A photograph of two horses running in a field. The horse on the left is chestnut with a white blaze on its face. The horse on the right is dark brown. They are running towards the left, with their manes and tails flowing. The background is a soft, golden-brown field.

WORKBOOK

.....

*Deine Heldenreise
mit Pferden*

11 Schritte in die Verbindung zu dir.



Willkommen zu deiner Heldenreise mit Pferden

Auf dich wartet eine spannende Reise - 11 Schritte in die tiefe Verbindung.

Die Heldenreise mit Pferden ist eine Reise in die Selbstwahrnehmung.

Wer bist du?

Was ist dein Ruf?

Was hält dich auf?

Was ist deine Ausrichtung?

Wie handelst du, wie erlebst du Beziehung?

Was sind deine Werte?

Wie entscheidest du dich zwischen Altem und Neuem?

Woran scheiterst du?

Wie wachst du und was transformiert sich für dich?

Welchen Schatz entdeckst du?

Was ist dein ureigener Weg?

Zu all diesen Fragen erhältst du in diesem Workbook Übungen, die dich in einem Schritt-für-Schritt-Prozess durch deine Reise führen. Was du dabei erlebst und fühlst, vertiefst du bei den Live-Coaching-Abenden.



Und was hat das mit Pferden zu tun?

Pferde reagieren auf dein Selbstbewusstsein. Selbstbewusstsein ist gleich bedeutend mit Präsenz und Lebenskraft. Pferde orientieren sich an deiner Lebenskraft oder auch Präsenz. Lebenskraft oder Präsenz ist keine Technik oder Methode. Lebenskraft oder Präsenz ist ein Sein, eine Wahrnehmung dessen, was ist und wer du bist.

Es ist alles, was du bist, alles, was du weißt, kannst, fühlst, erlebt hast, dein Körper, deine Seele, dein zeitloses ewiges Sein. Diese Wahrnehmung kannst du trainieren und darum wird es in deiner Heldenreise gehen.

All das ist präzise wahrnehmbare Energie, für diejenigen, die Energien lesen können. Pferde lesen diese Energie außerordentlich präzise und antworten darauf. Je bewusster du diese Energie wahrnimmst, desto mehr staunst du, wie präzise sich Pferde daran orientieren.

Du verstehst, wie präzise sich ihr Verhalten, ihre Gesundheit, ihre Kontaktaufnahme, ihr Lernen daran orientieren und wie präzise sie auf dich und deine Energie reagieren.

Deshalb sind Pferde so gute Lehrer in der Selbstwahrnehmung. Und deshalb wird alles, was du mit Pferden erlebst, so viel leichter, wenn du lernst, was wirklich passiert zwischen Mensch und Pferd.



Die meisten Menschen haben die Fähigkeit, Energie zu lesen verloren, aber wir können sie wieder wecken und mit ihr wachsen unser Selbstbewusstsein, unser Glück, unsere Liebe, unsere Lebenskraft und unsere Erfolge und die Harmonie mit Pferden.

Das ist das Ziel dieser Heldenreise mit Pferden.

In den nächsten zehn Tagen wirst du elf Schritte der Heldenreise mit Pferden durchlaufen. Für jeden Schritt bekommst du eine Übung. Die Hälfte der Übungen sind mit Pferd, die Hälfte ohne Pferd. Wenn es dir nicht möglich ist, dein oder ein anderes Pferd zu besuchen, dann kannst du die Übungen auch mit einem anderen Tier, dem Leben selbst oder in deiner Vorstellung machen. Für dein Gehirn gibt es keinen Unterschied zwischen einem „realen“ und einem „visualisierten“ Bild. Wichtig ist dabei, dass du die Botschaften, Gefühle so wahrnimmst, als wärest du in der Situation.

Diese Übungen werden einen intensiven Prozess des Wachstums und der Transformation in Gang setzen. Wichtiger noch, als alle Übungen zu machen, ist es, auf den Prozess zu vertrauen und darauf, dass deine Intuition dir sagt, wie wichtig oder unwichtig eine Übung im Moment für dich ist. Es geht nicht darum, alle Übungen perfekt zu bearbeiten, sondern darum, deinen eigenen Weg zu gehen und die Übungen so zu nutzen, wie du sie brauchst und sie für dich Sinn machen.

Vertraue darauf, dass du genau die richtigen Lernschritte machen wirst. Die Instruktorinnen, die mit dir arbeiten werden an den fünf Live-Abenden, werden dich bei diesen Schritten unterstützen. Sie kennen die Heldenreise mit Pferden sehr gut und werden dir helfen, deinen ganz persönlichen Weg durch diese Heldenreise zu finden.



An den Live-Coaching-Abenden gehen wir die Schritte der Reihe nach durch:

1. Abend 02.12. 20-22 Uhr

Schritt 1: Wer bin ich? Schritt 2: Der Ruf

2. Abend 04.12. 20-22 Uhr

Schritt 3: Die Blockade, Schritt 4: Das Ziel

3. Abend 06.12. 20-22 Uhr

Schritt 5: Die Verbindung, Schritt 6: Das Herz der Kreatur

4. Abend 08.12. 20-22 Uhr

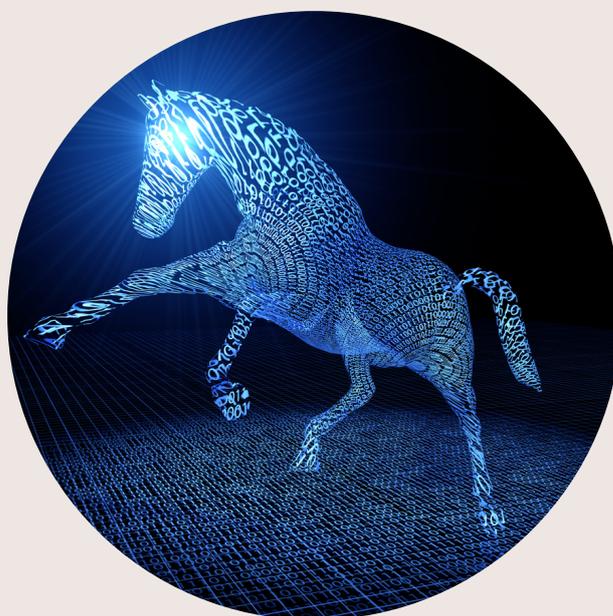
Schritt 7: Die Zerreißprobe, Schritt 8: Das Scheitern

5. Abend 11.12.. 20-22 Uhr

Schritt 9: Die Transformation, Schritt 10: Der Schatz, Schritt 11: Der weite Blick

Die Plauderecke ist ein wirklich wertvoller Raum für einen lebendigen Austausch. Sie findet immer an den Abenden zwischen den Coachings statt (03, 05., 07., 09., 10. und 12. Dezember). Hier kannst du das, was du erlebst mit anderen teilen, Fragen stellen oder einfach in der Community sein.

