vänster fram, och vänster bak med höger fram. För att sitta ned på höger fram föreslår jag att du ställer dig upp i stigbyglarna när höger bak och vänster fram lyfter och tvärtom.

**3/ Galopp eller lope** – Galopp är en tretaktig gångart där hästens ben slår i marken i följande ordning. I vänster galopp slår höger bak i marken först och följs av vänster bak och höger fram diagonalt, vänster fram slår i marken sist. I höger galopp slår vänster bak i marken först och följs av höger bak och vänster fram diagonalt, höger fram slår i marken sist. Efter att frambenet slår i marken, och innan det nya steget börjar med bakbenet, ingår det ett svävningmoment när alla fyra benen är i luften.

Notera: Ett av de tre hovslagen är det diagonala benparet som slår i marken samtidigt. Gå tillbaka och studera diagonalerna i traven för att se sambandet.

**4/ Fyrsprångsgalopp** – Även om fyrsprångsgaloppen bara verkar vara en snabbare version av galoppen så är den faktiskt en fyrtaktig gångart. Men precis som i galoppen så slår antingen vänster fram eller höger fram i marken sist. Stegföljden i vänster galopp är: höger bak, vänster bak, höger fram, vänster fram. I höger galopp: vänster bak, höger bak, vänster fram, höger fram. Svävningmomentet följer efter att frambenet slår i marken, precis som i galoppen.

**5/ Back-Up** – The back-up and the trot are both two-beat gaits, thus they are related. When a horse moves backward naturally and without interference, he does it in a two-beat diagonal fashion. Only with normal interference (versus natural guidance) from the rider will the horse switch over and do an awkward four-beat gait.

By their footfall pattern, horses actually trot backward. Their feet move in diagonal pairs as they do in a trot, only backwards: right front moves with the left hind, and left front moves with the right hind.

By now you can probably see the close relationship between the back-up and the trot. You'll find that the only real difference between the two is the fact that in the back-up, the horse's weight is tipped back 51 to 70 percent. The trot is the only gait the horse can do in place because his weight is distributed 50/50. He can literally trot in place.

Because both the trot and the back-up have a diagonal movement, you should understand how often a horse uses his diagonals in his natural movements. For example, in the canter, one of the three beats is a diagonal move. Therefore, by getting good at backing up and trotting, you'll better understand how to coordinate with the horse's hind legs in the canter. For instance, by clueing into the left hind leg in the diagonal movement during the trot (instead of the right front), you can get in rhythm with your horse for a left lead canter.

On their own, horses do not normally move their feet backward or sideways often. However, we use these maneuvers often in riding, and, therefore, the horse needs to be familiar and comfortable with them. The better your horse yields backward, as well as sideways, the better he will do everything else. By this I mean, if you've developed your horse to be light, supple, and responsive enough so that backing up and side-passing are easy for him, he's probably light, supple, and responsive enough for all other maneuvers.

## **Gait Speed**

Each gait basically has three speeds: slow, medium, and fast. In some circles, these speeds are referred to as collected (slow), working or regular (medium), and extended (fast). However, extended gaits aren't necessarily extremely fast gaits. Extension is the opposite of collection. In collection, the horse gathers his body and puts it into a tighter frame with a higher stride than he does during his normal or regular working body position. In extended gaits, the horse's body frame lengthens along with his stride.

I need to make one other distinction regarding collection. To me, it's not just the horse's body frame, but his frame of mind. Collection is a combination of respect, impulsion, and flexion naturally combined. It's not just when the horse tucks his nose in and down. That's only vertical flexion.

**5/ Ryggning** – Ryggningen och traven är gångarter som liknar varandra eftersom båda är tvåtaktiga. Naturligt, och utan hinder, rör sig hästen bakåt tvåtaktigt och diagonalt. Bara vid ”normal” ridning, när ryttaren blandar sig i (istället för att vägleda hästen på ett naturligt sätt) byter hästen till en klumpig, fyrtaktig gångart.

Enligt stegföljden så travar faktiskt hästar baklänges. Benen rör sig bakåt diagonalt i par precis som när de travar: höger fram med vänster bak, och vänster fram med höger bak.

Nu förstår du troligtvis den nära relationen mellan ryggning och trav. Den enda egentliga skillnaden mellan dem är att hästens kroppsvikt är bakåttippad med 51 till 70 procent när den ryggar. Trav är den enda gångarten som hästen kan göra på stället eftersom den då har vikten jämnt fördelad. Den kan bokstavligen trava på stället.

Eftersom det ingår diagonala rörelser både i trav och vid ryggning, bör du ha förstått hur ofta hästen använder sig av sina diagonaler när de rör sig naturligt. I galoppen till exempel, är ett av de tre stegen en diagonal rörelse. Genom att bli bra på att rygga och trava så kommer du bättre förstå hur du ska koordinera med hästens bakben i galoppen. Är du till exempel medveten om vänster bak i den diagonala rörelsen i traven (istället för höger fram) så hamnar du i rytm med hästen för vänster galopp.

Hästar rör sällan benen bakåt eller sidvärtes på egen hand. Men eftersom dessa rörelser är så vanliga i ridning måste de vara vana vid och känna sig bekväma med dem. Ju bättre din häst ger efter både bakåt och sidvärtes, desto bättre kommer den att utföra övriga rörelser. Har du utvecklat hästens lätthet, smidighet och lyhördhet nog för att den ska kunna utföra ryggning och sidvärtsrörelser med lätthet, är den troligtvis lätt, smidig och lyhörd nog för att utföra övriga rörelser.

## **Gångartshastighet**

Varje gångart har i stort sett tre hastigheter: långsam, medelsnabb och snabb. I vissa kretsar kallar man det samlad (långsam), arbets- eller mellan- (medelsnabb) och ökad (snabb). De ökade gångarterna är emellertid inte nödvändigtvis överdrivet snabba. Ökning är motsatsen till samling. När hästen är samlad är den kort och kompakt i kroppen och tar högre steg än den gör vid den normala arbetskroppspositionen, i ökade gångarter längs både kroppen och steget.

Jag ser även samling på ett annat sätt. Jag ser det inte bara som hästens kroppsform utan även som hästens mentala form. Samling är respekt, schvung och böjning i naturlig kombination – inte att få ner hästens huvud. Det är bara böjning i längdriktningen.

## Horse's Distribution of Body Weight

A horse's body weight is never static. It moves or shifts as he moves and it's different in each of his gaits.

**1/ Halt** – When standing, a horse has most of his weight on his front end - approximately 60 percent.

**2/ Walk** – At the walk, a horse carries approximately 60 percent of his weight on his front end.

**3/ Trot** – While trotting, a horse carries his weight evenly – 50 percent on the front end and 50 percent on the hindquarters. The trot is the only gait that a horse can do in place. This is called the piaffe, in dressage lingo.

**4/ Canter** – When cantering or loping, a horse tips his weight back with approximately 60 percent on the hindquarters and 40 percent on the front.

**5/ Gallop** – During the gallop, a horse's body weight tips forward between 51 and 70 percent.

**6/ Back-Up** – In this gait, a horse carries between 51 to 70 percent of his weight on his hindquarters. If it goes over that, the horse would sit down or tip over. If it goes under that percentage, the horse is probably performing a piaffe. It's good to learn where a horse's weight is naturally at all gaits and do what he does. For example, to get a horse to take a particular lead, don't lean forward, because his weight needs to be tipped to his hindquarters. That's where your weight should be.

Every horse has a drive line (center of balance), which is situated near his withers. To be in natural balance, try to stay behind the drive line. The only time you should stick your nose in front of that drive line is when you're roping, racing, going up hill, jumping, or getting bucked off.

## Horse-Analities

Just as important as knowing how a horse moves is knowing how a horse feels about what he is doing. In playing with different horses, I've noticed that all horses have their own "horse-analities," or what we call personalities in people.

A horse-anality is based on three things: 1/ innate characteristics, 2/ learned behavior, and 3/ spirit. Every horse has his own horse-anality because of these three separate ingredients.

Innate characteristics are what the horse is born with, his genetic makeup. I've talked about horses being born cowards, born claustrophobics, and born full-throttle-aholics. To what degree was the horse born with these characteristics? How much of a coward is he? Some horses are born as gentle as dogs, and others snort at everything the day after they are born. These are innate characteristics. The horse hasn't had time to learn about anything else yet.

## Hästens kroppsviktsfördelning

En hästs kroppsviktsfördelning är inte konstant. Den varierar vid rörelse och den är olika i varje gångart.

**1/ Halt** – När hästen står bär den cirka 60 procent av vikten på framdelen.

**2/ Skritt** – I skritt bär hästen cirka 60 procent av vikten på framdelen.

**3/ Trav** – När hästen travar har den vikten jämnt fördelad, 50 procent på framdelen och 50 procent på bakdelen. Traven är den enda gångarten som hästen kan göra på stället. På dressyrspråk kallas det piaff.

**4/ Galopp** – När hästen rör sig i galopp eller lope tappar den vikten bakåt och bär cirka 60 procent av vikten på bakdelen och 40 procent på framdelen.

**5/ Fyrspångsgalopp** – I fyrspångsgaloppen tappar hästens kroppsvikt framåt med mellan 51 och 70 procent.

**6/ Ryggning** – När den ryggar bär hästen mellan 51 och 70 procent av sin vikt på bakdelen. Skulle den bära mer än så skulle hästen sätta sig ned eller tippa. Under den procenten så piafferar troligtvis hästen.

Det är bra att lära sig hästens naturliga viktfördelning i alla gångarter och sedan göra det den gör. Vill du till exempel få hästen att fatta en viss galopp ska du inte luta dig framåt eftersom vikten måste flyttas till bakdelen. Det är där din vikt ska vara.

Alla hästar har en balanspunkt som är placerad nära manken. Försök att hålla dig bakom den punkten om du vill vara i naturlig balans. Den enda gången du ska sticka näsan framför den är vid roping, när du rider i snabb galopp, rider uppför en backe, hoppar eller blir avbockad.

## Häst-ligheter

Precis lika viktigt som det är att veta hur en häst rör sig är det att veta hur hästen känner för det den gör. När jag har lekt med olika hästar har jag märkt att de alla har egna ”häst-ligheter”, eller det vi kallar personligheter hos människor.

En häst-lighet grundar sig på tre saker: 1/ medfödda karaktärsdrag, 2/ inlärt beteende och 3/ temperament. Alla hästar har sin egen häst-lighet som baseras på dessa tre ingredienser.

Alla hästar har medfödda karaktärsdrag, den genetiska sammansättningen. Som jag har nämnt tidigare är hästar redan från födseln fega, rädda för trånga utrymmen och flykt-ister. I vilken grad är dessa karaktärsdrag medfödda? Hur feg är hästen? Vissa hästar är som små lamm redan från födseln medan andra fnyser åt allt de ser. Dessa är medfödda karaktärsdrag, eftersom hästen ännu inte har haft tid att lära sig någonting annat.

Horses get their learned behavior first from their mothers, second from the herd, third from their environment, and fourth from us. Humans can be involved in the learned behavior in different stages, such as foal imprinting and critical learning periods. We have to realize that part of the horse's horse-anality today is based on his learned behavior. A horse can actually change his horse-anality or modify it through learned behavior.

Spirit is part of a horse's innate package, but has to do with the amount of life or energy he puts into things. Spirit is the multiplying factor. For example, horses are born with the innate characteristic to be sensitive and aware of things. If a horse doesn't have a lot of spirit, he is not going to put a whole lot of energy into his sensitivity or awareness. But a horse with a lot of spirit is going to really react to something another horse would practically ignore. Some horses are born spooky, but they don't have a lot of spirit. But one that is born spooky and spirited is a lot of horse to deal with.

When selecting a horse, you should select one with the innate characteristics you like and those that fit your personality, whether it is mental attributes, disposition, or spirit. Be careful to pick the spirit that fits you. A lot of people tend to pick their poison and often are out-spirited by their horses. Then, they try to subdue the horses through mechanical or physical means. After they get frustrated or afraid, they sell those horses and then go out and buy other horses with exactly the same innate characteristics and spirit. Don't pick your poison!

Understand that whatever spirit a horse has is what you've got to deal with, and leave it alone. If you don't, you'll destroy the horse's spirit, and that's a mortal sin to a Natural Horse-Man.

Learn how horse-analities are made up and become a good "pick" or selector of horse-analities that fit your personality. Pick the type of horse-anality that you're able to deal with effectively. The part that you can modify or change or shape up the way you like is through learned behavior. So by becoming a good pick of horse-analities, you're making sure that your personality and your horse's horse-anality profiles match. It's important to understand at what level of Natural Horse-Man-Ship you are so you can pick a horse to fit your particular situation.

***BILDTEXT: Horses get their learned behavior from their mothers, the herd, the environment, and from humans. People can have a great impact on foals during critical early learning periods right after birth. This foal learns to lead with just a progress string around his body.***



Hästen får sitt inlärdade beteende först och främst från sina mödrar, sen från hjorden, sen från sin omgivning och sist från oss. Vi människor kan påverka det inlärdade beteendet i olika stadier, som till exempel vid fölprägling och viktiga inlärningsperioder. Att delar av hästens nuvarande häst-lighet baseras på det inlärdade beteendet är något vi måste inse, men en häst kan faktiskt ändra sin häst-lighet, eller förändra den genom inlärt beteende.

Temperamentet, eller mängden energi som hästen lägger på saker, är en del av hästens medfödda bagage. Temperamentet är ökningsfaktorn. Hästar föds till exempel med det medfödda karaktärsdraget att vara känsliga och medvetna om saker. Om en häst inte är särskilt temperamentsfull så kommer den inte att lägga så mycket energi på att vara känslig eller medveten. Men en temperamentsfull häst, däremot, reagerar starkt på saker som en annan häst nästintill skulle ignorera. Vissa hästar är nerviga från födseln men inte så temperamentsfulla. Men en häst som från födseln är både nervig och temperamentsfull är mycket häst att handskas med.

Välj en häst vars medfödda egenskaper du gillar, och som passar din personlighet. Det kan vara såväl hästens utmärkande mentala drag, som dess lynne och hur temperamentsfull den är. Tänk på att välja ett temperament som passar dig. Det är vanligt att folk köper grisen i säcken och därför blir överkörda av hästarnas temperament. Då försöker man kuva hästarna fysiskt eller med mekaniska hjälpmedel. När de blir frusterade eller rädda, säljer de hästen och skaffar sedan en annan häst med precis samma medfödda karaktärsdrag och temperament. Köp inte grisen i säcken!

Du måste inse att hästens temperament är vad du har att handskas med, och låta det vara så. Om du inte gör det, kommer du att förstöra hästens själ, en dödssynd för en naturlig hästmänniska.

