



Jag befinner mig på gården
Ängen, utanför Gnesta där
Camilla Paraniak har sin
fantastiska hästverksamhet
-Hästen är PoÄngen-
www.stall-angen.se

Camilla arbetar med Akademisk ridkonst, frihetsdressyr, voltige och med det som förenar - att öka förmågan till att kunna samspela med hästen utifrån hästens perspektiv. Att med hjälp av hästen beröra människor, öka förmågan till samspel utifrån avspänning, förtroende och respekt för varandra, där hästen har sin centrala plats som en sann och äkta vägvisare för oss människor.

Camilla är verkligen en eldsjäl utöver det vanliga. Hon har 8 egna hästar med olika raser, alla med sin personlighet och speciella karaktär. Allt från varmblodstravare, fullblodsarab, ardenner, nordsvensk, lippzoner till ridponnyn. Här får hästarna vara häst och varje individ möts med stor omsorg, respekt och stor förståelse där de får vara just den individen de är. Det ger mycket trygga, vänliga hästar, som lärt sig att människan vill dom väl, vilket gör att även hästarna vill möta oss människor med vänlighet tillbaka.

Då jag fick kontakt med Camilla för första

gången var jag väldigt rädd för att vara nära dessa stora, muskulösa djur. Jag hade ingen tanke på att börja rida, för rädd – det var vad jag var. Men hos Camilla var det inte nödvändigt att rida för att få umgås med hästen. Istället började mitt möte från marken, i lugn takt, klappa, rykta, och få hästen att vilja följa mig då jag ledde den i en gramma. Det var här det hela började, som gjorde skillnad, då jag förstod att dessa gigantiska djur ville väl, ville vara med oss människor om vi själva möter dom i samförstånd och med respekt. Det viktigaste för mig blev inte att lära mig trava eller galoppa utan att bygga upp ett tryggt, harmoniskt samspel mellan hästen och mig själv. Det berörde och öppnade upp något djupt inom mig. Min rädsla övergick till en längtan till nästa möte, till nästa och nästa. Tänk att en häst kan beröra mitt hjärta så djupt och få mig att vilja våga mer och mer.

Camilla och hennes hästar
betyder något alldeles särskilt



Med en egen kronisk sjukdom där min dagsform avgör vad jag orkar är Camillas hästar och verksamhet mycket betydelsefull för mig, som verkligen gör skillnad in i mitt liv. Här behöver jag inte vara stark eller "frisk", här möts jag tillsammans med Camilla och hennes hästar utifrån den jag är. Det gör skillnad för mig, att få uppleva, att här kan jag vara, här passar jag in trots funktionshinder. Jag får även uppleva att lektionen skraddarsys utifrån min dagsform utan någon förväntan på det jag ännu inte orkar eller klarar av. Hästarna kräver inget av mig, de bara är, hjälper till att släppa borden eller tron på att behöva göra mer än jag orkar.

De är så nöjda med att bara få vara tillsammans med människan och det räcker för dom vilket smittar av sig till mig. Här kan jag för ett tag

släppa allt runtomkring - allt som har med sjukdom att göra som känns svårt. Jag kan få fokusera mina tankar så gott det går på mötet med hästen och bara få uppleva. De gånger jag kommer med djup trötthet får jag möjlighet att bara rida på hästen då Camilla leder oss runt över fälten. Det ger en känsla av att få bli buren av någon annan, vilket har en läkande kraft. Här tillsammans med hästen kan min sorg eller oro över min situation förvandlas till glädje och värme i hjärtat, väcka ett hopp och en förtröstan på framtiden. Eller då jag kommer med kraft, få känna att ingenting är omöjligt. Hästen speglar mig och är enorma på att väcka känslor. Ordlöst och enbart med sin uppenbarelse, sitt lugna och harmoniska sätt kan de få mig att ändra sinnesstämning eller få mig att förstå något mer av själva livet och att vara människa .



En blick in i deras ögon kan beröra djupt som blir till en ordlös kommunikation och samspel med detta underbara djur. Camilla och hennes hästar gör verkligen skillnad och genom hennes gedigna intresse, engagemang och kunskap är hon verkligen en eldsjäl. Hon har en förmåga att tillsammans med sina fantastiska hästar göra skillnad för mig som människa men också för världen. Den harmoniska atmosfären som man möts av sprids som ringar på vattnet bland människor och till livet i stort. Jag vet att det är många människor som kommer hit, som vill lära sig samspela med hästen och lära sig mer om ridning utifrån Camillas sätt att se. Ung som gammal, den yngsta är 2 år, den äldsta 77 år - friska som funktionsnedsatta - alla är välkomna att möta dessa glada, vänliga och trygga hästar utifrån sin egen förmåga, sina egna önsknings och behov.

Här tillsammans med Camilla och hennes hästar kan jag inte hålla något tillbaka, kan inte låtsas befinna mig på en annan plats i livet än jag är. Hästen "avslöjar" mig och det är just det som gör skillnad för mig som människa. Genom hästen

upplever jag gång på gång att jag inte behöver förstå mig, det är bara att gilla läget. För det är just det som är det naturligaste för hästen, denna direktitet och klarhet. Hästen gör skillnad - utmanar mig till denna sinnliga och mentala öppenhet. Lär mig att ännu mer vilja våga vara sann, äkta, närvarande i det som just nu är. Varken hästen eller Camilla dömmar eller värderar. Oavsett om jag är stark, glad, ledsen, trött, orolig, etc speglar hästen mig med sitt sätt att vara, vilket bidrar till en ärlig kommunikation.

Jag minns speciellt ett tillfälle då jag kände sorg inom mig på en lektion, hur hästen Flisan med sin känslighet uppfattade det jag inte med ord uttryckte. Istället för att stå kvar där hon egentligen skulle stå kom hon med mjuka försiktiga steg fram till mig, lutade ner sin panna och la den på mitt hjärta. Så stod hon kvar tills mina tårar trillade längs mina kinder. Flisan hade inbjudit mig att släppa fram det som verkligen kändes inuti, det hon hade uppfattat, som jag inte förmådde att visa i det yttre. Jag tog emot hennes inbjudan - stunden blev magisk . Camilla lät stunden fortgå trots att det var under en hästlektion, i tysthet – i stillhet. Det spelar ingen roll om det är skratt, rädsla, trötthet, djup glädje eller sorg - allt får plats på en hästlektion hos Camilla där hästarnas själsfullhet, icke dömande hjälper mig att få vara den jag är.

Camilla är en eldsjäl en hästhjälte som betyder något alldeles särskilt, som låter sina hästar arbeta och samspela med oss människor. En eldsjäl och hjälte värd att uppmärksammas.



Att vara tillsammans med
hästar gör skillnad...



Är läkande – befriande,
berör oss människor.



Text & Foto: Ann-Kristin Masuhr