Du findest den Zoom-Link für alle Live-Coaching-Abende und die Plauderecke auf deiner Heldenreisen-Plattform, wir schicken ihn dir aber auch immer nochmal vor dem Abend per Mail zu.



Die 11 Schritte in der Übersicht

Hier hast du Platz, um unter jeden der 11 Schritte, deinen zusammenfassenden Satz zu schreiben. Du kannst das handschriftlich machen, wenn du eher der haptische Typ bist, oder direkt online. Über den gestrichelten Linien sind Felder hinterlegt, in die du hineinschreiben kannst.

Schritt 1: Wer bin ich?

.....
.....

Schritt 2: Der Ruf

.....
.....

Schritt 3: Die Blockade

.....
.....

Schritt 4: Das Ziel

.....
.....

Schritt 5: Die Verbindung,

.....
.....

Schritt 6: Das Herz der Kreatur

.....
.....



Schritt 7: Die Zerreißprobe

.....
.....

Schritt 8: Das Scheitern

.....
.....

Schritt 9: Die Transformation

.....
.....

Schritt 10: Der Schatz

.....
.....

Schritt 11: Der weite Blick

.....
.....





01 DER ERSTE SCHRITT

Wer bin ich?

Deine Heldenreise beginnt mit der Frage: Wer bin ich?

Selbstwahrnehmung ist eine lebenslange Übung. Sie ist ein Schlüssel für Erfolg, Gesundheit, harmonische Beziehungen und ein erfolgreiches, harmonisches Zusammensein mit Pferden. Je klarer und bewusster deine Selbstwahrnehmung ist, desto harmonischer wird sich das Zusammenspiel zwischen dir, deinem Pferd und anderen Wesen in deinem Leben gestalten. Die Liebe zur dir selbst wird wachsen und dir Kraft geben.



Bild: Andrea Danti

01 DEINE ÜBUNG

Wer bin ich?

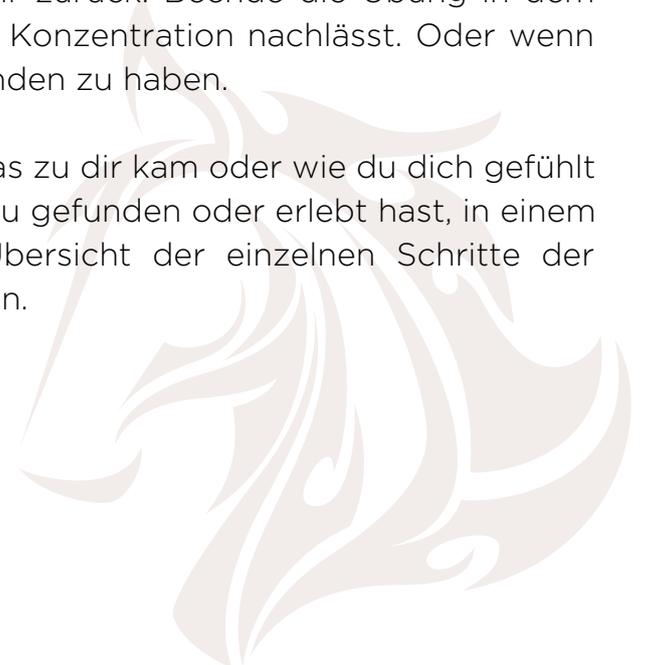
Suche dir einen ruhigen ungestörten Ort und richte ganz bewusst 100 % deiner Aufmerksamkeit auf dich selbst. Tue es so lange, bis du fühlst, dass etwas in deiner Wahrnehmung auftaucht, das du zuvor nicht gespürt oder gekannt hast, zum Beispiel ein neues Gefühl, ein unbekannter Gedanke, ein inneres Bild oder eine Energie, die dich stärkt.

Wichtig ist dabei, dass du kein Ergebnis suchst, sondern offen bist für das, was zu dir kommt. Ein Gefühl, das kommt, kann zum Beispiel auch Traurigkeit sein oder Angst. Auch unangenehme Gefühle haben Kraft und sind Wegweiser. Oft haben wir sie lange unterdrückt und mit Ihnen die Kraft, die darin steckt. Nimm alles urteilslos an mit einer Haltung von Neugier und Wohlwollen. Du bist dabei, dir selbst zuzuhören und alles, was sich zeigt, ist ein Teil von dir, wertvoll und liebenswert.

Wenn nichts kommt, schreibe das Gefühl auf, das du hast, wenn nichts zu dir kommt. Das ist ebenso wertvoll.

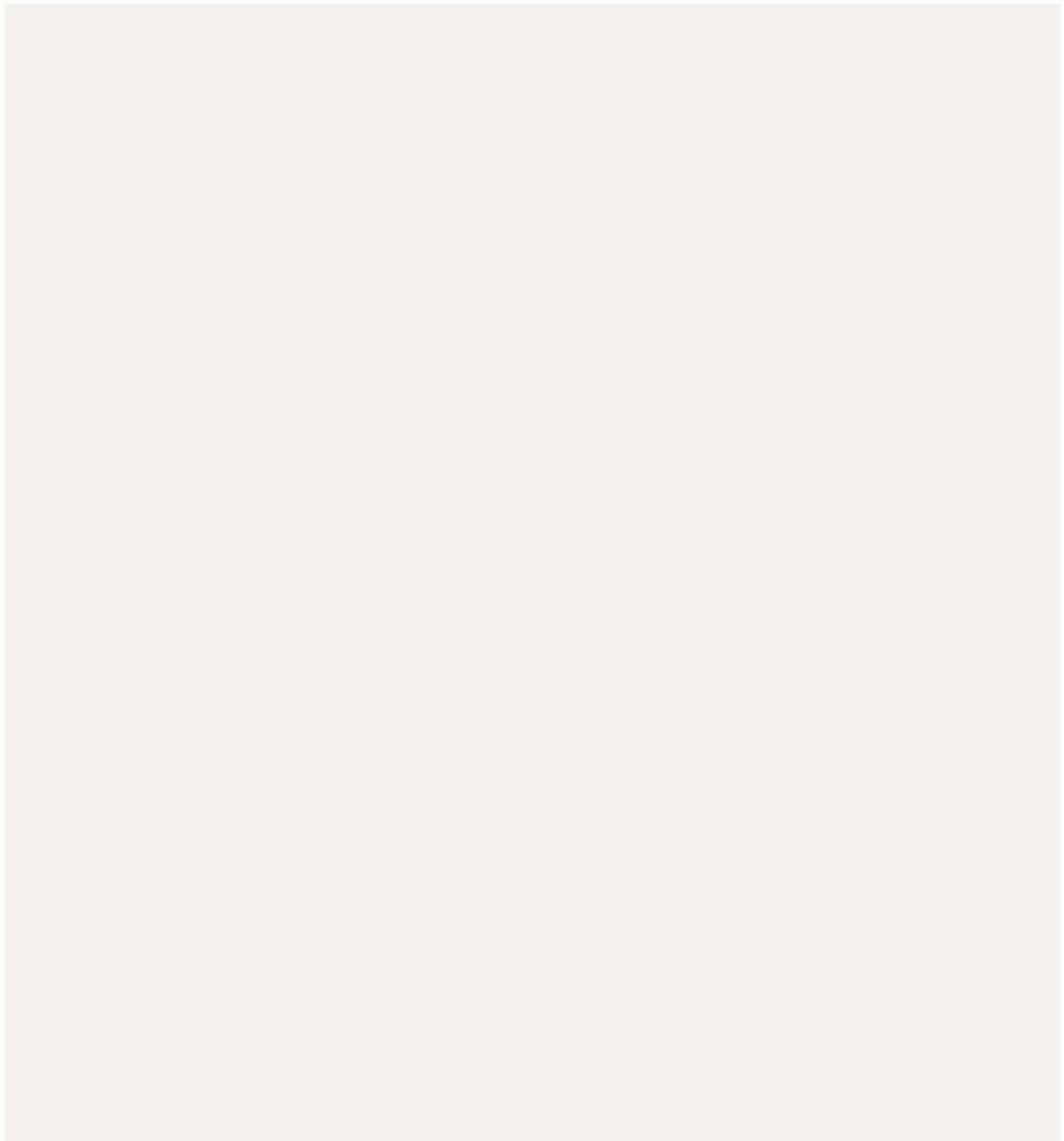
Diese Übung kann 5 Minuten, 10 Minuten oder auch länger dauern. Wenn deine Aufmerksamkeit abschweift, hole sie zu dir zurück. Beende die Übung in dem Augenblick, in dem du merkst, dass deine Konzentration nachlässt. Oder wenn du das Gefühl hast, etwas Wertvolles gefunden zu haben.