Lär dig hur de olika häst-ligheterna ser ut och bli bra på att välja en som passar din personlighet. Välj en typ av häst-lighet som du klarar av att handskas med fullständigt. Den delen av häst-ligheten som du kan förändra, ändra eller forma som du vill ha den, är den hästen har fått genom inlärt beteende. Blir du bra på att välja häst-ligheter kan du vara säker på att din personlighets- och hästens häst-lighetsprofil kommer att passa ihop. Du måste förstå på vilken nivå i PNH du befinner dig så du kan välja en häst som passar din speciella situation.

**BILDTEXT: Hästar får sitt inlärdade beteende från sina mödrar, hjorden, omgivningen och från människor. Människor kan ha stor inverkan på föl under viktiga tidiga inlärningsperioder precis efter födseln. Det här fölet lär sig att bli ledd med bara ett rep runt kroppen.**

## Horse Talents

Horses have six, basic, natural talents: 1/ running; 2/ jumping, 3/ bucking, 4/ herding, 5/ playing, and 6/ pulling.

We use these talents, or a combination of these talents, for the various sports we play with horses. A natural horseman should learn to become a good judge of a horse's potential through aptitude testing.

I have found that the best way to find a horse's aptitude for any of these six talents is to watch a horse, particularly a young horse, when he is at play or when he is scared. A horse will never be more athletic than at those two times. A horse who is fast will jump out in front of the others. One who is apt to jump or buck well, will at that time. One who is bold enough for herding will show that by herding his pasture mates. Horses who are apt to do a lot of turning and spinning, prancing, dancing, and all the natural maneuvers we ask horses to do in dressage or reining will do so if they are innately strong on frolicking or playing.

Throughout history, humans have observed horses and made sport of the different talents their horses have. For example, one day someone might have said, "My horse is faster than your horse," and the person he was talking to disbelieved him. They wagered on a race between the two horses.

When two people wanted to see whose horse could jump the highest, they created the contest of jumping. Then, there always was the horse who couldn't be rode, and the cowboy who couldn't be throwed, and rodeo came into being. It's easy to see how sports involving running, jumping, and bucking evolved.

Herding, playing, and pulling are probably not as self-explanatory as running, jumping, and bucking.

Herding is a natural instinct in horses, derived from an innate trait to keep the herd together, which means safety. It's stronger in some individuals than in others. It stems from the herd hierarchy and structure. In today's world, the naturalness some horses have to herd and to dominate has been genetically coded and bred into them. We call these horses "cow horses," or we say that such a horse has a lot of "cow." There are various forms of cow horses, from roping horses to cutting horses. I've noticed that most cutting horses are also very dominant horses within the herd.

Watching horses at play has always been a favorite pastime for humans. And I'm sure that people have long dreamed of being able to duplicate the natural acts that horses perform when they frolic while they are on the horses' backs. I think this has helped develop the sports of dressage and reining, which are English and western counterparts to each other. In them, the rider basically asks his horse to more or less frolic and do the other athletic maneuvers.

Pulling has always been the hallmark of the strong horse. Throughout history, big, strong horses have pulled plows, wagons, and carriages as part of their work. Today, we also enjoy pulling and driving for recreation and contest.

## Hästförmågor

Hästar har sex grundläggande naturliga förmågor: 1/ springa, 2/ hoppa, 3/ bocka, 4/ valla, 5/ leka och 6/ dra.

Vi använder dessa förmågor, eller en kombination av dem, i de olika hästsporterna. En naturlig hästmänniska bör lära sig, och bli bra på, att bedöma hästens förmåga med hjälp av lämplighetstest.

Jag har kommit fram till att det bästa sättet att bedöma hästens kapacitet för de sex förmågorna är att iaktta den, speciellt om det rör sig om en unghäst, när den leker eller är rädd – den är aldrig mer spänstig än vid dessa två tillfällen. En snabb häst hoppar ut framför de andra. En som har lätt för att hoppa och bocka gör det. En som är modig nog att valla, visar det genom att valla sina flockmedlemmar. Hästar som har lätt för att vända och snurra, kråma sig, dansa och utföra de naturliga rörelser vi ber dem om i dressyr eller reining, kommer att göra det om de har en medfödd förmåga att konstra eller leka.

Genom historien har människor iakttagit hästar och utvecklat sporter av deras olika förmågor. En dag kanske någon till exempel sa ”Min häst är snabbare än din häst” och personen han pratade med trodde honom inte. De slog vad om ett lopp mellan de två hästarna.

När två personer ville se vems häst som kunde hoppa högst, skapade de hopptävlingen. Och eftersom det alltid har funnits oinridna hästar och cowboys som inte vill bli avslängda, kom rodeon in i bilden. Det är lätt att se hur sporter som involverade löpning, hoppning och bockning utvecklades.

Vallning, lek och att dra kan nog inte förklaras lika lätt som löpning, hoppning och bockning.

Vallning är en av hästens naturliga instinkter som kommer från det medfödda draget att hålla ihop flocken – som innebär säkerhet. Instinkten är starkare hos vissa hästar än andra. Det härrör från flockens hierarki och sammansättning. Nuförtiden har det som är naturligt för vissa hästar, att valla och dominera, blivit genetiskt kodat och framavlat. Vi kallar dessa hästar med stark vallningsinstinkt för kohästar. Det finns olika slags kohästar, från ropinghästar till cuttinghästar. Jag har lagt märke till att majoriteten av cuttinghästarna också är väldigt dominanta i sin flock.

Att titta på hästar som leker har alltid varit en favoritsysselsättning för oss människor. Jag är dessutom säker på att människor länge har drömt om att kunna utföra det hästen gör naturligt när den leker, när de är på hästens rygg. Jag tror att det har bidragit till att vi har utvecklat sporterna dressyr och reining, som är den engelska respektive westernstilens motsvarigheter till varandra. I dessa sporter kan man säga att ryttaren ber hästen att leka och utföra andra naturliga rörelser.

Att dra har alltid varit arbetshästens kännetecken. Genom historien har kraftiga, starka hästar arbetat med att dra plogar och olika sorters vagnar. Nuförtiden kör vi våra hästar både för nöjes skull och i drag- och körtävlingar.

What's important in all this is to remember that while we try to genetically code our horses and breed them for specific things, this does not always work. Often, horses who are bred for something specific are not good at that particular activity. On the other hand, there are others who weren't bred for a certain activity, yet they fool their owners and become great. They had talent no one knew they had.

If we'll be more objective in our analysis of a horse's aptitudes, there might be a gem in the rough waiting to be discovered. When you're disappointed that your race horse does not show speed, maybe he has other talents, such as jumping or running barrels.

For example, Doc Bar was bred to be a race horse, yet he was a halter horse, and later became the all-time sire of great cutting horses. Some of his sons, daughters, and grandget have made their names known among reining and pleasure horse circles as well.

I had a personal example some years ago. A girl brought a horse to me to be trained. She had raised the horse and wanted to use him as a trail horse. This horse, an Appaloosa, was somewhat spirited and a real natural at stopping and turning around. The owner had no interest in having the horse for any other purpose than trail riding. The horse would have been okay at trail riding, but he was great at reining. The solution that we came up with was to sell him to somebody who was looking for exactly that type of horse. With the money she received, she bought herself a horse who better fit her needs. Everybody, including the horses, came out on top.

So, pay attention to your horse's talents, traits, and characteristics. If he is a real bossy individual, he might be exhibiting some talents as a cutting horse. If he constantly jumps out of his pasture or pen, he might be your next jumping champion.

## **Eight Responsibilities**

In the partnership of horse and human, each has responsibilities.

### **Four Responsibilities of the Human**

Most people tend to do the wrong things at the right time because they haven't upheld their four responsibilities in the partnership.

#### ***1/ Act like a partner, not like a predator.***

To not act like a predator, the human must be mentally, emotionally, and physically fit. Mental fitness means to learn the natural knowledge about horses; emotional fitness means to be stable to deliver good leadership; and physical fitness means to be able to ride the horse and stay out of his way.

Det är viktigt att komma ihåg att även om vi försöker att genetiskt koda våra hästar och avla dem för specifika ändamål så fungerar det inte alltid. Ofta är hästar inte bra på det de är framavlade för, och de som tvärtom inte är framavlade för något specifikt ändamål, drar sina ägare vid näsan och blir riktigt bra. De visar sig ha oanade talanger.

Om vi blir mer objektiva när vi analyserar hästars kapacitet kan vi kanske upptäcka fler oslipade diamanter. Känner du dig besviken för att din galopphäst inte är snabb så kanske det visar sig att den istället har kapacitet för hoppning eller barrel racing.

Som ett exempel på detta kan vi ta Doc Bar. Doc Bar avlades för kapplöpning, men blev istället halterhäst och senare tidernas främsta förärvare av högklassiga cuttinghästar. Några av hans avkommor i flera led har även gjort sina namn kända inom reining- och pleasurekretsar.

Jag har ett eget exempel som inträffade för några år sedan. En tjej lämnade sin häst till mig för träning. Hon hade fött upp hästen själv och ville använda den som trailhäst. Hästen, en appaloosa, var tämligen temperamentsfull och en riktig naturbegåvning på att stanna och vända. Ägaren var inte intresserad av att använda hästen till något annat än trailridning. Hästen skulle ha blivit skaplig som trailhäst men den var suverän på reining. Vi kom fram till att lösningen var att sälja den till någon som letade efter exakt den typen av häst. För pengarna som hon fick för hästen köpte hon en häst som bättre passade det hon ville ha. Alla, inklusive hästarna, blev nöjda.

Så var uppmärksam på din hästs förmågor, egenskaper och karaktärsdrag. Om den är en riktigt dominant individ så kanske den visar talang som cuttinghäst. Om den gång på gång hoppar ur hagen, kanske den är din nästa hoppchampion.

## **Åtta skyldigheter**

I relationen mellan häst och människa har båda skyldigheter.

### **Människans fyra skyldigheter**

De flesta av oss har en benägenhet att göra fel saker vid rätt tidpunkt eftersom vi inte håller fast vid våra fyra skyldigheter.

#### **1/ Bete dig som en partner och inte ett rovdjur.**

Vi måste vara mentalt, känslomässigt och fysiskt i form för att inte bete oss som rovdjur. Har man lärt sig den naturliga kunskapen om hästar, så är man mentalt i form. Är man stabil som person, kan man också erbjuda ett bra ledarskap – då är man känslomässigt i form. Kan man rida hästen och hålla sig ur vägen för den, så är man i form fysiskt.

## ***2/ Have an independent seat.***

An independent seat starts with being mentally, emotionally, and physically fit.

An independent seat means that you do not use the reins for balance; you do not squeeze below your knees for grip; and you do not use two reins in an "Oh, no" situation. When the horse starts acting like a prey animal, the human shouldn't act like a predator by pulling back on the reins and squeezing him in the belly at the same time. Instead, the human should reach down one rein and bend the horse, using lateral flexion.

## ***3/ Think like a horse.***

The next thing is learning to think like a horse, rather than a human. That's what this whole section on knowledge is about. It's a responsibility of the human to learn to think laterally, which means to look at a situation as a horse would. Instead of immediately reacting to a situation like a human, try to see it from the horse's point of view.

For example, you should know that horses do not have great depth perception, but humans do. Knowing that a horse has bilateral vision and is color blind helps you to walk a minute or a mile in the horse's horseshoes. If you can do that, you have one of the ingredients in becoming a Natural Horse-Man.

It takes time to study horses to see what motivates them. One good way is to watch horses in a herd situation, where they act and react the way nature programmed them.

## ***4/ Use the natural power of focus.***

The human should come to understand and use the natural power of focus. What does focus mean? In every endeavor, sport, or anything we do, whether it is flying an airplane, driving a car, running a hurdle race, or snow skiing, focus and the line of direction are the most important ingredients.

What does this mean in relationship to horses? If you look where you're going, your horse will take you where you want to go. Most people look at their horses' heads because of a lack of emotional fitness. Typically, when the horse, a live animal, acts up beneath an emotionally unfit rider, he or she gasps, tightens up, and looks down at the horse.

This is where learning about the natural power of focus comes into play. Pick something in the distance and ride to it. Then pick another point in the distance and ride to it. The horse will learn to follow under you. He will follow your lead.

Here's a concept I'd like for you to consider. There is a place called somewhere; there's a place called nowhere; and there's a place called somewhere else. If you want to go somewhere, say straight ahead, you've got to look there; you've got to focus straight ahead of you. If you want to go somewhere else, you've got to look to your right or left and go somewhere else. If you want to go nowhere, look down at the ground and go nowhere.

## **2/ Ha en oberoende sits**

En oberoende sits börjar med att man är mentalt, känslomässigt och fysiskt i form.

Har man en oberoende sits så använder man inte tyglarna för att hålla balansen, man kniper inte med underskänklarna för att hålla sig kvar, och man använder inte två tyglar när man hamnar i en "Åh nej-situation." När hästen börjar bete sig som ett bytesdjur ska inte människan bete sig som ett rovdjur genom att dra tyglarna bakåt och klämma till med skänklarna. Istället ska man ta långt ned på ena tygeln och böja hästen i sidled.

## **3/ Tänk som en häst**

Nästa skyldighet är att lära sig att tänka som en häst, inte som en människa. Det är det som hela det här avsnittet om kunskap handlar om. Det är människans ansvar att lära sig sidotänkande, det vill säga att se på situationen som en häst skulle. Man ska inte omedelbart reagera på ett mänskligt sätt, utan istället försöka se på situationen ur hästens synvinkel.

Du bör till exempel vara medveten om att hästen, till skillnad från oss människor, inte har bra djupseende. Hästen har utmärkt syn åt sidan och är färgblind; vet man det så kan man också veta var "hästskon klämmer". Att veta det är en av ingredienserna för att bli en naturlig hästmänniska.

Att studera hästar för att se vad som motiverar dem tar tid. Ett bra sätt är att iakttä hästar i flock, där de betar sig och reagerar som de är naturligt programmerade att göra.

## **4/ Fokusera på vad man vill göra**

Man bör utveckla förståelse för vilken naturlig tillgång fokus är och lära sig att använda den. Vad betyder fokus? När vi strävar efter något, utövar en idrott, eller något annat, om det så är att flyga flygplan, köra bil, springa ett hinderlopp eller åka skidor, är de viktigaste ingredienserna fokus och riktning.

Vad betyder det här i relation till hästar? Om du tittar dit du ska kommer hästen att ta dig dit du vill. De flesta av oss tittar ner på hästens huvud eftersom vi inte är känslomässigt i form. När hästen, ett levande djur, konstrar under en ryttare som inte är känslomässigt i form, brukar hon eller han dra efter andan, spänna sig och titta ner på hästen.