Wenn du sie beendet hast, schreibe auf, was zu dir kam oder wie du dich gefühlt hast am Ende der Übung. Fasse das, was du gefunden oder erlebt hast, in einem Satz zusammen und trage ihn in der Übersicht der einzelnen Schritte der Heldenreise unter Schritt 1 - Wer bin ich? ein.



Wer bin ich?

Hier ist Platz für deine Notizen.



Der Ruf



02

DER ZWEITE SCHRITT

Der Ruf

Wenn du anfängst, dich selbst besser wahrzunehmen, entdeckst du verborgene Wünsche, Sehnsüchte und Visionen. Du entdeckst deinen Ruf, etwas, was du sehr gerne leben möchtest, erfahren möchtest, verwirklichen möchtest. Du entdeckst verborgene Lebenskraft. Du spürst Aufbruch, Inspiration, eine neue Ausrichtung.

Du kommst in Kontakt mit deiner Seele und dem Weg deiner Seele. Du kommst in Kontakt mit dem spirituellen Wesen, das du bist. Diese Seelenkraft wird besonders stark aktiviert, wenn du in tiefe Verbindung mit einem seelenvollen Wesen trittst, einem Pferd, einem anderen Tier, einem göttlichen Begleiter oder dem Leben als göttliche Schöpfung.



Bild: Andrea Danti

02 DEINE ÜBUNG

Der Ruf

Deine Aufgabe mit Pferd / einem anderen Wesen / dem Leben

Gehe zu (d)einem Pferd. Besuche es auf die Weide oder gehe auf den Reitplatz. Du kannst auch mit deinem Pferd spazieren gehen oder die Übung beim Reiten machen. Wichtig ist, dass ihr beide - du und das Pferd - euch bei dieser Übung sicher fühlt. Wenn du mit einem anderen Gegenüber arbeitest, wähle eine Situation aus, in der du bewusst mit deinem Gegenüber in Kontakt gehst.

Richte jetzt 100 % deiner Aufmerksamkeit auf dich und halte diese Aufmerksamkeit bei dir. Nimm die Energie oder Bewegung des Pferdes / Gegenübers wahr, wie sie auf dich wirkt, wie sie sich mit deiner Energie vermischt. Achte darauf, dass deine Wahrnehmung der Energie des Pferdes / Gegenübers durch seine Nähe, Stärke, Geschwindigkeit nicht größer wird als die deiner Energie. Mach dies zu einer Grundlage für alles, was du mit Pferden oder einem anderen Gegenüber erlebst. Sorge in jedem Augenblick dafür, dass du mit deiner Aufmerksamkeit bei dir bleiben kannst.

Beende die Übung, wenn du merkst, dass deine Konzentration nachlässt. Oder wenn du das Gefühl hast, etwas Wertvolles gefunden oder erlebt zu haben.

Die Aufmerksamkeit der meisten Menschen ist auf das Außen gerichtet. Deshalb kann es am Anfang anstrengend sein, die Aufmerksamkeit bei dir zu halten. Auch wenn es dir nur kurz gelingt, die Aufmerksamkeit bei dir zu halten, ist das eine wichtige Erfahrung. Mit der Zeit wird es dir leichter fallen und du wirst bald merken, wie deine Präsenz / die Aufmerksamkeit auf dich selbst, einen positiven Einfluss auf dein Gegenüber hat.

02 DEINE ÜBUNG

Der Ruf

Deine Meditation

Höre dir bitte diese 10 Minuten-Meditation an, die dich, basierend auf dieser Präsenz-Übung, in die Verbindung mit deinem Pferd / Gegenüber bringt und in deinen Ruf.

Kopiere dir am besten den Link in deinen Browser:

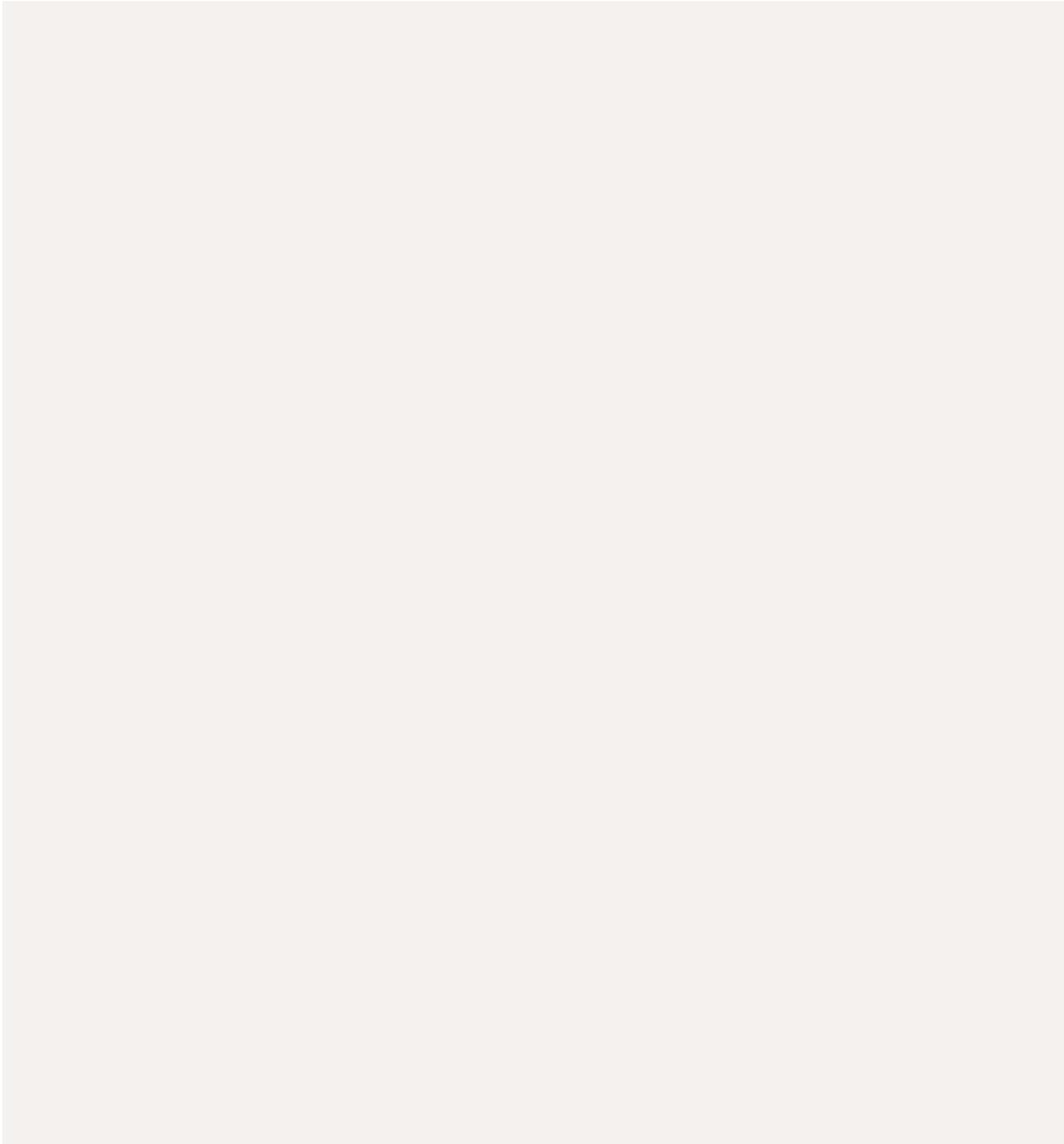
<https://soundcloud.com/ulrike-dietmann/meditation-der-ruf-online-heldenreise/s-il2qMnDwArW?si=76e780cf832943209756948cec47a9cb>

Wenn du die Meditation beendet hast, schreibe bitte auf, was als Ruf zu dir kam. Fasse es bitte in einem Satz zusammen und trage ihn in der Übersicht der einzelnen Schritte der Heldenreise unter Schritt 2 - Der Ruf ein.



Der Ruf

Hier ist Platz für deine Notizen.





03

DER DRITTE SCHRITT

Die Blockade

Wenn wir beginnen, mehr und mehr unseren Ruf zu spüren, zeigen sich zunächst Blockaden. Diese Blockaden sind unbewusste energetische Muster, die unsere Selbstwahrnehmung blockieren, und unsere Aufmerksamkeit stattdessen an das fesseln, was allgemein gilt, was andere denken oder wollen. Diese Blockaden können sich auf unterschiedliche Weise zeigen, durch kritische, urteilende Gedanken, Zweifel, durch Gefühle wie Angst, Traurigkeit, Frustration, Ärger oder auch durch körperliche Reaktionen wie plötzliche Müdigkeit, innere Aufregung oder intensive Träume.

Diese Blockaden sind in der Vergangenheit entstanden, meist in der Kindheit als wir schutzlos und abhängig waren. In der damaligen Situation waren sie sinnvoll, sie haben uns geschützt, aber heute stehen sie uns im Weg.



Bild: Andrea Danti

03



Während diese Blockaden uns zu schützen versuchen, schneiden Sie uns zugleich von neuen Möglichkeiten und Erfahrungen ab. Sie blockieren nicht nur unsere Angst, sondern auch unsere Fähigkeit zu lieben, etwas Neues zu schaffen oder uns zu freuen.

Du erkennst eine Blockade daran, dass sie dir Kraft raubt.

Wie kannst du diese Blockaden auflösen?

Zunächst ist es gut zu wissen, dass diese Blockaden ganz normal sind. Sie sind kein Fehler, sie sind nichts Negatives, sie sind einfach da. Sei geduldig mit ihnen. Im Moment, geht es nur darum, dass sie dir bewusst werden. In dem Moment, in dem sie ins Licht des Bewusstseins treten, lösen sie sich auf wie Gespenster, auf die das Tageslicht fällt.

In diesem Schritt geht es darum, deine momentan größte Blockade zu finden. Auch wenn du dir jetzt über mehrere Blockaden bewusst wirst, entscheide dich für die, die am stärksten ist. Das Auflösen von Blockaden ist am effektivsten, wenn du nur eine Blockade auf einmal bearbeitest, und nicht in der Blockade hängenbleibst, dass du alles auf einmal können musst.

Es ist wichtig, immer wieder einen Prozess abzuschließen, bevor du dich mit dem nächsten beschäftigst, auch wenn du fühlst, dass da noch mehr Themen auf dich warten. Je mehr du das Auflösen von Blockaden übst, desto schneller wird es gehen.

Du kannst davon ausgehen, dass Pferde, andere Tiere, und das Leben immer präzise auf deine Blockade reagieren werden. Das Pferd und das Leben reagieren so lange, wie die Blockade aktiv ist. Wenn sie aufgelöst ist, ist sie nicht mehr Teil deines Energiesystems und findet auch keine Resonanz mehr im Außen.

03 DEINE ÜBUNG

Die Blockade

Deine Übung ohne Pferd

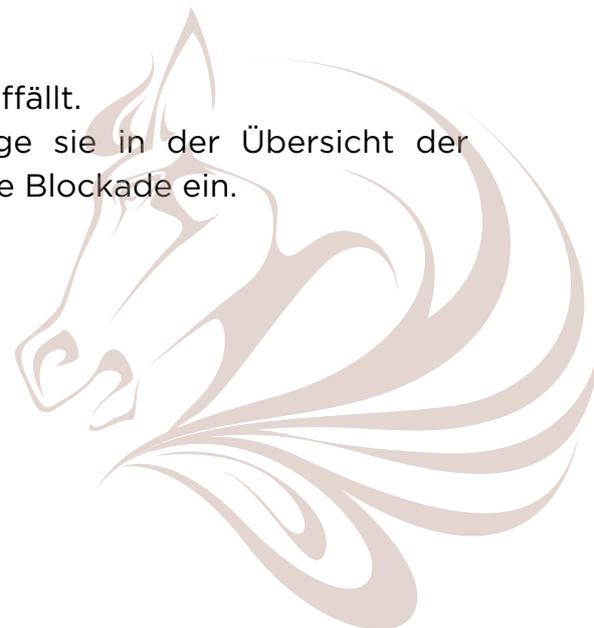
Erinnere dich an deinen Ruf, erinnere dich an den Schatz, den du in der Meditation entdeckst hast, an das Gefühl von Freude und Verbundenheit. Beobachte, was danach in dir, in deinem Leben oder mit deinem Pferd / anderen Gegenüber passiert.

Hast du Gedanken wie: „Das ist alles eine Illusion, das löst meine Probleme nicht, niemand wird mich verstehen, ich bin nichts Besonderes.“ Oder ein Gefühl von Traurigkeit, darüber, wie weit du dich von dir entfernt hast oder ein Gefühl von Ohnmacht, dass dein Ruf, dein besonderes Sein keinen Platz hat in dieser Welt. Hast du Angst, dass du größtenwahnsinnig wirst oder fühlst du dich besonders dünnhäutig? Hast du Kopfschmerzen oder erlebst du kleine Verletzungen durch unvorsichtige Bewegungen? Zeigt dein Körper andere ungewohnte Symptome? Reagieren andere Menschen oder dein Pferd ungewohnt auf dich?

Du musst keine Angst haben, dass dir etwas Gefährliches passiert. Du bist geschützt und alles, was passiert ist ein Ausdruck deiner Seele, die sich ihren Weg ins Licht sucht und dabei die Mauern durchbricht, die sie zuvor zurückgehalten haben.

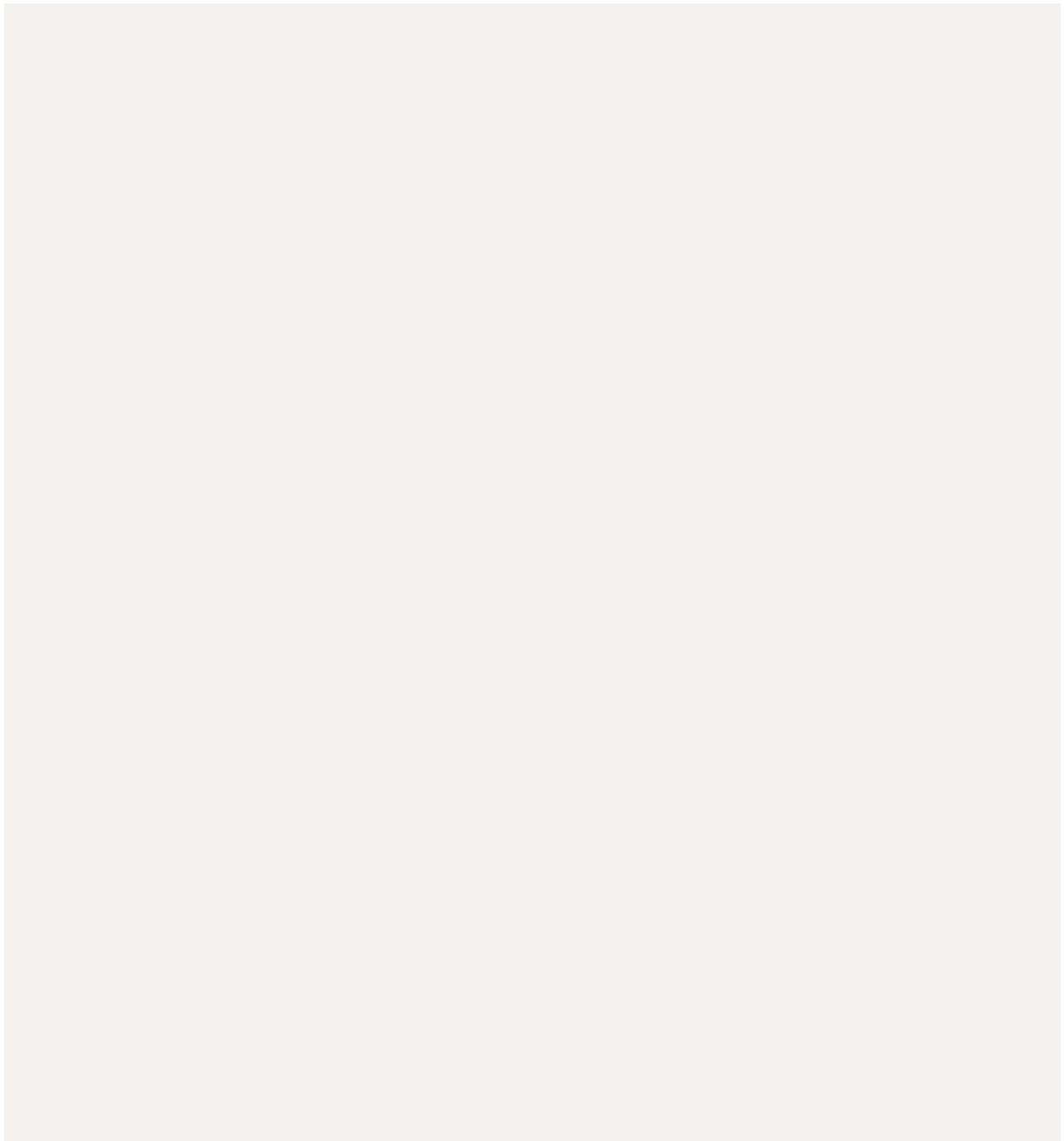
Bitte schreibe eine Blockade auf, die dir besonders auffällt.

Fasse sie bitte in einem Satz zusammen und trage sie in der Übersicht der einzelnen Schritte der Heldenreise unter Schritt 3 - Die Blockade ein.



Die Blockade

Hier ist Platz für deine Notizen.





Das Ziel

04 DER VIERTE SCHRITT

Das Ziel

Wenn sich eine Blockade durch deine bewusste Wahrnehmung aufgelöst hat, wirst du merken, dass neue Energie in dein Leben kommt. Die Energie, die in der Blockade gefangen war, steht dir jetzt frei zur Verfügung. Diese Energie möchte gern deinen Ruf, deinen Traum, deinen Wunsch verwirklichen. Es ist eine Verwirklichungsenergie.

Erinnere dich wieder an deinen Ruf, lies nach, was du gefunden und aufgeschrieben hast und lasse deine neugewonnene Energie in deinen Ruf fließen. Du wirst merken, dass du jede Menge kreative Ideen und Handlungsimpulse bekommst, die dir helfen, deinen Ruf zu verwirklichen.