Det är här som att lära sig vilken naturlig tillgång fokus är kommer in i bilden. Fokusera på något långt bort och rid mot det. Fokusera sedan på en annan punkt långt bort och rid till den. Hästen kommer att lära sig att följa under dig. Den kommer att följa dig dit du leder den.

En princip som jag vill att du ska tänka över är att det finns en plats som heter någonstans; det finns en plats som heter ingenstans och det finns en plats som heter någon annanstans. Om du vill gå någonstans, kanske rakt fram, så måste du titta ditåt och fokusera rakt framför dig. Om du vill gå någon annanstans så måste du titta till höger eller vänster och gå någon annanstans. Om du inte vill gå någonstans så tittar du ner på marken och går ingenstans.

Focus has got to be the first thing that happens. Then your body will follow and your horse will follow the suggestions of your body. If you focus on going to the right, your eyes roll to the right and then your head turns to the right, which turns the neck, which turns the spine, which then turns the pelvis; then your hands come. This is what happens before what happens happens, and this is what the horse feels. As you look to the right, your right hand goes off to the right and your left hand comes over to the right. Your right leg opens up, your left leg pushes across. All of these things happen in association with focusing on where you want to go or on what you want to do. This is why it's so important to understand the power of focus.

## **Four Responsibilities of the Horse**

Horses are subject to normality also.

The normal thing for horses to become is frightened prey animals. But they can become gentle, rideable animals, too.

In order for a partnership between horse and human to happen, the horse has to have some responsibilities, just like the human.

### ***1/ Act like a partner, not like a prey animal.***

First of all, the horse needs to learn, through exposure and experience, how not to act like a prey animal – a born coward, born claustrophobic, and born full-throttle-aholic. One way to do this is to expose the horse in such a way that he becomes more mentally, emotionally, and physically fit.

For example, when you say "whoa," your horse must learn to stop physically, mentally, and emotionally. He must not only come to a complete halt, but mentally shift gears, and emotionally calm down. He has to willingly quit whatever he's doing. He must understand that quitting at your request is one of the ultimate rewards. His new motto becomes: "Don't just do something, stand there." The horse has learned to stop, think about things, and stay gregarious with the human who's on his back.

How do we get a horse to do this? Again, through exposure and experience you can teach a horse not to do something, but just stand there. The best way I know to get a horse to not act like a prey animal is for the human to not act like a predator – neither a scared predator, nor an angry one.

### ***2/ Not change gaits.***

The horse needs to learn to maintain his gait by himself. It shouldn't be necessary to continually leg him on or hold him back. It's a frustrating thing when you have to hold a horse back with the bit or to push him on with spurs. If you're walking, he should walk, not jig, trot, canter, or stop.

One of the tests to see if your horse is a dependable horse is to put him on a loose rein and ask him to hold that gait, whether you're traveling alone or in a group. The trot is a good gait to do this in because it's faster than a walk, but not as fast as a canter. There's a potential for the horse to make a mistake either way. He can slow down to the walk or speed up to the canter.



Innan du gör någonting måste du fokusera. Då kommer din kropp att följa och hästen kommer att följa det din kropp antyder. Om du fokuserar på att gå till höger, kommer dina ögon att se åt höger, sen vrids ditt huvud till höger, som vrider nacken, som vrider ryggraden som sen vrider ditt bäcken och sist kommer dina händer följa med. Det är det här som händer innan det som händer händer och det är det här som hästen känner. När du tittar åt höger rör sig högerhanden åt höger och vänsterhanden kommer över på höger sida. Högerskänkeln slappnar av och vänsterskänkeln driver på. Allt detta händer om du fokuserar dit du ska eller på vad du vill göra. Det är därför det är så viktigt att förstå vilken naturlig tillgång fokus är.

## **Hästens fyra skyldigheter**

Även hästar styrs av det som är normalt för dem.

För hästar är det normalt att bli rädda bytesdjur. Men de kan bli välvilliga, ridbara djur.

För att samarbetet mellan häst och människa ska fungera så har hästen, precis som människan, skyldigheter.

### **1/ Bete sig som en samarbetspartner och inte som ett bytesdjur.**

Genom att utsätta hästen för vissa situationer ett flertal gånger lär den sig att inte bete sig som ett bytesdjur – feg, rädd för trånga utrymmen och flykt-ist. Ett sätt är att utsätta hästen för situationer på så sätt att den blir i bättre form mentalt, känslomässigt och fysiskt.

När du exempelvis säger ”sakta” måste hästen lära sig att stanna fysiskt, mentalt och känslomässigt. Den måste inte bara göra halt utan också växla ned mentalt och lugna ner sig känslomässigt. Den måste villigt sluta med vad den än gör. Att sluta på din begäran blir en av de grundläggande belöningarna för hästen. Det nya mottot blir: ”Gör inte bara nåt, stå där.” Hästen har lärt sig att stanna, tänka över saker, och att vara trogen människan på ryggen.

Hur får vi hästen att göra det? Igen, genom att utsätta hästen för olika situationer ett flertal gånger, kan man be den att inte göra något, bara stå där. Det bästa sättet jag vet att få en häst att inte bete sig som ett bytesdjur är att människan inte betar sig som ett rovdjur – varken ett skrämt eller ett argt sådant.

### **2/ Bibehålla gångarten.**

Hästen måste lära sig att själv bibehålla gångarten. Man ska inte ständigt behöva skänkla på eller hålla in. Det är frustrerande att ständigt behöva hålla in hästen eller driva på med sporrarna. Om ni skrittar så ska hästen skritta, inte takta, trava, galoppera eller stanna.

Ett test för att se om din häst är pålitlig är att ge den fria tyglar och be den att bibehålla gångarten, både om ni rider i grupp eller ensamma. Trav är en bra gångart att göra det här i eftersom den är snabbare än skritt, men långsammare än galopp. Hästen kan då göra misstag åt båda håll. Den kan sakta av till skritt eller öka till galopp.

### ***3/ Not change directions.***

The horse needs to learn to not change directions. If you rein your horse to go in a certain direction, he should not take off on his own and go the way he wants.

If you left a horse up to his own devices, he might go back to the barn or over to the gate (if you're in an arena). You have to let a horse know that if he does these things, you're going to do something about it. You're going to cause those undesirable things to be difficult, and, he'll learn that it's much easier to do the things you desire.

### ***4/ Watch where he's going.***

The horse needs to look where we are asking him to put his feet. This is something that a horse does naturally for himself while he is out in the pasture. But unless the human sets it up and requires the horse to watch where he's going, the horse will leave it up to the human to watch where they're going.

Most humans, when they ride horses, turn them at every corner of the arena they come to, as though the horse would run into the fence. If there were a jump or log on the ground, the human almost invariably looks down at it and picks up on the reins as if to say to the horse, "You're a dumb horse, let me look at it for you."

We have to learn to develop this responsibility in our horses. I'm not saying just turn him loose and hope everything comes out. This is just one of our many goals.

The difference between Natural Horse-Man-Ship and normal horsemanship is that most people are not aware of their responsibilities, and, at the same time, take the horse's responsibilities away from him. The natural horseman gets his horse to accept his four responsibilities while at the same time he accepts his own.

## **Communication Aids**

The communication aids we were born with include hands, arms, legs, feet, seat, voice, and even facial expressions. Eighty percent of all communication, whether it is between humans and horses or humans and humans, is non-verbal. It's very easy to give a prey animal a conflicting aid. It would be like looking to the right and saying, "Don't look to the left." These are very easy things to do, especially if the human is not mentally, emotionally, and physically fit, does not have an independent seat, thinks like a person instead of a horse, and does not know the natural power of focus.

In communicating to the horse, you should cause the undesirable thing to be difficult and allow the desirable thing to be easy.

Almost every undesirable thing a horse does can be based on the fact that most horses are overfed and underexercised. Feeding means protein and nutrient intake, and exercise means mental and emotional, as well as physical output.

### **3/ Inte byta riktning.**

Hästen måste lära sig att inte byta riktning. Om du styr hästen i en viss riktning ska den inte sätta igång på egen hand och gå dit den själv vill.

Om du lät hästen göra som den ville, så skulle den kanske gå tillbaka till stallet, eller till utgången om ni rider på ridbana. Du måste göra det klart för hästen att om den gör det, så kommer du att göra någonting åt det. Du kommer att göra dessa beteenden svåra för hästen och den kommer att lära sig att det är mycket lättare att göra det du vill att den ska göra.

### **4/ Se vart den går.**

Hästen måste se var vi ber den att sätta fötterna. När den går i hagen, gör den det naturligt, men om inte människan begär av hästen att se vart den går, så kommer den att lita på att människan sköter det.

De flesta av oss vänder hästen i varje hörn vi kommer till på ridbanan, precis som om den skulle springa in i staketet annars. Om det finns ett hinder eller en stock på marken så brukar människorna nästan undantagslöst titta ner på det och korta tyglarna som för att säga till hästen,: ”Du är en dum häst, jag tittar åt dig.”

Vi måste lära oss att utveckla den här skyldigheten hos våra hästar, och med det menar jag inte: släpp den lös och hoppas att allt ordnar sig. Det här är bara ett av våra många mål.

Skillnaden mellan PNH och normal horsemanship är att de flesta av oss inte är medvetna om våra skyldigheter och på samma gång tar ifrån hästen sina. En naturlig hästmänniska får hästen att acceptera sina skyldigheter och accepterar på samma gång sina egna.

## **Kommunikationshjälpmedel**

Kommunikationshjälpmedlen som vi föds med omfattar händer, armar, skänklar, fötter, sitsen, rösten och till och med ansiktsuttryck. Åttio procent av all kommunikation, både mellan hästar och människor, och mellan människor, är icke-verbal. Det är väldigt lätt att ge ett bytesdjur en motsägande hjälp. Det skulle vara som att titta åt höger och säga , ”Titta inte åt vänster.” Det är ett väldigt lätt misstag att begå, särskilt om människan inte är mentalt, känslomässigt och fysiskt i form, inte har en oberoende sits, tänker som en människa och inte som en häst, och inte känner till den naturliga tillgången fokus.

När du kommunicerar med hästen ska du göra det du inte vill att den ska göra svårt, och göra det du vill att den ska göra lätt.

Nästan allt det hästen gör som vi inte vill att den ska göra beror på att de flesta hästar får för mycket foder och för lite motion. Fodring är protein- och näringsintag och motion är mental, känslomässig och fysisk prestation.

The natural horse usually runs in a herd on the open range with plenty of land to roam. The horses in the herd get all the mental, emotional, and physical exercise they need. They travel up to 30 miles a day, playing dominance games about who is going to drink out of the water hole first, and watching out for predators. By the time the day is done, they've all balanced themselves with the amount of nutritional intake they need as well as mental, emotional, and physical exercise.

Very few stabled horses get that. Most are overfed and underexercised because very few riders offer horses much more than just adequate physical exercise. The object is to give the horse the mental and emotional exercise he needs along with physical exercise. Be a provocative horse owner. If the horse is supposed to be recreation for you, can you be recreation for your horse?

## **Positive and Negative Reinforcement Versus Punishment and Reward**

Punishment and reward is something you do after the fact. Positive and negative reinforcement is something that happens at the fact. For example, when a horse puts his nose on an electric fence, he gets a negative reinforcement immediately.

An example of positive reinforcement: You ask the horse to yield sideways with steady leg pressure and at his slightest try, you release the pressure. You let him know how to get away the pressure.

An example of reward: One of your employees did a good deed and you never said anything, but you rewarded him with a \$50 bonus in his paycheck a week later. He'd appreciate that, but in the interim, he might have thought that you didn't even notice. He might have cursed you for not giving praise and recognition at the moment of his good deed. Positive reinforcement would have been to praise the employee immediately.

Positive and / or negative reinforcement is doing less sooner, instead of more later. This is what a "causer" does. He causes all of his ideas to become the horse's ideas, but he understands the horse's ideas first. At the slightest try, he gives positive reinforcement.

There is a difference between what motivates prey animals and predators. Predators need praise, recognition, and money in that order. What motivates prey animals, however, is being comfortable – moving toward comfort areas, and moving away from discomfort areas. This is a completely different psychology. Petting your dog is an example of praise and recognition of one predator to another.

Prey animals are comfort seekers. It's not what you do. It's when you quit doing what you're doing that gives the horse his comfort zone. First, he is comfortable because he's either doing nothing or his own thing, and he enjoys it. Then you stimulate him to do something, and he's uncomfortable because now he has to work and probably doesn't really want to. When he tries to respond to you, even slightly, you stop stimulating him immediately and leave him alone. Then he's back to his comfort zone again.

I naturen lever hästen oftast i flock på vidsträckt betesmark med mycket mark att ströva på. Hästar som går i flock får all den mentala, känslomässiga, och fysiska motion de behöver. De förflyttar sig upp till 5 mil om dagen, bestämmer genom dominansbeteenden vem som ska dricka ur vattenhållet först och håller utkik efter rovdjur. När dagen är slut har de alla balanserat sig själva med rätt mängd näringsmässigt intag och dessutom mental, känslomässig och fysisk motion.

Väldigt få hästar som står på stall får samma balans. De flesta får för mycket foder och för lite motion eftersom mycket få ryttare erbjuder hästen mer än bara tillräcklig fysisk motion. Målet är att ge hästen tillräckligt med mental och känslomässig motion utöver den fysiska motionen. Utmana din häst. Om hästen är din hobby, kan du vara hästens?

## **Positiv och negativ förstärkning kontra straff och belöning**

Straff och belöning utdelar man efter att något inträffat. Positiv och negativ förstärkning ger man när något inträffar. När hästen till exempel sätter mulen mot ett elektriskt stängsel får den en omedelbar negativ förstärkning.

Att be hästen ge efter sidvartes med stadigt skänkeltryck och sedan ta bort trycket när den visar minsta tecken på att ge efter är ett exempel på positiv förstärkning. Du visar hästen hur den ska få bort trycket.

Ett exempel på belöning: En av dina anställda har gjort bra ifrån sig och du säger inget utan belönar honom med en bonus på 500 kr vid löneutbetalningen. Han uppskattar det säkert, men under tiden kanske han tror att du inte ens har lagt märke till hans prestation. Han kanske svor över dig för att du inte berömde honom och gav honom erkännande på en gång. Positiv förstärkning hade varit att istället ge den anställda beröm på en gång.

Positiv och/eller negativ förstärkning innebär att man gör mindre tidigare istället för mer senare. Det är så en ”åstadkommare” gör. Han gör sina egna idéer till hästens idéer, men han förstår hästens idéer först. Vid minsta försök ger han positiv förstärkning.

Bytesdjur och rovdjur motiveras av olika saker. Rovdjur behöver beröm, erkännande och pengar, i den ordningen. Bytesdjur däremot motiveras av trygghet – att röra sig mot trygga områden och röra sig från otrygga områden. Det är en helt annorlunda psykologi. Klappar du din hund så har du gett beröm och erkännande från ett rovdjur till ett annat.

Till skillnad från oss människor söker bytesdjur trygghet. Det är när du slutar göra det du gör som du ger hästen en trygghetszon. Först känner den sig trygg och nöjd för att den antingen gör ingenting, eller gör det den vill. Sen stimulerar du den att göra något och den känner sig obekvämt eftersom den måste arbeta och antagligen inte vill det egentligen. När hästen försöker svara dig, på minsta sätt, ska du omedelbart sluta stimulera den och lämna den ifred. Då är den tillbaka i sin trygghetszon igen.

## Rating System

When it comes to performance of any kind, I rate everything the horse does. The scale goes from a -10 for the worst possible ill response or reaction a horse can have, all the way up to a + 10 for the best response.

A horse can have a response, an ill response, or a reaction. A response has thought process, understanding, and respect. An ill response has thought process, understanding, and disrespect. A reaction has no thought process, no understanding, and has fear and / or surprise involved.

The response starts on the positive side of 0. Anything below 0 has to be either an ill response or a reaction. Depending on the severity of the ill response, that's how far down the scale the horse is rated. Every time you ask for one of the six yields or a combination of them, try to rate how well the horse did. If the horse responded to you, rate it anywhere from a 1 on up. If the horse had an ill response or a reaction to you, rate it as a negative from 0 on down. 0 is actually not as bad a score as you think.

The horse is involved with the rating system as well. How would the horse rate you on your communication? Was it soft, obvious, and steady? Or was it hard, confusing, and jerky or jabby? You have to be subjective and do the rating for the horse. You've got to be realistic in how the horse would have viewed the communication that you gave.

***BILDTEXT: Rate everything your horse does, from his riding performance to his manners on the ground. Here Pat asks a horse to climb an embankment as he trails after the animal. What score do you think he would give the horse? Their communication system obviously works well.***

## Klassificeringssystem

Jag klassificerar all slags prestation och allt hästen gör. Skalan går från tio minus, vid sämsta tänkbara respons eller reaktion från hästen, och ända upp till tio plus, för den bästa responsen.

En häst kan ge respons, negativ respons eller reagera. Bakom en respons ligger en tankeprocess, förståelse och respekt. Bakom en negativ respons ligger en tankeprocess, förståelse och respektlöshet. En reaktion innebär ingen tankeprocess, ingen förståelse och rädsla och/eller överrumpling.

Responsen börjar på den positiva sidan om noll. Allting under noll är antingen negativ respons eller en reaktion. Hur långt ner på skalan hästen klassificeras beror på hur allvarlig den negativa responsen är. Försök att klassificera hur bra hästen gjorde ifrån sig varje gång du ber om en, eller en kombination, av de sex eftergifterna. Om hästen gav dig respons, klassificera den som ett eller högre. Om hästen gav negativ respons eller bara reagerade, klassificera den från noll och lägre. Noll är faktiskt inte en så dålig poäng på skalan som du kanske tror.

Även hästen medverkar i klassificeringssystemet. Hur skulle hästen betygsätta ditt sätt att kommunicera? Var det mjukt, tydligt och lugnt? Eller var det hårt, förvirrande och ryckigt eller stötigt? Du måste betygsätta dig själv subjektivt i hästens ställe. Du måste se realistiskt på hur hästen såg ditt sätt att kommunicera.

**BILDTEXT: *Betygsätt din häst för allt den gör, från hur den är att rida till hur den betar sig på marken. Här ber Pat en häst att klättra uppför en vall när han hänger bakom. Vilket betyg tror du att han skulle ge hästen? Deras kommunikationssystem fungerar uppenbarligen väl.***

## 7. Översättningskommentar

Svårigheterna vid översättningen av texten har legat dels i terminologin och dels i de olika retoriska greppen som författaren använder sig av. Dessutom hittar han på en hel del egna uttryck.

Jag har koncentrerat mig på de retoriska greppen eftersom de är väldigt uttalade i texten. Mina problem vid översättningen har nästan undantagslöst haft att göra med hur jag ska handskas med författarens språkliga innovation, hans smått unika sätt att uttrycka sig, och hans passion för ämnet. Jag ville inte att målspråkläsarna skulle gå miste om hans underfundigheter, men samtidigt har jag inte kunnat behålla allt, vilket har att göra med de olika språkens möjligheter samt att budskapet alltid måste komma först.

### 7.1 Stilfigurer

Författarens användning av ordspråk, idiom och egenhändigt påhittade uttryck var, vid sidan av en del problem med facktermerna, det som vållade mig störst problem.

I översättningen av källtextens stilfigurer har jag använt mig av någon av följande fyra strategier:

1. **Ordagrann översättning där innehåll och stil bibehålls.** Enligt Ingo leder denna strategi sällan till en lyckad översättning eftersom uttrycket som skapas ofta är helt främmande för målspråket (Ingo, 1991:209). Jag har dock använt mig av ordagrann översättning när jag har bedömt att uttrycket blir begripligt även på svenska. Newmark anser dock att så kallade 'original metaphors', alltså sådana som källtextförfattaren själv har skapat, ska översättas ordagrant. En författares egenhändigt skapade stilfigurer är ett uttryck för hans eller hennes personlighet och det budskap man vill få fram. Denna strategi ska dock bara användas om det rör sig om 'authoritative' eller expressiva texter (1988:112). Newmarks strategi stämmer alltså väl in på källtexten eftersom den är expressiv och författaren skapar egna stilfigurer.
2. **Stilfiguren översätts med motsvarande stilfigur på svenska.** Enligt Ingo är det översättarens skyldighet att källtextens stilistiska särdrag bibehålls när man översätter. Har ett idiom en motsvarighet på målspråket som täcker den semantiska betydelsen hos källspråkets idiom så ska översättaren använda sig av det idiomet (1991:209).
3. **Stilfiguren översätts med ett normaluttryck.** Att översätta en stilfigur till ett normaluttryck kan leda till att texten blir "blek". Fördelen är dock att budskapet bibehålls. Denna strategi ska enligt Ingo endast tillämpas om översättaren inte har kunnat hitta någon motsvarighet till källspråkets



stilfigur (1991:210).

4. **Strykning.** Strykning innebär att stilfiguren stryks helt. Både innehållet och stilen går alltså förlorade.

Nedan följer exempel på stilfigurer som orsakade svårigheter vid översättningen. Vid varje exempel ges en kommentar samt vilken översättningsstrategi jag har använt mig av.

- (1) "Natural horsemanship has been around a long time. It is not something I invented, but it is something I'm excited about. As a matter of fact, it's so old, it's new again" (kt 20:6).

"NH har funnits länge. Det är alltså inte något jag själv har kommit på, men det är något jag känner starkt för. Det är en gammal företeelse, men det känns nytt" (öt 20:6).

Ordagrann översättning. Här har författaren anpassat idiomet "Everything old is new again." som betyder att något du just har upptäckt, och trodde var nytt, i själva verket har funnits länge (Källa: The phrase finder [www.phrases.org.uk](http://www.phrases.org.uk)). Den engelska stilfiguren har översatts med ett normaluttryck som ger i stort sett samma betydelse.

- (2) "Learning to communicate with your horse is vital if the two of you are to be on the same track as partners" (kt 20:11).

"Det är mycket viktigt att du lär dig att kommunicera med din häst för att ni, som samarbetspartners, ska kunna följa samma spår" (öt 20:10).

Även här verkar författaren ha anpassat något av de många idiom som finns med ordet "track". Han menar antagligen att man inte ska streta på åt olika håll utan istället hålla ihop. Här har jag använt en så gott som ordagrann översättning, eftersom jag anser att uttrycket är genomskinligt, alltså lätt att förstå även på svenska.

- (3) "We go through life being pressured to become normal. If everybody is doing it, we think it must be right. One thing that normal does is put a thick shell on our imaginations" (kt 22:1).

"Alla känner vi pressen att vara normala. Vi tänker att det måste vara rätt om alla andra gör något. Den här önskan att vara normal lägger locket på vår fantasi" (öt 21:38).

Stilfigur till stilfigur. Jag har ersatt författarens metafor med en metafor med motsvarande ungefärlig betydelse på svenska.

- (4) "Traditional thinking is what normal people do. However, it's traditional for tradition to change. It has for centuries. In fact, the only constant thing in life is change" (kt 22:20).

"Människor är normalt konservativa, de gillar traditioner. Men det är tradition för traditioner att förändras. Det har de alltid gjort. Det enda som är säkert här i livet är faktiskt att saker och ting förändras" (öt 23:17).

Här har författaren återigen anpassat ett ordspråk nämligen "The only thing

constant in life is change.” Ordspråket översattes med ett normaluttryck, som ändå får samma betydelse som originaluttrycket. Ordagrann översättning.

- (5) ”A progressive person is a person receptive to new concepts and techniques. This is a person who wants to key into the big picture, not just the details” (kt 22:23).

”En progressiv person är en person som är mottaglig för nya idéer och tillvägagångssätt. En person som vill se helheten och inte bara detaljerna”(öt 23:20).

Stilfigur till normaluttryck, betydelsen bibehålls. Författarens metafor har jag tolkat som att man vill förstå hur det hela hänger ihop, istället för att bara rikta in sig på detaljerna. Metaforen har översatts med ett normaluttryck.

- (6) ”If you take the time it takes, it takes less time” (kt 22:23).

”Om du låter det ta den tid det tar, så tar det mindre tid” (öt 23:20).

Detta ordspråk citeras flitigt bland Pat Parellis anhängare. Jag har översatt det ordagrant, både innehåll och stil bibehålls.

- (7) ”Horse-Man-Ship is three words linked together. It' s a horse and a human going willingly together. Horse-Man-Ship is for horses as well as humans, and the horse comes first”(kt 32:3).

”Ordet horse-man-ship består av tre sammanlänkade ord. Det är en häst och en människa som går villigt tillsammans. Horse-man-ship är till både för människa och häst, men hästen kommer först” (öt 33:3).

Denna ordlek har jag översatt ordagrant eftersom jag bedömer att även den svenska läsaren förstår innebörden. Både innehåll och stil bibehålls.

- (8) ”He is a born coward, a born claustrophobic, and a born "full-throttle-aholic" by varying degrees” (kt 32:8 ).

”Redan från födseln är de i olika grad fega, rädda för trånga utrymmen och ”flykt-ister” (öt 33:8).

Stilfigur till stilfigur. Författarens uttryck ”full-throttle-aholic” översatte jag med ”flykt-ist”. Det blev mindre klumpigt än om jag hade översatt källspråksuttrycket ordagrant.

- (9) ”"Full-throttle" means all out forward. "Aholc" is usually referred to as a person who can't help himself or who has an addiction to something. With regard to horses, full-throttle-aholic means the horse reacts first and thinks second. He runs from fear at full speed, and only looks behind when he thinks he's safe” (kt 32:13).

”Med flykt-ist menas att hästen reagerar först och tänker sen. Den flyr från rädslan i full fart och tittar bakåt först när den känner sig trygg” (öt 33:12).

Detta är ett exempel på strykning. De understrukna meningarna ströks i översättningen eftersom de förklarar källspråksuttrycket (som jag ersatte med ”flykt-ist”).

- (10) ”When someone buys a horse, he mistakenly thinks he owns the horse heart,

body, and soul-and that the animal should succumb to his wishes”(kt 32:27).

”Många som köper häst tror felaktigt att den kommer att tillhöra dem både till kropp och själ och att den bör ge efter för ägarens önskemål”(öt 33:24).

Stilfigur till stilfigur. Idiomet har översatts med motsvarande på svenska.

(11) ”The word "assume" is made up of three little words: Ass, U, and Me”

”If you went on a trail ride for 3 days in a row, rode out a mile or two, then turned around and trotted back home, on the fourth day your horse will start jiggling home. You will have taught your horse to assume that when you got to a predetermined distance, he is supposed to turn around and trot home. This is how he would make an Ass out of U and Me”(kt 36:1).

”...rid samma runda tre dagar i rad och vänd och trava hem efter en eller två kilometer. På fjärde dagen kommer hästen att takta hem, eftersom du har lärt den att när ni kommer fram till en viss plats ska den vända om och trava hem. Så går det till när hästen får oss att framstå som dumma åsnor” (öt 37:1).

Den första ordleken strök jag eftersom jag inte fann någon bra motsvarighet med det svenska ordet ”anta”. När ordleken återkommer längre ned försöker jag kompensera strykningen med en vedertagen svensk liknelse: ”Dum som en åsna.” Här har jag dels använt mig av reducering, det vill säga att stilfiguren stryks helt, och dels av stilfigur till stilfigur.

(12) ”Don't assume today that your horse is going to wake up on the same side of the corral as he did yesterday, whether he was good, bad, or indifferent.

A horse lives moment to moment. He wakes up on a different side of the corral each day” (kt 34:30).

”Anta inte att hästen kommer att vakna på samma sida av staketet som föregående dag – det spelar ingen roll om den var snäll, dum eller ligkiltig. Hästar lever i nuet. De vaknar på olika sidor av staketet varje dag” (öt 35:29).

Jag har översatt författarens ordspråk ordagrant. Både stil och betydelse bibehålls.

(13) ”Green riders on green horses does not make sense. It can be a deadly combination” (kt 40:33).

”Kombinationen nybörjare/unghäst är idiotisk och den kan ha dödlig utgång” (öt 41:33).

Stilfigur till normaluttryck. Uttrycket green, med betydelsen oerfaren, har ersatts med ett svenskt normaluttryck.

(14) ”Savvy means to understand. Every jackass thinks he has horse sense” (kt 48:24).

”Känner man förståelse så har man också fattat. Men är man dum som en åsna så är det svårt att tänka som en häst”(öt 49:24).

Stilfigur till stilfigur. Här ersatte jag stilfiguren med en liknande på svenska.

- (15) "You have to savvy "horse savvy." This means you have to think like a horse. You need to learn from the horse because he's the one who thinks like a horse. In other words, when in Rome, do as the Romans do. And when in the horse corral, do what horses do" (kt 48:25).

"Du måste fatta det som hästar fattar. Det betyder att du måste tänka som en häst och det lär du dig av hästen, eftersom det är den som tänker som en häst. Du ska med andra ord ta seden dit du kommer, även i hästhagen" (öt 49:26).

Ordleken ersattes med ett normaluttryck och ordspråket översattes med motsvarande ordspråk på svenska.