04



Bild: Andrea Danti

Vielleicht fängst du an, im Internet nach deinem Traumpferd zu suchen oder du kontaktierst einen Menschen, der dir sehr wichtig ist und vertiefst die Beziehung oder du nimmst dir ganz bewusst mehr Zeit für dich oder für dein Pferd. Zeit, in der es nicht um Leistung geht, sondern darum, dich zu nähren mit positiver Energie und Liebe. Vielleicht taucht auch etwas ganz anderes auf. Es kann auch ein sehr konkretes, aktives Ziel sein wie: Ich möchte dieses Turnier gewinnen.

Nimm diese zielgerichtete Handlungsenergie bewusst wahr. Schau, welches Ziel sich am stärksten herauskristallisiert. Erlaube dir, auch ein Ziel zu verfolgen, das nicht in dein Leben zu passen scheint.

Entscheide dich dann für EIN Ziel, das dich inspiriert und dessen Verwirklichung herausfordernd aber auch möglich ist. Auch hier ist es wieder wichtig, sich für ein Ziel zu entscheiden.



04 DEINE ÜBUNG

Das Ziel

Deine Übung mit Pferd / einem anderen Gegenüber

Wähle eine praktische Aufgabe, die im Moment eine Herausforderung für dich darstellt. Zum Beispiel: mit meinem Pferd allein ausreiten. Setze dir ein konkretes Ziel, zum Beispiel, ich möchte 15 Minuten allein ausreiten, ohne dass ich oder mein Pferd Angst bekommen. Führe die Übung durch und schreibe auf, was besonders gut geklappt hat.

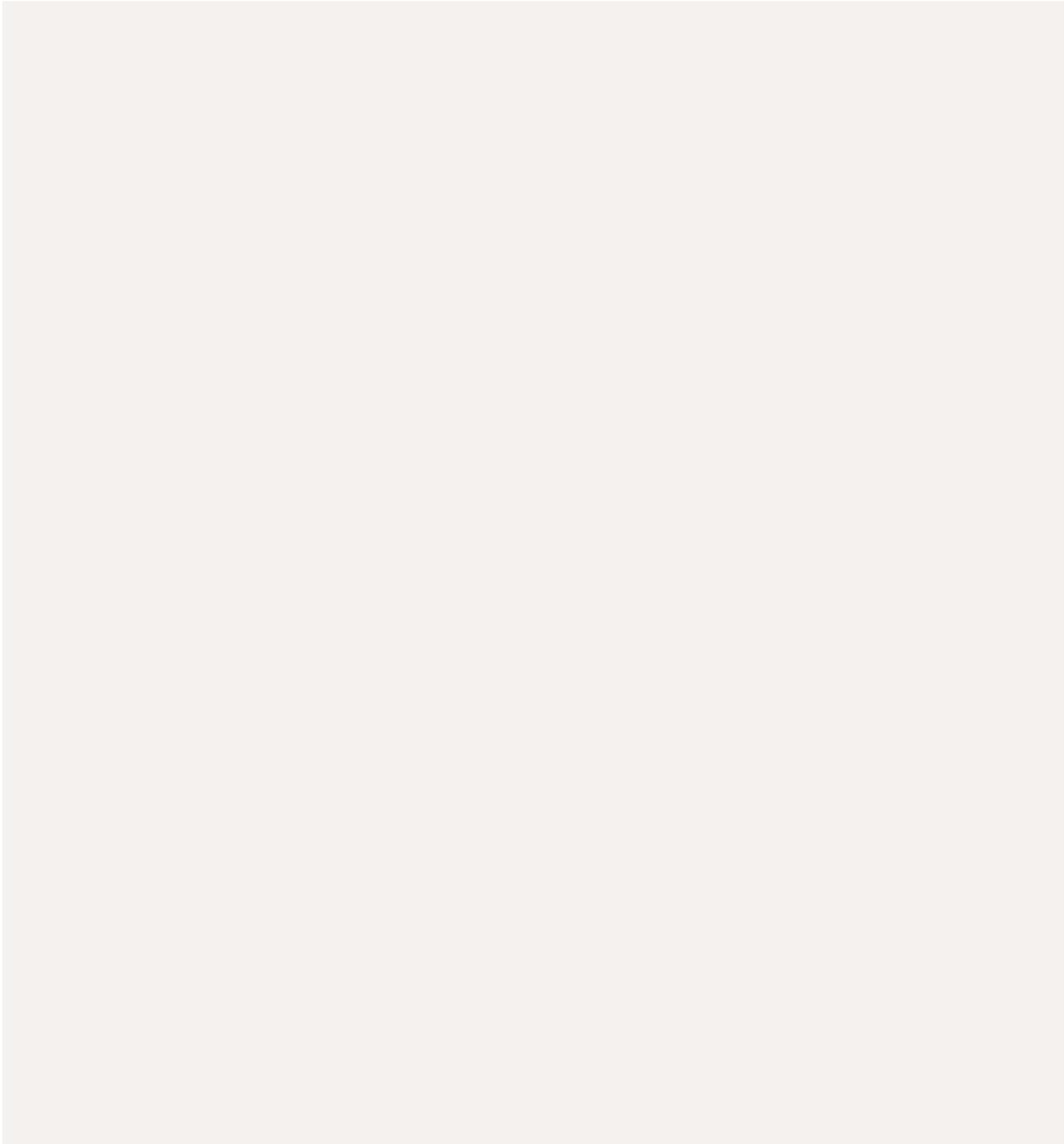
Schreibe dann auf deiner Heldenreisen-Übersicht auf:

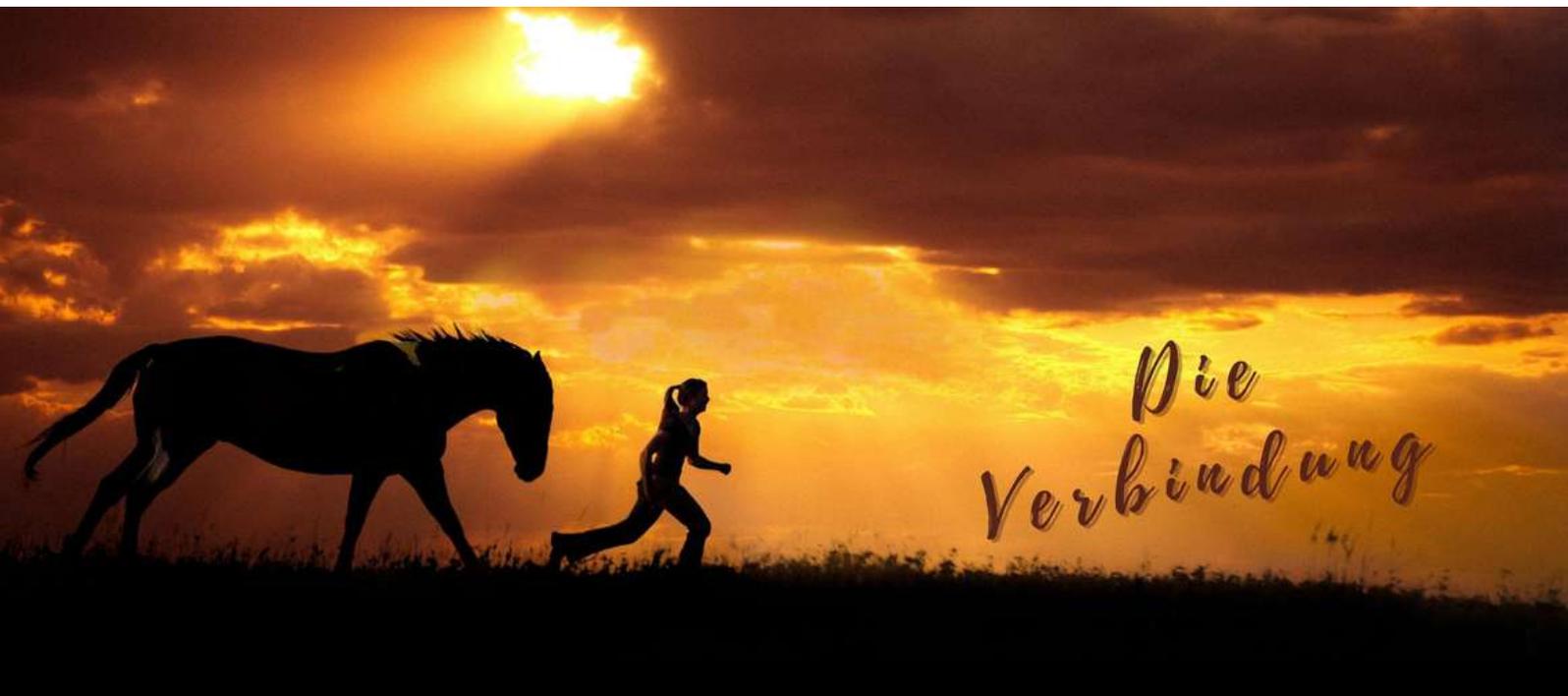
Mein Ziel ist (das EINE große Ziel, das du gewählt hast) und ich erreiche es, indem ich ... (trage hier ein, was in der Übung mit deinem Pferd / anderen Gegenüber gut geklappt hat.)



Das Ziel

Hier ist Platz für deine Notizen.





05 DER FÜNFTE SCHRITT

Die Verbindung

Du hast inzwischen eine gute Selbstwahrnehmung entwickelt, du bist im Kontakt mit deinem Ruf, du kannst Blockaden wahrnehmen und auflösen und du fühlst, wie neue Energie zu dir fließt und du ein Ziel formulieren kannst, das dir hilft, deinen Ruf zu verwirklichen. Als Nächstes geht es darum, dein Ziel zu verwirklichen und dabei Unterstützung von anderen zu bekommen.

Die meisten von uns haben Überzeugungen wie: „Wenn ich mich nicht darum kümmere, kümmert sich niemand.“ „Ich kann das am besten. Ich muss immer alles allein machen.“

Der Großteil unseres bekannten Pferdetrainings beruht darauf, dass ich das Pferd, gegen seinen Widerstand, zu etwas bewegen muss. So verhalten wir uns auch meist gegenüber dem Leben: Ich will etwas, aber das Leben macht nicht mit.



05

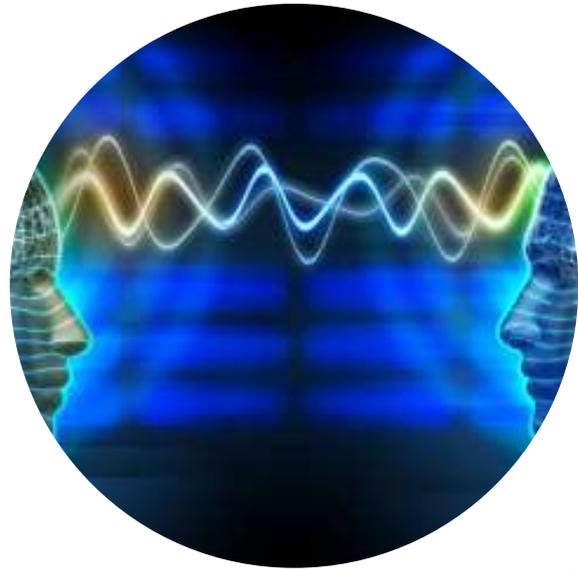


Bild: Andrea Danti

Ich möchte dir eine andere Möglichkeit zeigen, mit der alles viel leichter und einfacher wird. Das Pferd und das Leben möchten gerne mit dir zusammenarbeiten, sie sind immer bereit, dich zu unterstützen.

Alles ist Energie und alles ist energetisch verbunden, du, dein Pferd, die Menschen, Tiere und Pflanzen – alles, was ist bis in den letzten Winkel des Kosmos. Wir nehmen es nur nicht wahr.

Wie kannst du die Verbindung wahrnehmen?

Verbindung beginnt mit Selbstwahrnehmung, die haben wir ja schon geübt. Du richtest deine Aufmerksamkeit auf dich selbst. Du nimmst wahr, was du fühlst, was du denkst, wie sich dein Körper anfühlt. In dem Moment, in dem du dich selbst wahrnimmst, entsteht Verbindung. Das Außen reagiert auf dich und unterstützt dich. Das tut es immer, und jetzt lernst du, es wahrzunehmen.

Wir bekommen Unterstützung für positive Wünsche und Absichten und auch für negative Wünsche. Wenn ich überzeugt bin, dass mein Pferd mich nicht mag, wird es mir genau das zeigen, einfach als Antwort auf meine Überzeugung. Dasselbe gilt für positive Gedanken und Absichten. Wenn ich überzeugt bin, dass mein Pferd oder das Leben etwas Bestimmtes für mich tut, dann wird es das tun. Wenn ich mein Leben lang geglaubt habe, dass ich mich um alles selbst kümmern muss und niemand für mich da ist, dann wird es eine Weile dauern, diesen Glaubenssatz umzuwandeln in die Überzeugung, dass alles immer für mich da ist.

Auch hier ist es wieder wichtig, in kleinen Schritten voranzugehen. Es ist nicht wichtig, wie groß der Schritt ist, sondern, dass es eine Bewegung, eine positive Entwicklung gibt. Und damit beginnst du jetzt.