- (16) "I cannot experience experience for you, but I can share my experiences with you, for secondhand gold is as good as new" (kt 48:36).

"Jag kan inte erfara erfarenhet i ditt ställe men jag kan dela mina erfarenheter med dig, guld är alltid guld, även om du har fått det i andra hand" (öt 49:36).

Innehåll och stil bibehålls. Den inledande stilfiguren har översatts med en stilfigur även på svenska. Författarens ordspråk har jag översatt i stort sett ordagrant.

- (17) "Rather than engaging in a conversation with the horse, he ends up engaging in a battle with him" (kt 54:26).

"Istället för att konversera med hästen slutar det hela med att man går ut i strid mot den" (öt 55:25).

Ordagrann översättning, innehåll och stil bibehålls.

- (18) "Some horses are born as gentle as dogs, and others snort at everything the day after they are born" (kt 66:36).

"Vissa hästar är som små lamm redan från födseln medan andra fnyser åt allt de ser" (öt 67:34).

Stilfigur till stilfigur. Här har jag ersatt stilfiguren "gentle as dogs" med den svenska motsvarigheten.

- (19) "A lot of people tend to pick their poison and often are out-spirited by their horses" (kt 68:21).

"Det är vanligt att folk köper grisen i säcken och därför blir överkörda av hästarnas temperament" (öt 69:23).

Stilfiguren till stilfigur. Författarens stil går dock förlorad eftersom hans egenhändigt påhittade uttryck ersatts med ett vedertaget svenskt ordspråk.

- (20) "So by becoming a good pick of horse-analities, you're making sure that your personality and your horse's horse-anality profiles match"(kt 68:29).

"Blir du bra på att välja häst-ligheter kan du vara säker på att din personlighets- och hästens häst-lighetsprofil kommer att passa ihop" (öt

69:30).

Ordagrann översättning, innehåll och stil bibehålls. Jag har översatt författarens uttryck "horse-anality" med "häst-lighet".

(21) "an "Oh, no" situation." (kt 74:5) "en "Åh nej-situation." (öt 75:5)

Ordagrann översättning.

(22) "Knowing that a horse has bilateral vision and is color blind helps you to walk a minute or a mile in the horse's horseshoes" (kt 74:16 )

"Hästen har utmärkt syn åt sidan och är färgblind, vet man det så kan man också veta var "hästskon klämmer"" (öt 75:5).

Stilfigur till stilfigur. Stilfiguren har översatts med den svenska motsvarigheten, till lika del anpassad som den engelska.

(23) "Humans smell like what they eat, which is meat"(kt 34:12).

"Människor luktar kött eftersom de är köttätare" (öt 35:12).

Stilfiguren har översatts med ett normaluttryck. Här kunde jag inte komma på något lika fyndigt, dessutom ska meningen passa ihop med motsvarande definition om hästar: "They smell like what they eat, which is grass." Innehållet bibehålls men stilen går förlorad.

(24) "If he's blinking, he's thinking"(kt 40:2).

"När den blinkar tänker den..."(öt 41:2).

Stilfiguren har översatts med ett normaluttryck, innehållet bibehålls men stilen går förlorad. Inte heller här kunde jag komma på något motsvarande fyndigt rim på svenska.

(25) "That was the dawn of Natural Horse-Man-Ship" (kt 20:21).

"Det var så NH började" (öt 21:19).

Här har jag ersatt metaforen med ett svenskt normaluttryck eftersom det kändes klumpigt att sätta genitiv-s på förkortningen NH.

(26) "But what gives you feel? There is a four-letter word that starts with "F" - Focus"(kt 40:2).

"Men vad ger dig känsla? Det finns ett "f-ord"... – Fokus. Jag säger "f-ord"..." för att få folks uppmärksamhet och få dem att tänka"(öt 41:2).

Eufemismen 'four letter word', som syftar på "fula" ord på fyra bokstäver i det engelska språket, har ersatts med "ett "f-ord"..." Min lösning är troligtvis inte lika semantiskt genomskinlig som det engelska uttrycket, men det var dock det bästa jag kunde komma på. Hade jag översatt uttrycket ordagrant så hade betydelsen, men inte stilen, bibehållits.

### **7.1.2 Svårigheter med terminologin**

Terminologin har orsakat mig en del svårigheter då jag inte själv var bekant

men ämnena westernridning och NH. Nedan följer exempel på en del av de termer som har orsakat mig problem vid översättningen.

#### (1) Natural horsemanship, natural Horse-Man-Ship:

Jag valde först att behålla det engelska uttrycket natural horsemanship eftersom jag kände mig tveksam till att använda en förkortning. Men efter påpekan från min översättningsgranskare bestämde jag mig för att istället använda förkortningarna 'NH' och 'PNH'. Båda förkortningarna används av dem som är insatta i ämnet.

Författaren använder sig både av 'natural horsemanship', och en variant med bindestreck: 'natural horse-man-ship'. Den första varianten har jag tolkat som att han menar NH generellt sett. Jag har översatt den med NH – den vedertagna svenska förkortningen.

Varianten med bindestreck har jag tolkat som att han menar den egna varianten av natural horsemanship, alltså PNH (Parelli Natural Horse-Man-Ship). Även PNH är en vedertagen förkortning som används i sverige.

Det finns ett gammalt svenskt uttryck som motsvarar engelskans 'horsemanship', nämligen 'hästmannskap'. Det uttrycket täcker dock inte det engelska uttryckets betydelse. Jag har därför valt att behålla det engelska ordet 'horsemanship' i översättningen när det inte syftar på metoden NH, utan på hästhantering generellt sett.

#### (2) Impulsion:

Ordet 'impulsion' betecknar i källtexten en egenskap som både häst och människa måste ha. Impulsion är en hippologisk term som innebär fart och kraft i hästens rörelser. Den svenska termen är 'schvung'. När impulsion däremot ska beteckna en mänsklig egenskap tyckte jag inte att schvung passade. Jag valde därför att översätta impulsion med 'drivkraft' när det gäller en mänsklig egenskap. Termen schvung får alltså två betydelser: schvung och drivkraft.

#### (3) Flexion:

Författaren använder termen 'flexion' för att beteckna både en egenskap som hästen ska ha, och en egenskap som människan ska ha. 'Flexion' är en hippologisk term som motsvaras av böjning i svenskan. Jag har översatt det med böjlighet eller böjning, när det betecknar en egenskap som hästen ska ha, och flexibilitet när det betecknar en mänsklig egenskap.

#### (4) Whoa:

Uttrycket 'whoa' använder man i engelskspråkiga länder för att få hästen att sakta av. Jag har valt att behålla uttrycket då jag bedömer att majoriteten av de som håller på med westernridning, alltså de som oftast kommer i kontakt med

NH, vet vad det betyder och dessutom förmodligen själva använder det. Dessutom gör sig den svenska motsvarigheten helt enkelt inte lika bra i skrift.

(5) Single foot gait, intermediate gait:

Termerna 'single foot gait' och 'intermediate gait' var svåra att hitta översättningar till. Eftersom gångartsraser är vanligare i USA än i Sverige var det svårt att hitta rätt termer. Efter en del detektivarbete kom jag dock fram till termerna 'passtölt' och 'travtölt'.

(6) Lateral longeing:

Termen 'lateral longeing' orsakade mig en del problem eftersom jag hakade upp mig på att termen 'longeing' används ihop med 'lateral'. Dessutom hittade jag inte någon svensk översättning av uttrycket.

Longeing, som motsvaras av termen longering på svenska, innebär att hästen löper i lina i cirkel runt människan. Att författaren använder sig av termen 'lateral' ihop med longeing måste ha att göra med att han tycker att människan ska lära sig att tänka som bytesdjuren, som är sidotänkande. Man ska alltså inte följa i gamla hjulspår och förlita sig på hur man vanligtvis gör, utan anpassa sina metoder efter hur hästen tänker och fungerar naturligt.

Slutligen bestämde jag mig för att bortse från de engelska orden 'lateral' och 'longeing' och istället översätta termen med ett förklarande uttryck, nämligen 'markarbete med arbetsrep eller i frihet'; eftersom det är det som det i stort sett handlar om.

När jag har letat efter de svenska termerna har jag kommit fram till att svenska western- och NH-utövare generellt sett använder de amerikanska uttrycken. Det beror troligtvis på att westernridning och NH är så pass nya företeelser i Sverige att det ännu inte finns svenska termer. Jag har därför valt att behålla många av de amerikanska uttrycken då jag anser att bara en verklig expert inom området kan skapa "rätt" termer.

## 8. Sammanfattning

Syftet med examensarbetet är att göra en längre översättning av en fackspråklig text, analysera källtexten och skriva en översättningskommentar. I översättningskommentaren ska man tillämpa de kunskaper om översättningsteori som man har tillägnat sig under den tvååriga utbildningen.

Bakgrund och metod anges och källtextförfattaren presenteras. Därefter följer själva textanalysen. I analysen har jag i huvudsak använt mig av *Vägar genom texten* (Hellspong och Ledin, 1997), *Från källspråk till målspråk* (Ingo, 1991), *Att analysera text* (Melin och Lange, 2000) samt *A textbook of translation* (Newmark, 1988).

Källtextens texttyp var relativt svår att bestämma då den visade prov på stildrag som passar in på flera syften. Slutligen kom jag dock fram till att textens två huvudsyften är det imperativa och det expressiva. Källtextens målgrupp är huvudsakligen hästägare med relativt goda förkunskaper i ämnet. Även översättningen riktar sig till samma målgrupp.

Källtexten är syntaktiskt sett relativt lätt; de överlag korta och högertunga meningarna bidrar till läsbarheten. Meningarnas medellängd är 15, vilket är en relativt låg siffra, men som dock stämmer överens med den genomsnittliga meningslängden för skönlitteratur. Läsbarhetsindex är 33 – även här samma siffra som för skönlitteratur. Läsartilltalet är personligt och författaren använder sig i stor utsträckning av de personliga pronomena ”you”, ”we” och ”I”. Det personliga läsartilltalet passar textens syfte, som är att föra ut författarens budskap och omvända läsarna. Jag har i stort sett behållit det personliga läsartilltalet i min översättning, eftersom det stämmer väl överens med författarens syften med texten.

Textbindningen är huvudsakligen retorisk, och det är bland annat det som har orsakat mig flest svårigheter vid översättningen. Författaren visar även prov på innovation då han skapar många egna uttryck och stilfigurer. Texten är informell och liknar inte övrig hippologisk facktext, som brukar kännetecknas av en mer objektiv stil och inställning.

Andelen fackspråkliga uttryck stämmer väl överens med procentandelen termer som fackspråkliga texter brukar ha. Jag har jämfört mina siffror med de Ralph (1980) kom fram till i sin terminologiska undersökning av arkeologiska texter. Att min siffra blev något högre än den han kom fram till, kan bero på att författaren upprepar vissa termer relativt mycket.

Jag har tillämpat Newmarks kommunikativa översättningsmetod, som går ut på att ta texten till läsaren – alltså i första hand överföra textens innehåll. Jag har dock även strävat efter att bibehålla författarens stil i så stor utsträckning som jag såg möjligt. Jag har alltså även tillämpat Newmarks semantiska översättningsmetod. För att översätta författarens stilfigurer har jag använt mig av fyra olika strategier.

Översättningsproblemen bestod alltså huvudsakligen i att översätta de många stilfigurerna samt att bibehålla den retoriska bindningen. Dessutom vållade terminologin mig en del problem eftersom jag inte var bekant med westernridning sedan tidigare.



## 9. Summary in English

The aim of this essay is three-fold, firstly, to make a translation of approximately 20 pages from English into Swedish, secondly to analyse the source text, and, write a comment on the translation, and, thirdly, to investigate the author's use of rhetorical methods in his efforts to convince the readership.

The source text is the book *Natural Horse-Man-Ship* by Pat Parelli, a well known horse trainer and lecturer. *Natural Horse-Man-Ship*, first published in 1993, is a description of natural horse training techniques, and, equine behaviour. The edition I have translated parts from is from the 22<sup>nd</sup> printing. The source text is directed to a readership, principally horse owners, with, at least, a basic knowledge of horses. The translation is directed to the same readership.

The main purposes of the author are to increase the understanding of how horses think and act naturally, and, to describe his method, which presents an alternative to the horse training methods normally used.

The essay starts with a presentation of the background, the method applied, and, finally, a presentation of the source text and author. The text analysis is mainly based on the following sources: *Vägar genom texten* (Hellspong och Ledin, 1997), *Från källspråk till målspråk* (Ingo, 1991), *Att analysera text* (Melin och Lange, 2000), and, *A textbook of translation* (Newmark, 1988).

The text-type of the source text was quite difficult to determine since it demonstrates properties common to a number of different language functions, as well as, different text-types. The two main text functions, however, are the imperative and expressive ones.

The text is, syntactically, quite simple the generally short sentences contributing to its readability. The average sentence length is 15 words, which is a relatively low number considering that it is a technical text, but consistent with the average sentence length of fictional text. The readability index is 33 – again consistent with fiction.

The reader is addressed personally and the author frequently uses the first and second person pronouns *I*, *we* and *you*. This personal communicative style suits the purpose of the text, which is to convey the author's message, and, to introduce the method to his readers. In order to match the author's intentions, I have, where possible, preserved the author's personal style in my translation.

The author mainly uses rhetorical means to convey his message, this has also been the main challenge in the translation process. The idiolect, or personal style, of the author displays idioms, metaphors and linguistic innovation, as he creates his own expressions and figures of speech. The text is, unlike most other equine technical literature, which is usually distinguished by a more objective style, informal and personal.

The percentage of equine technical terms is similar to that of other non-

fictional texts. I have compared my statistics to those of Ralph (1980) in his study of archaeological texts. I found a slightly higher percentage of technical terms, which may be explained by the fact that the author repeats certain terms quite frequently.

I have applied Newmark's communicative translation method where possible. The communicative method aims at transferring the essence of the text to the reader. I have, nevertheless, tried to preserve the author's personal style as far as possible, thus using the semantic translation method. Finally, when translating the author's metaphors and idioms, I have made use of four different strategies.

In conclusion, the main challenges when translating were the large number of metaphors and idioms, and, the preservation of the author's rhetorical methods. Furthermore, since I was previously unfamiliar with the western style riding, I found some of the technical terms quite challenging.

## Bibliografi

### Källtext:

Parelli, Pat. *Natural Horse-Man-Ship*. 2004. Western Horseman, Colorado.

### Referenser:

Bayley, L. 2006. *Lär känna din häst, Träning från Marken*. B. Wahlströms, Stockholm.

Cassirer, P. 2003. *Stil, stilistik & stilanalys*. Natur och kultur, Stockholm.

Hellspong, L och Ledin, P. 1997. *Vägar genom texten*. Studentlitteratur, Stockholm.

Ingo, R. 1991. *Från källspråk till målspråk. Introduktion i översättningsvetenskap*. Studentlitteratur, Lund.

Johnson, L. och Haglund, M och Owende, U. *Boken om Horsemanship*. 2002. Horsecommunication through Horsemanship AB.

Laurén, C och Nordman, M. 1987. *Från kunskapens frukt till babels torn*. Liber, Malmö.

Melin, L och Lange, S. 2000. *Att analysera text*. Studentlitteratur, Lund.

Newmark, P. 1988. *A textbook of translation*. Prentice Hall, New York.

Ralph, B. 1980. "Hur mycket fackspråk är fackspråk?" I: *Svenskans Beskrivning 12*. Umeå  
[www.phrases.org.uk](http://www.phrases.org.uk)

### Övrig använd litteratur:

Edwards Hartley, E. 1998. *Bonniers stora hästlexikon*. Albert Bonniers förlag.

Holm, P. 1989. *Bevingade ord*. Bonnier Fakta Bokförlag AB, Stockholm.

Ledin, P. 1991. *Räknelära i stilistik*. Kompendium: Institutionen för nordiska språk, Stockholm.

Munday, J. 2001. *Introducing Translation Studies*. Routledge, London.

*Nationalencyklopedins ordbok*. 2004. Språkdata, Göteborg, och Bokförlaget Bra Böcker AB, Höganäs.

*Natur och kulturs svenska ordbok*. 2001. Bokförlaget Natur och Kultur, Stockholm.

*Norstedts engelska ordbok. Student's Edition*. 1995. Norstedts Förlag AB, Stockholm.

*Norstedts stora engelsk-svenska ordbok*. 1993. andra uppl. Norstedts Förlag AB, Stockholm.

Olsson, H. 1999. *Språket, så fungerar det. Allmän lärobok i grammatik och lingvistik*. Liber, Stockholm.

*Ridhandboken 2, Vidareutbildning för ryttare och häst*. 2003. Svenska Ridsportförbundet, Strömsholm.

Siemiatkowski, M. 1997. *Equestrian Glossary in Five languages*. Nina tryckeri, Uppsala.

Svartvik, S och Sager, O. 1996. *Engelsk universitetsgrammatik*. Almqvist & Wiksell, Stockholm.

*Svenska skrivregler*. 2000. Svenska språknämnden och Liber AB, Stockholm.

*Svenskt språkbruk*. 2003. Svenska språknämnden och Norstedts ordbok, Stockholm.

*The Concise Oxford Dictionary of Proverbs*. 1987. Oxford University Press, Oxford.

Walter, G. *Bonniers synonymordbok*. 1995. Bonnier Alba AB, Stockholm.

Zetterqvist Blokhuis, M. Och Aronsson, A. 2005. *Ryttarens sits och balans – hjälpreda för ridlärare och ryttare*. MZ Equine Pedagogic.

### **Elektroniska källor:**

[www.alltomhastar.se](http://www.alltomhastar.se)

[www.eddabney.com](http://www.eddabney.com)

[http://en.wikipedia.org/wiki/Horse\\_gait](http://en.wikipedia.org/wiki/Horse_gait)

<http://en.wikipedia.org/wiki/canter>

<http://en.wikipedia.org/wiki/impulsion>

[www.equerry.se](http://www.equerry.se)

[www.equinerehab.com](http://www.equinerehab.com)

[www.equusite.com](http://www.equusite.com)

Forsström, S. 2001. *Ledarskap – varför och hur?* Hästfynd nr 9. [www.equerry.se](http://www.equerry.se)

Forsström, S. 2003. *Hästar och instinkter – på gott och ont*. Hästfynd nr 5. [www.equerry.se](http://www.equerry.se)

Forsström, S. 2003. *Det räcker inte med att dominera hästen*. Hästfynd nr 11. [www.equerry.se](http://www.equerry.se)

Forsström, S. 2001. *Aggression hos hästar*. Hästfynd nr 8. [www.equerry.se](http://www.equerry.se)

Forsström, S. 2004. *Varför är eftergiften så viktig? Och vad är eftergift?* Hästfynd nr 3. [www.equerry.se](http://www.equerry.se)

Forsström, S. 2006. *Ridning och rädsla del 6: Ledarskap på marken*. Hästmagazinet nr 2. [www.equerry.se](http://www.equerry.se)

[www.horseandhuman.com](http://www.horseandhuman.com)

Johnson, L. *Om horsemanship*. [www.riw.se](http://www.riw.se)

Johnson, L. *Om klaustrofobi*. [www.riw.se](http://www.riw.se)

Johnson, L. *Om säkerhet*. [www.riw.se](http://www.riw.se)

[www.jonathanfield.net](http://www.jonathanfield.net)

[www.markusholst.se](http://www.markusholst.se)

[www.nnha.nu](http://www.nnha.nu)

Pamp, C. *En roligare samvaro med din häst – samarbete kommunikation och kontroll*. [www.westernridning.com](http://www.westernridning.com)

Pamp, C. *Hitta rätt i din ridning – samarbetet och kommunikationen med din häst*. [www.westernridning.com](http://www.westernridning.com)

[www.parelli.ch/sweden/html/wiss/la.php](http://www.parelli.ch/sweden/html/wiss/la.php)

Podhajsky, A. *Den klassiska ridkonsten – en ridlära från början till fulländning*. [www.olby.se/Podhajsky/Podhajsky.pdf](http://www.olby.se/Podhajsky/Podhajsky.pdf)

[www.ridning.se](http://www.ridning.se)

[www.riw.se](http://www.riw.se)

[www.synonymer.se](http://www.synonymer.se)

[www.sustainabledressage.com](http://www.sustainabledressage.com)

[www.websters-online-dictionary.org](http://www.websters-online-dictionary.org)

[www.westernridning.com](http://www.westernridning.com)

[www.wras.nu](http://www.wras.nu)

Åman, J. *Kroppsspråk, nyckeln till lyckad kommunikation med din häst*. [www.alltomhastar.se](http://www.alltomhastar.se)

## Appendix 1 – stilfigurer

### Alliteration:

- (1) ”But what's normal changes every 60 miles and every 6 months.”(kt 20:34 )

”Men det som anses vara normalt ändras var tionde mil och var sjätte månad.”(öt 21:32)

Här var jag inte säker på om författaren anser att rimmet eller avståndet är viktigast. Jag bedömde dock att innehållet är viktigare än stilfiguren – stilfiguren har översatts med ett normaluttryck.

- (2) ”I guarantee you that if you just saddle a horse and get on without any prior and proper preparation, you won't get any extraordinary results.”(kt 24:22)

”Jag försäkrar att du inte kommer att uppnå några vidare resultat om du bara sadlar hästen och sedan sitter upp utan att förbereda den på ett föredömligt och förnuftigt sätt innan.”(öt 25:21)

Stilfigur till stilfigur.

- (3) ”I have a program that I like to share with people and it comes in 41 words that begin with the letter ”P.” ”Pat Parelli proudly presents his programs and the proclamation that prior and proper preparation prevents P-poor performance particularly if polite and passive persistence is practiced in the proper position. This perspective takes patience, from process to product, from principle to purpose. The promise that Pat plans to prove is that practice does not make perfect, only perfect practice makes perfect, and it is peculiar how prey animals perceive people as predators and not partners.”(kt 24:28)

”Pat Parelli presenterar stolt sitt positiva program och proklamerar på samma gång att passande planering på förhand ska prioriteras, eftersom det förebygger P-patetisk prestation, särskilt om man praktiserar passande procedurer och passiv påstridighet på ett prima och polerat sätt. Det här perspektivet pockar på tålmod, från process till färdig produkt och från princip till plan. Det som Pat planerar att påpeka är att praktik inte ger prestationsförmåga, bara perfekt praktik ger prestationsförmåga, och det är påfallande ofta som bytesdjur percipierar personer som rovdjur och inte som partners.” (öt 25:29)

Stilfigur till stilfigur. Eftersom de 41 P-orden är viktiga i texten så blev jag tvungen att försöka hitta 41 ord på svenska, även de på bokstaven ”p”.

- (4) ”Natural Horse-Man-Ship is an attitude for people who are positive and progressive, and who believe in the natural point of view of the horse.”(kt 26:35)

”PNH är en attityd för positiva och progressiva personer som ser på hästen ur en naturlig synvinkel.” (27:32)

### Stilfigur till stilfigur.

- (5) "Now your horse can be mentally, emotionally, and physically fit enough to be the calm, cool, and collected partner that you've always wanted."(kt 46:30)

"På det här sättet kommer din häst att bli mentalt, känslomässigt och fysiskt nog i form för att vara den sansade, samlade och säkra samarbetspartnern som du alltid har velat ha."(öt 47:31)

### Stilfigur till stilfigur.

- (6) "You've got to get him to be perceptive to your cues and communication, rather than to danger. You have to turn his flight from fear into impulsion."(kt 52:24)

"Du måste få den att bli medveten om dina signaler när ni kommunicerar, istället för att vara medveten om faran. Du måste förvandla flyktinstinkten till schvung."(öt 53:24)

### Stilfigur till stilfigur.

- (7) "First of all, the horse needs to learn, through exposure and experience, how not to act like a prey animal – a born coward, born claustrophobic, and born full-throttle-aholic." (kt 76:17)

"Genom att utsätta hästen för vissa situationer ett flertal gånger lär den sig att inte bete sig som ett bytesdjur – feg, rädd för trånga utrymmen och flykt-ist."(öt 77:18)

### Stilfigur till normaluttryck.

#### Anafor:

- (1) It is not something I invented, but it is something I'm excited about. As a matter of fact, it's so old, it's new again. (kt 20:7)

Det är inte något jag själv har kommit på, men det är något jag känner starkt för. Det är en gammal företeelse, men det känns nytt. (öt 21:7)

### Stilfigur till normaluttryck.

- (2) "What everybody does in one location is different than what everybody does north, south, east or west of them."(kt 20:36)

"Det alla gör på en plats skiljer sig från det alla gör norr, söder, öster eller väster om den."(öt 21:34)

### Stilfigur till stilfigur.

- (3) "Just like there are two types of horsemanship, there are two types of thinkers: traditional and progressive."(kt 22:17)

"Det finns två slags horsemanship och det finns två slags tänkare: konservativa och progressiva."(öt 23:14)

### Stilfigur till stilfigur.

- (4) "A foundation is something that is rock solid, something that can be tested,

something that is true. We are talking about the foundation between horse and human, a partnership for life.”(kt 30:1)

”En grund är stabil, en grund kan sättas på prov, en grund är sann. Vi talar om grunden mellan häst och människa, ett livslångt samarbete.”(öt 31:1)

#### Stilfigur till stilfigur.

- (5) ”Be as firm as necessary without getting mean or mad; be as gentle as you can without being a sissy.”(kt 38:17)

”Var så bestämd som möjligt utan att bli elak eller arg – var så mjuk som möjligt utan att bli mesig.”(öt 39:14)

#### Stilfigur till stilfigur.

- (6) ”This is where the relationship starts. This is the first and foremost way to get a horse's respect.”(kt 56:3)

”Det är så samspelet mellan er börjar. Det är det första och bästa sättet att få hästens respekt.”(öt 57:3)

#### Stilfigur till stilfigur.

- (7) ”There are three attitudes the horse can take in doing these six things: a/ He can escape from you in these six ways. b/ He can disrespect you in these six ways; or c/ He can yield to and from you in these six ways.”(kt 56:19)

”Hästen kan svara med tre olika attityder när den gör dessa sex saker: a/ Den kan smita undan från dig på dessa sex sätt; b/ Den kan välja att inte respektera dig på dessa sex sätt; eller c/ Den kan ge efter eller komma till dig på dessa sex sätt.” (öt 57:17)

#### Stilfigur till stilfigur.

- (8) ”An independent seat starts with being mentally, emotionally, and physically fit. An independent seat means that you do not use the reins for balance; you do not squeeze below your knees for grip; and you do not use two reins in an "Oh, no" situation.”(kt 74:3)

”En oberoende sits börjar med att man är mentalt, känslomässigt och fysiskt i form. Har man en oberoende sits så använder man inte tyglarna för att hålla balansen, man kniper inte med underskänklarna för att hålla sig kvar, och man använder inte två tyglar när man hamnar i en ”Åh nej-situation.”(öt 75:2)

#### Stilfigur till normaluttryck.

- (9) ”Here's a concept I'd like for you to consider. There is a place called somewhere; there's a place called nowhere; and there's a place called somewhere else. If you want to go somewhere, say straight ahead, you've got to look there; you've got to focus straight ahead of you. If you want to go somewhere else, you've got to look to your right or left and go somewhere else. If you want to go nowhere, look down at the ground and go nowhere.”(kt 74:36)

”En princip som jag vill att du ska tänka över är att det finns en plats som heter någonstans; det finns en plats som heter ingenstans och det finns en



plats som heter någon annanstans. Om du vill gå någonstans, kanske rakt fram, så måste du titta ditåt och fokusera rakt framför dig. Om du vill gå någon annanstans så måste du titta till höger eller vänster och gå någon annanstans. Om du inte vill gå någonstans så tittar du ner på marken och går ingenstans.” (öt 75:36)

Stilfigur till stilfigur.

- (10) ”A horse can have a response, an ill response, or a reaction. A response has thought process, understanding, and respect. An ill response has thought process, understanding, and disrespect. A reaction has no thought process, no understanding, and has fear and / or surprise involved.”(kt 82:5)

”En häst kan ge respons, negativ respons eller reagera. Bakom en respons ligger en tankeprocess, förståelse och respekt. Bakom en negativ respons ligger en tankeprocess, förståelse och respektlöshet. En reaktion innebär ingen tankeprocess, ingen förståelse och rädsla och/eller överraskning.” (öt 83:5)

**Assonans:**

- (1) ”*If he's blinking, he's thinking.*”(kt 40:2) ”*När den blinkar tänker den...*”(öt 41:2)

Stilfigur till normaluttryck.

- (2) ”Then, there always was the horse who couldn't be rode, and the cowboy who couldn't be throwed, and rodeo came into being.”(kt 70:21)

”Och eftersom det alltid har funnits oinridna hästar och cowboys som inte vill bli avslängda, kom rodeo in i bilden.”(öt 71:20)

Stilfigur till normaluttryck.

- (3) ”So by becoming a good pick of horse-analities, you're making sure that your personality and your horse's horse-anality profiles match.”(kt 68:29)

”Genom att bli bra på att välja häst-ligheter garanterar du att din personlighets- och hästens häst-lighetsprofil passar ihop.”(öt 69:30)

Stilfigur till stilfigur.

- (4) If you're walking, he should walk, not jig, trot, canter, or stop. (kt 76:35)

Om ni skrittar så ska hästen skritta, inte takta, trava, galoppera eller stanna.(öt 77:35)

Stilfigur till normaluttryck. För att bibehålla stilfiguren hade jag här kunnat använda verbet sitta istället för stanna.

**Ellips:**

- (1) ”Do you know what we look like to horses? Predators.”(kt 52:4)

”Är du medveten om vad hästar ser oss som? Rovdjur.”(öt 53:4)

Stilfigur till stilfigur.

(2) "Left foot in front, right foot behind."(kt 60:31)

"Vänster fot framför din högra fot."(öt 61:30)

Stilfigur till stilfigur.

(3) "Watch out! " (kt 40:2) "Se upp!" (öt 41:2)

Stilfigur till stilfigur.

### **Epifor:**

(1) "Traditional thinking is what normal people do. However, it's traditional for tradition to change. It has for centuries. In fact, the only constant thing in life is change."(kt 22:20)

"Människor är normalt konservativa, de gillar traditioner. Men det är tradition för traditioner att förändras. Det har de alltid gjort. Det enda som består här i livet är faktiskt att saker och ting förändras."(öt 23:17)

Stilfigur till stilfigur. Det här är även ett exempel på alliteration och författaren använder sig dessutom av ordspråket. "*The only thing constant in life is change.*"

(2) "Body language is universal. I have it. You have it. Horses have it."(kt 38:32)

"Kroppsspråket är universellt. Jag har det. Du har det. Hästar har det."(öt 39:28)

Stilfigur till stilfigur.

(3) "Respect has no fear in it. It has a willing, cooperative attitude about it."(kt 42:35)

"Respekt är inte liktydigt med rädsla utan bygger på fri vilja och samarbete."(öt 43:35)

Stilfigur till normaluttryck.

(4) "Think of it as asking the horse, telling the horse, then promising the horse."(kt 44:36)

"Tänk dig det som att du först ber hästen, sedan uppmanar hästen och till sist lovar hästen." (öt 45:37)

### **Hopning:**

(1) "You have to exercise your imagination. Imagination is something children have that adults do not, or at least they lost the ability to use their imaginations effectively."(kt 28:16)

"Använd din fantasi. Barn har fantasi, vuxna har det inte, eller de har i alla fall förlorat förmågan att använda sin fantasi på ett effektivt sätt." (öt 29:17)

Stilfigur till stilfigur.

- (2) "With horses, the natural attitude is to be as gentle as you can, but as firm as necessary. When you're gentle, be gentle without being a sissy. When you're firm, be firm without getting mean or mad."(kt 30:24)

"När man är med hästar ska man vara så mjuk man kan, men så bestämd som det krävs, då har man en naturlig attityd. När man är mjuk ska man vara mjuk utan att för den skull bli mesig. När man är bestämd, ska man vara bestämd utan att bli elak eller arg." (öt 31:21)

Stilfigur till stilfigur.

### **Kiasm:**

- (1) "Most people are inadequate when it comes to horses because they think like people. My goal is to get people to think like horses."(kt 24:5)

"De flesta av oss hanterar hästar på ett olämpligt sätt eftersom vi tänker som människor. Mitt mål är att få människor att tänka som hästar..." (öt 25:5)

Stilfigur till stilfigur.

- (2) "Most people get upset when their horses act like prey animals instead of partners. And most horses get upset when their humans act like predators instead of partners."(kt 32:33)

"Många blir upprörda när deras hästar betar sig som bytesdjur istället för samarbetspartners. Många hästar blir upprörda när deras människor betar sig som rovdjur istället för samarbetspartners." (öt 33:29)

Stilfigur till stilfigur.

- (3) "When Horse-Man-Ship happens, the human becomes half horse and the horse becomes half human."(kt 34:20)

"PNH innebär att människan blir till hälften häst och hästen till hälften människa."(öt 35:19)

Stilfigur till stilfigur.

- (4) "In this sense, a horse has to become a little bit human and a human has to become a little bit horse."(kt 42:11)

"Det innebär alltså att hästen måste bli lite människa och människan lite häst." (öt 43:11)

Stilfigur till stilfigur.

- (5) "Heart and desire applies to humans in that a horse does not care how much you know until he knows how much you care."(kt 46:34)

"Hästen bryr sig inte om hur mycket du vet förrän den vet hur mycket du bryr dig, här kommer din entusiasm och vilja in."(öt 47:36)

Stilfigur till stilfigur.

### **Liknelse:**

- (1) "Communication is two or more individuals sharing and understanding an

idea. If I pat my leg and the dog comes, we've communicated. But I can talk to a post until I'm blue in the face, and I'm just talking.” (kt 36:10)

”Kommunikation är två eller fler individer som delar och förstår en idé. Om jag klappar mig på benet och hunden kommer till mig så har vi kommunicerat men jag kan prata med en lyktstolpe tills jag blir hes utan att få något svar.” (öt 37:8)

Stilfiguren *blue in the face* har ersatts med ett normaluttryck *hes*.

- (2) ”Impulsion lies somewhere between impulsiveness and non-responsiveness. It's when ”go” equals ”whoa,” and ”whoa” equals ”go.” That means the horse is balanced somewhere between moving forward and standing still.”(öt 44:17)

”Schvung ligger någonstans mellan impulsivitet och icke-lyhördhet. Det är när ”fram” är lika med ”whoa” och ”whoa” är lika med ”fram”. Det betyder att hästen är i balans någonstans mellan att röra sig framåt och stå still.” (kt 45:18)

- (3) ”I like to think of the six yields in terms of a weight scale. Since most people understand the difference between an ounce and a pound, this provides an easy reference point to understand the concept of yield.”(kt 44:29)

”Eftersom de flesta av oss vet skillnaden mellan hekto och kilo så brukar jag placera de sex eftergifterna på en viktskala, det är ett bra sätt att förstå begreppet eftergift.”(öt 45:30)

- (4) ”We use direct-line thinking, and often we focus on our horses like a mountain lion stalks a foal.”(kt 52:6)

”Vi tänker i raka linjer och vi koncentrerar oss ofta på våra hästar ungefär som en puma gör när den smyger sig på ett föl.” (öt 53:6)

- (5) ”If you don't prove to your horse that you're not a predator, he'll carry that feeling with him through everything you do. For example, if, when riding, you become assertive and try to get your horse to do something, he thinks the predator that has been sleeping on his back all of a sudden has come alive.” (kt 52:8)

”Om du inte bevisar för din häst att du inte är ett rovdjur så kommer den att bära med sig den känslan, vad ni än gör. Blir du exempelvis bestämd och försöker få din häst att göra något när du rider, så tror den att rovdjuret som har sovit på ryggen helt plötsligt har vaknat till liv.” (öt 53:9)

- (6) ”When I look at a horse, I try to be a diagnostician and a psychoanalyst at the same time. I look at a horse much like a mechanic would look at a gasoline engine with its three systems: air, fuel, and fire.” (kt 52:36)

”När jag tittar på en häst försöker jag vara både diagnostiker och psykoanalytiker. Jag tittar på hästen ungefär som en mekaniker skulle titta på en bensinmotors tre system: luft, bränsle och förbränning.”(öt 53:36)

- (7) ”With respect to lateral flexion, think of the horse as an arrow. The

straighter he is, the faster, the stronger, the farther he can go. The more bent he is, the less chance he has of going somewhere.” (kt 60:4)

”För att förstå begreppet sidoböjning kan vi tänka på hästen som en pil. Ju rakare den är desto snabbare, starkare och längre kan den gå. Ju mer böjd den är desto mindre möjlighet har den att komma någonstans.”(öt 61:4)

- (8) ”Vertical flexion is more than just getting a horse' s nose in and down. Think of a horse's body as a buggy whip. The base of the whip, which is the thickest part, is compared to the horse's hindquarters. The lash or thin end is like his head and neck. Bend the whip and bring the lash end of the whip in (like the horse's neck when his head is on the vertical). As the whip bends, it gets strong over its top end, and it puts the power to the base (or hindquarters). This is what happens when you engage the horse's hindquarters.” (kt 60:12)

”Böjning i längdriktningen är mer än att få ner hästens huvud. Tänk dig hästens kropp som en körpiska. Piskans handtag, den kraftigaste delen, kan jämföras med hästens bakdel. Snärten, eller den smalaste delen, är huvudet och nacken. Böj piskan och dra in snärten (som hästens nacke när den går på tygeln). När piskan böjs blir den stark över den högsta delen och kraften samlas i handtaget (eller hästens bakdel). Det är det här som händer när du får hästen att engagera bakdelen.” (öt 61:12)

- (9) ”This is good as long as the horse has the right attitude. Remember, a horse is an attitude with four feet. If he is scared or mad or disrespectful and you use vertical flexion, you've just engaged his hindquarters and caused him to be more powerful and possibly more dangerous. It's like letting the clutch out.” (kt 60:19)

”Det är bra, så länge hästen har rätt attityd. Kom ihåg att en häst är en attityd på fyra ben. Om hästen är rädd eller arg eller inte respekterar dig och du böjer den i längdriktningen och på så sätt engagerar bakdelen, så blir den starkare och möjligen farligare. Det är som att släppa upp kopplingen.” (öt 61:19)

- (10) ”Petting your dog is an example of praise and recognition of one predator to another.”(kt 80:34)

”Klappar du din hund så har du gett beröm och erkännande från ett rovdjur till ett annat.”(öt 81:33)

## **Parabel:**

- (1) ”Other examples of misrepresentation are: Walking into the pasture just to say hello, but with a grain can in one hand and a halter behind your back. You look like you're intent on catching the horse, and the look on your face is strong and scary to the horse. This is where the predator needs to be aware of how he represents himself to the prey animal, the horse.” (kt 40:15)

”Det är också uppenbart att hästen kommer att misstolka vilka avsikter du har om du går in i hagen, bara för att hälsa, med en hink havre i ena handen och grimman bakom ryggen. För hästen ser ditt ansiktsuttryck hårt och

skrämmande ut, det ser ut som du är fast besluten att fånga in den. Det är i sådana situationer som rovdjuret människan måste vara medveten om hur bytesdjuret hästen ser honom.” (öt 41:14)

- (2) ”As an example of the difference between prey and predator types of thinking, let's use a mountain lion and a horse who are both thirsty. The predator mountain lion, with direct-line thinking, has no fear and goes to water by walking directly to it. The prey-animal horse, on the other hand, goes to water with a step, look, listen, and smell attitude, always concerned that there is a predator nearby before he puts himself in a vulnerable position. He moves cautiously forward until he perceives there is no danger.” (kt 50:28)

”Ett exempel på hur olika rov- och flyktdjur tänker är hur en puma respektive en häst agerar när de är törstiga. Puman, som tänker i raka linjer, känner ingen rädsla utan går direkt fram till vattnet. Hästen däremot, som är ett bytesdjur, går mot vattnet genom att ta ett steg, titta, lyssna och lukta, och ser alltid till att det inte finns rovdjur i närheten innan den försätter sig i en sårbar situation. Den rör sig försiktigt framåt tills den är säker på att situationen är ofarlig.”(öt 51:29)

- (3) ”Non-flexibility can be seen in a horse who is sluggish away from the barn, but yet he jigs back to the barn; or when on a trail ride, he wants to be ridden only when things are quiet. If things get a little raucous, he gets nervous and lets his surroundings bother him.” (kt 58:31)

”En häst som inte är flexibel är trög när man går från stallet men taktar hem – eller vill bara ridas ut när det är lugnt omkring den. Om det inte är lugnt blir den nervös och låter sig störas av omgivningen.” (öt 59:30)

- (4) ”What does this mean in relationship to horses? If you look where you're going, your horse will take you where you want to go. Most people look at their horses' heads because of a lack of emotional fitness. Typically, when the horse, a live animal, acts up beneath an emotionally unfit rider, he or she gasps, tightens up, and looks down at the horse.”(kt 74:27)

”Vad betyder det här i relation till hästar? Om du tittar dit du ska, kommer hästen att ta dig dit du vill. De flesta av oss tittar ner på hästens huvud, eftersom vi inte är känslomässigt i form. När hästen, ett levande djur, konstrar under en ryttare som inte är känslomässigt i form, brukar han eller hon dra efter andan, spänna sig och titta ner på hästen.”(öt 75:27)

- (5) ”Most humans, when they ride horses, turn them at every corner of the arena they come to, as though the horse would run into the fence. If there were a jump or log on the ground, the human almost invariably looks down at it and picks up on the reins as if to say to the horse, ”You're a dumb horse, let me look at it for you.”(kt 78:14)

”De flesta av oss vänder hästen i varje hörn vi kommer till på ridbanan, precis som om den skulle springa in i staketet annars. Om det finns ett hinder eller en stock på marken så brukar människorna nästan undantagslöst titta ner på det och korta tyglarna som för att säga till hästen,: ”Du är en dum häst, jag tittar åt dig.”(öt 79:13)

- (6) "An example of reward: One of your employees did a good deed and you never said anything, but you rewarded him with a \$50 bonus in his paycheck a week later. He'd appreciate that, but in the interim, he might have thought that you didn't even notice. He might have cursed you for not giving praise and recognition at the moment of his good deed. Positive reinforcement would have been to praise the employee immediately."(kt 80:20)

"Ett exempel på belöning: En av dina anställda har gjort bra ifrån sig och du säger inget utan belönar honom med en bonus på 500 kr vid löneutbetalningen. Han uppskattar det säkert, men under tiden kanske han tror att du inte ens har lagt märke till hans prestation. Han kanske svor över dig för att du inte berömde honom och gav honom erkännande på en gång. Positiv förstärkning hade varit att istället ge den anställde beröm på en gång."(öt 81:20)

- (7) "When some people approach their horses, their body language or posture makes them look aggressive or sneaky, like they have the look of the lion. On the other hand, there are those people who have the look of the lamb. They're sheepish or submissive." (kt 40:10)

"Vissa personer närmar sig sina hästar med ett kroppsspråk som får dem att se aggressiva eller lömska ut, som smygande lejon. Å andra sidan finns det personer som ser ut som lamm. De är fåraktiga eller undergivna." (öt 41:10)

- (8) "In diagnosing the problem, it's important to know the root of the problem, and which system is causing the trouble." (kt 52:38)

"När man diagnosticerar problemet är det viktigt att känna till problemets rot och vilket system som orsakar besväret." (öt 53:38)

- (9) "I need to make one other distinction regarding collection. To me, it's not just the horse's body frame, but his frame of mind." (kt 64:37)

"Jag ser även samling på ett annat sätt. Jag ser det inte bara som hästens kroppsform utan även som hästens mentala form."(öt 65:36)

- (10) "If we'll be more objective in our analysis of a horse's aptitudes, there might be a gem in the rough waiting to be discovered." (kt 72:7)

"Om vi blir mer objektiva när vi analyserar hästars kapacitet kan vi kanske upptäcka fler oslipade diamanter."(öt 73:6)

## Ordlek:

- (1) "Savvy means to understand. Every jackass thinks he has horse sense. Most people think like people and so they don't savvy horses. You have to savvy "horse savvy."(kt 48:24)

"Känner man förståelse så har man också fattat. Men är man dum som en åsna så är det svårt att tänka som en häst. De flesta av oss tänker som människor och det gör att vi inte förstår hästar. Du måste fatta det som hästar fattar." (öt 48:24)

## Retorisk fråga:

- (1) "Why do people get into horses in the first place? I've asked this everywhere I go. Nobody gets forced into liking horses. People get into horses because they have a dream."(kt 24:11)

"Varför börjar människor egentligen med hästar? Det är något jag ofta har frågat mig. Ingen är tvungen att gilla hästar. Man börjar med hästar för att man har en dröm."(öt 25:11)

- (2) "If you were to measure a yield, how much would it weigh? To me, a yield has a maximum weight of 4 ounces to still be a yield."(kt 44:32)

"Om du skulle väga en eftergift, hur mycket skulle den väga? För att det fortfarande ska räknas som en eftergift så anser jag att den får väga högst 1 hekto."(öt 45:33)

- (3) "How do you get a horse's respect, impulsion, and flexion? Each will be explained separately."(kt 54:34)

"Hur du får hästens respekt, schvung och böjning kommer att förklaras i separata avsnitt."(öt 55:31)

## Stilfigur till normaluttryck.

- (4) Frågan: "How do you get a horse's impulsion?" (kt 58:2)

Frågan: "Hur får du hästens schvung?" (öt 59:2)

Svaret: "Through the six yields, impulsion happens naturally because the horse already has it." (kt 58:12)

Svaret: "Genom de sex eftergifterna kommer hästens schvung automatiskt." (öt 59:12)

- (5) "With impulsion in the physical sense, "Go equals whoa, and whoa equals go." That means if you have snappy departures, you should have equally graceful, downward transitions? With most horses, it takes less than 4 ounces of effort to make them have snappy departures, but 400 pounds to make downward transitions." (kt 58:17)

"Vid fysisk schvung, "är fram lika whoa, och whoa lika med fram." Betyder det att kvicka igångsättningar automatiskt ger lika eleganta avsaktningar? För de flesta hästar krävs det vanligtvis en ansträngning på mindre än 1 hekto att få till kvicka igångsättningar, men 200 kilo för att få dem att sakta av." (öt 59:16)

- (6) "To what degree was the horse born with these characteristics? How much of a coward is he? Some horses are born as gentle as dogs, and others snort at everything the day after they are born." (kt 66:35)

"I vilken grad är dessa karaktärsdrag medfödda? Hur feg är hästen? Vissa hästar är som små lamm redan från födseln medan andra fnyser åt allt de ser." (öt 67:33)



- (7) "What does focus mean? In every endeavor, sport, or anything we do, whether it is flying an airplane, driving a car, running a hurdle race, or snow skiing, focus and the line of direction are the most important ingredients." (kt 74:23)

"Vad betyder fokus? När vi strävar efter något, utövar en idrott, eller något annat, om det så är att flyga flygplan, köra bil, springa ett hinderlopp eller åka skidor, är de viktigaste ingredienserna fokus och riktning." (öt 75:24)

### Stegring:

- (1) "You have to experience experience, and it takes both good and bad experiences to put it all together." (kt 48:31)

"Du måste erfara erfarenhet och det krävs både bra och dåliga erfarenheter för att allt ska falla på plats." (öt 49:31)

### Stilfigur till stilfigur.

- (2) "The horse is a natural follower; he is looking for a natural leader, somebody who has the natural attitude, feel, timing, balance, savvy, and experience." (kt 50:1)

"Hästen är en naturlig följeslagare som letar efter en naturlig ledare. Någon som har den naturliga attityden, känslan, timingen, balansen, förståelsen och erfarenheten." (öt 51:1)

- (3) "This is what happens before what happens happens, and this is what the horse feels." (kt 76:4)

"Det är det här som händer innan det som händer händer och det är det här som hästen känner." (öt 77:5)

- (4) "You should be able to tell a Natural Horse-Man by the tools he uses, and also by the tools he doesn't use or those he wouldn't use." (kt 28:2)

"Utrustningen man använder, inte använder, och aldrig skulle använda visar om man är en naturlig hästmänniska." (öt 29:2)

## Appendix 2 – facktermer och plusord

Nedan följer de facktermer som har påträffats i källtexten.

### Facktermer i källtexten

alpha horse	alfahäst
ambling	passgångsaktig
appaloosa	appaloosa (amerikansk tigrerad hästras)
arena	ridbana
back-up	rygga
beat	hovslag
bend a horse with one rein	böja hästen med en tygel
blue ribbon	blågul rosett (första pris)
buck	bocka
buggy whip	körpiska
canter	galopp
speed up to the canter	öka till galopp
cavesson	nosgrimma, kapson
collected	samlad
colt starting	unghästträning, inridning
communication aids	kommunikationshjälpmedel
conflicting aid	motsägande hjälp
controlled forward energy	kontrollerad framåtbjudning
cow horse	kohästar
cut a cow	skilja ut en ko
cut cattle	cutting
cutting horses	cuttinghästar
departure	igångsättning
disengage the hindquarters	lösgöra bakdelen
disengagement of the hindquarters	lösgjord bakdel
drive from behind	gripa framåt med bakbenen
get bucked off	bli avbockad
graceful downward transitions	eleganta avsaktningar
dressage	dressyr
drive line	balanspunkt
engage	engagera

engage the hindquarters	engagera bakdelen
english	den engelska ridstilen
equestrian	yrkesryttare
exercise the horse on the ground	markarbete
extended	ökad
flexion	böjning
flexion exercises	böjningsövningar
foal	föl
foal imprinting	fölprägling
footfall pattern	stegföljd
forward energy	framåtbjudning
four-beat gait	fyrtaktig gångart
four-beat lateral gait	fyrtaktig lateral gångart
gaited horse	gångartshäst
gallop	fyrsprångsgalopp
sons, daughters and grandget	avkommor i flera led
green rider	nybörjare
half-halt	halvhalt ("en övergående samling av hästen under rörelse varigenom steget för ett ögonblick förkortas och tempot minskas.") ( <a href="http://sv.wikipedia.org/wiki/Halvhalt">http://sv.wikipedia.org/wiki/Halvhalt</a> )
halt	halt
halter	grimma
halter horse	halterhäst
have a lot of "cow"	ha stark vallinstinkt
hindquarters	bakdelen
hold the horse back	hålla in hästen
hold the gait	bibehålla gångarten
horse hand	hästkännare
horsemanship	horsemanship (Hästmannaskap och hästhantering är motsvarande svenska termer, men de täcker dock inte begreppet.)
impulsion	schvung (Det vill säga fart och kraft i hästens rörelser. Är det en mänsklig egenskap avses drivkraft.)
in a two-beat diagonal fashion	tvåtaktigt och diagonalt
independent seat	oberoende sits
intermediate gate	passtölt

jigging	takta (gå i en snabb och stressig skritt)
jumping champion	hoppchampion
kick him to go	skänkla på (driva med benen = skänklarna.)
lateral longeing	markarbete med arbetsrep eller i frihet. (Genom att använda ordet longeing sätter författaren det i kontrast till den traditionella longeringen när hästen löper i lina i cirkel.)
lateral flexion	böjning i sidled, sidoböjning
lead rope	grimskافت
leg on	skänkla på
legs	skänklar
left lead	vänster galopp
longeing	longering
lope	lope (långsam galopp där hästen går i låg form.)
maneuver	rörelse (rörelser som man får hästen att utföra)
maintain the gait	bibehålla gångarten
mechanics	mekaniska hjälpmedel (hjälptryglar och liknande)
moment of suspension	svävningmoment
natural guidance	vägleda hästen på ett naturligt sätt
natural horse-man-ship	PNH (Parelli natural horse-man-ship)
negative reinforcement	negativ förstärkning
non-responsiveness	icke-lyhördhet
normal horsemanship	normal horsemanship, normal hästhantering. (det vill säga det sätt på vilket man normalt hanterar hästar, står i kontrast till den naturliga hästhanteringen (natural horse-man-ship).
normal interference	”normal ridning”
paso fino	paso fino (latinamerikansk gångartsras)
piaffe	piaff
dominance games	dominansbeteenden
pleasure horse	pleasurehäst
positive reinforcement	positiv förstärkning
to post to the right	sitta ned på höger fram
prance	kråma sig
progress string	rep, halsring
propulsion	skjut- och bärkraft
push on with spurs	driva på med sporrarna
push on the bit	lägga sig i handen (Lägga sig i handen/lägga sig på tygeln. Hästen blir tung i handen vid ridning.)

put on a loose rein	ge fria tyglar
race horse	galopphäst
race	rida i snabb galopp
rear in the air	stegra sig
regular	mellan-
rein	tygel
reining	reining
release the pressure	ta bort trycket
ridable	ridbar
rider	ryttare
riding horse	ridhäst
riding master	ryttarmästare
right lead	höger galopp
rise in the stirrups	ställa sig upp i stigbyglarna
rodeo	rodeo
roping	roping
roping horses	ropinghästar
running barrels	barrel racing
saddle	sadel
seat	sits
showman	tävlingsryttare
side-pass	röra sig sidvärtes
single-foot gate	travtölt
the all-time sire	tidernas främsta förärvare
smooth ride	mjuk ritt
stabled horses	hästar som står på stall
steady leg pressure	stadigt skänkeltryck
a steady mount	en lugn häst
stride	steg
submissive head position	(då hästens) huvud är eftergivet
Tennessee walkers	Tennessee walking horses (Amerikansk gångartsras)
the legs work in diagonal pairs	benen rör sig diagonalt i par
trained	spetsat (framåt)
three-beat gait	tretaktig gångart
trail horse	trilhäst
trail ride	uteritt

transitions	övergångar ( <i>Byte från en gångart till en annan.</i> )
trot	trav
trot in place	trava på stället
vertical flexion	böjning i längdriktningen
walk	skritt
slow down to the walk	sakta av till skritt
western	westernstilen
withers	manke
working	arbets-
yield	eftergift
yield backwards	ge efter bakåt
yield sideways	ge efter sidvärtes
yield to each other	ge efter för varandra
yield to and from pressure	ge efter eller komma till
the left leg pushes across	vänsterskänkeln driver på
the right leg opens up	högerskänkeln slappnar av

## Plusord

ability to focus on a moving object	förmåga att fokusera på ett objekt i rörelse
”alpha” member	alfaledaren
anxiety	oro
aptitude test	lämplighetstest
assume	anta
attitude	attityd
balance	balans
barn	stall
best response	bäst responsen
bilateral vision	syn åt sidan
biological enemy	biologiska fiende
body language	kroppsspråk
breed into	framavla
carriages	vagnar
comfort	bekvämlighet (att hästen vill känna sig trygg och bekväm)
comfortable	väl till mods
comfort zone	trygghetszon

confinement	att vara instängd
communication	kommunikation
contest	tävling
coward	feg
dance	dansa
depth perception	djupseende
disrespect	brist på respekt
dominate	dominera
driving	kör-, kör
emotional	känslomässig
emotionally	känslomässigt
excellence	fina resultat
experience	erfarenhet
facial expression	ansiktsuttryck
fast	snabbt
fear	rädsla
feeding	fodring
feel	känsla
feet	fötter, hovar
to fly from fear	flyktinstinkt
focus	fokus, fokusering
follower	följeslagare
foundation	grund
the front end	framdelen
frolick	konstra
front leg	framben, fram
gate	utgång
genetically coded	genetiskt kodat
gentle	välvillig
be gregarious	ha hjordinstinkt
hands	händer
herd hierarchy	flockhierarki
herd	valla
hind leg	bakben, bak
ill response	negativ respons
imagination	fantasi
impulsiveness	impulsivitet

ingredient	ingrediens, (natural horse-man-ship har enligt författaren ett antal ingredienser)
instinct	instinkt
innate characteristic	medfödd egenskap
innate trait	medfött drag
jump	hoppa
knack	naturlig fallenhet
knowledge	kunskap
learned behaviour	inlärnt beteende
learning period	inlärningsperiod
logic	logik
mediocrity	medelmåttighet
medium	medelsnabbt
mental collection	mental samling
mental flexion	mental böjning
mentally	mentalt
natural	naturlig (positiv egenskap)
natural balance	naturlig balans
the natural foundation	en naturlig grund att stå på
natural maneuvers	naturliga rörelser
neck	nacke
non-verbal	icke-verbal
normal	normal (enligt författaren något negativt eftersom det innebär att man inte tänker själv utan bara följer i gamla hjulspår)
nutrient intake	näringsintag
on the ground	på marken, från marken
open range	vidsträckt betesmark
overfeed	ge för mycket foder
partnership	samarbete, relation
the pasture	hagen
pecking order	rangordning
pelvis	bäcken
to be perceptive to danger	att kunna upptäcka hot
peripheral vision	periferisk syn
physically fit	fysiskt i form
physical flexion	fysisk böjning
philosophy	filosofi



play	leka
plow	plog
predator	rovdjur
prey animal	bytesdjur
principle	princip
problem solving	problemlösning
progressive thinker	progressiv tänkare
protein	protein
psychology	hästpsykologi
pulling	dra, drag-
punishment	straff
purpose	syfte
qualities	kvaliteter
reaction	reaktion
reasoning power	förmåga att tänka
refinement	finslipning
responsibility	skyldighet
safe	trygg
respect	respekt
respect and authority scale	respekt- och auktoritetsskalan
restrained	hindrad
reward	belöning
to roam	ströva på
run	springa
savvy	förståelse, fatta
sensitive	känslig
six keys	sex nycklar
skill	skicklighet
slow	långsamt
sneaky	lömsk
spine	ryggrad
spin	snurra
spirit	temperament
surprise	överrumpla
systems	system
techniques	metoder
theories	teorier

think in direkt lines	tänka i raka linjer
think laterally	sidotänkande
thinking pattern	tänkemönster
thought process	en tankeprocess
tools	utrustning
time	tid
timing	timing
traditional thinker	konservativ tänkare
turn	vända
underexercise	ge för lite motion
understanding	förståelse
use the natural power of focus	fokusera på vad man vill göra
voice	röst
wagon	vagn