05 DEINE ÜBUNG

Die Verbindung

Deine Übung mit Pferd / einem anderen Gegenüber

Gehe zu deinem Pferd. Suche dir einen ungestörten Ort, wo es sich frei bewegen kann: auf der Weide, im Roundpen oder auf dem Reitplatz. Du kannst dich auch vor die Boxentür stellen. Wenn du die Übung nicht mit einem Pferd machen kannst, suche dir eine entsprechende Situation mit deinem Gegenüber. Sorge einfach dafür, dass du und dein Gegenüber in einer sicheren, entspannten Situation seid. Richte deine Aufmerksamkeit zu 100 % auf dich. Nutze den Body Scan, du findest eine Anleitung dazu auf deiner Heldenreisenplattform unter „Basics“.

Frage dich: Was fühle ich? Was nehme ich in meinem Körper wahr?

Beobachte dann die Reaktion deines Pferdes / Gegenübers. Eine mögliche Reaktion ist, dass dein Pferd zu dir schaut, dich wahrnimmt oder von sich aus zu dir kommt. In diesem Moment hast du die Verbindung gefunden. Es besteht ein Kontakt zwischen euch. Du hast diesen Kontakt nicht hergestellt oder erzwungen, sondern das Pferd nimmt dich wahr, einfach nur, weil du dich selbst wahrnimmst. Vielleicht hast du am Anfang das Gefühl, das sei nichts Besonderes. Es ist jedoch der Schlüssel für alles.

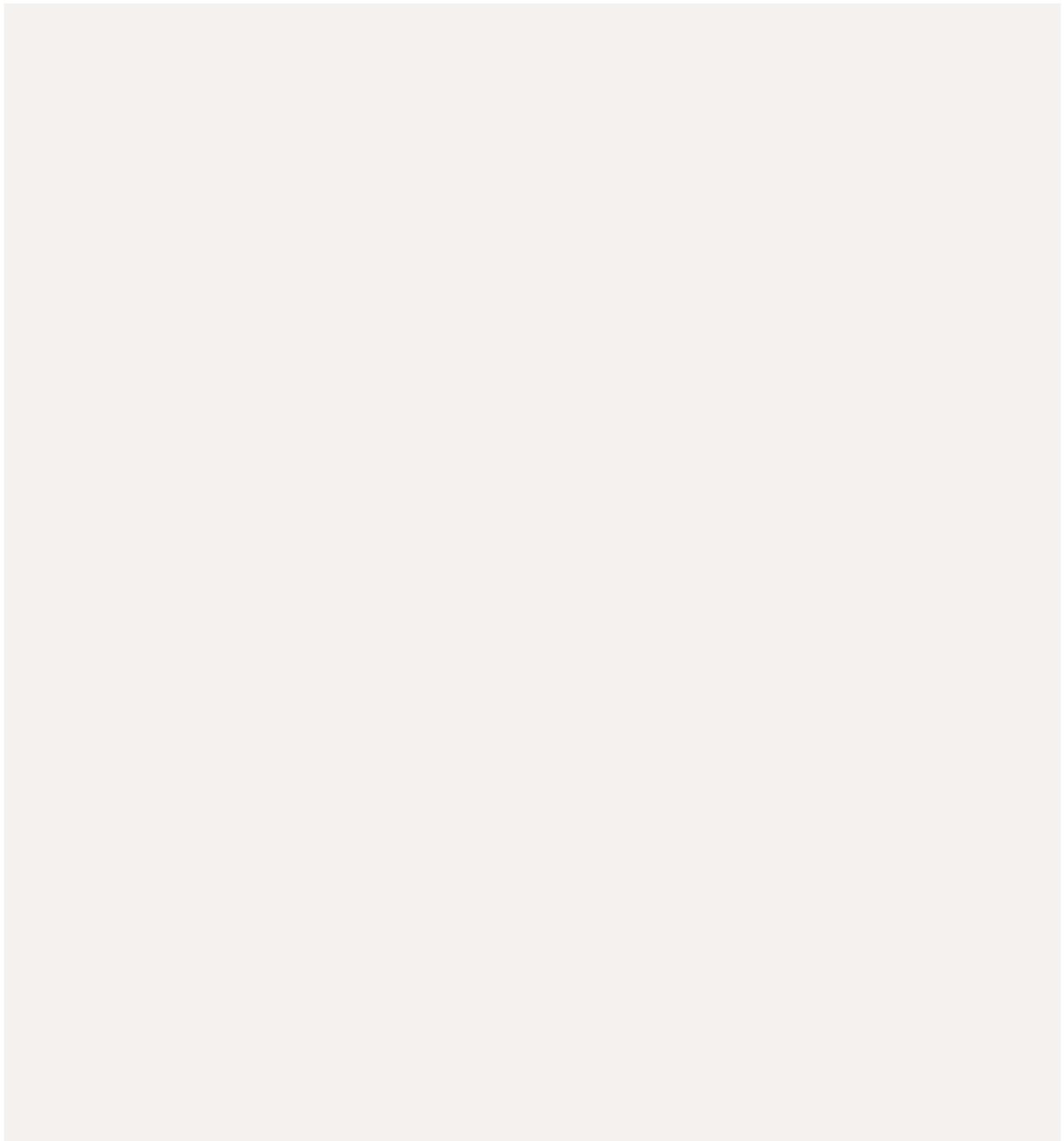
Du findest Verbindung, wenn du dich selbst wahrnimmst. Dann geht es nur noch darum, wahrzunehmen, wie das Außen unmittelbar und präzise auf dich reagiert. Du hast vielleicht schon gehört, dass dein Pferd ein Spiegel ist. Es reagiert auf deine Energie, genauer auf deine Wahrnehmung deiner Energie. Je mehr du das wahrnimmst, desto stärker wird die Verbindung und dein Vertrauen in die Verbindung. Dann erlebst du, dass du dein Ziel erreichst mit Unterstützung von außen. Mit einer Unterstützung, die du nicht erzwingen, einfordern, manipulieren, kontrollieren musst, sondern, die dir großzügig geschenkt wird.

Plötzlich klappen Übungen mit deinem Pferd, weil dein Pferd dir die Lösung gerne schenkt. Plötzlich kommen bestimmte hilfreiche Menschen in dein Leben, und schenken dir ihre Unterstützung, ihre Liebe und arbeiten gern mit dir zusammen.

Fasse bitte das, was für dich in diesem Schritt wichtig ist, in einem Satz zusammen und trage es in der Übersicht der einzelnen Schritte ein.

Die Verbindung

Hier ist Platz für deine Notizen.





06

DER SECHSTE SCHRITT

Das Herz der Kreatur

Du bist in der Mitte deiner Heldenreise angekommen. Herzlichen Glückwunsch!

Du hast dich auf ganz neue Erfahrungen und Übungen eingelassen. Du spürst, wie sich etwas bewegt. Vielleicht fühlst du dich überwältigt von manchen Übungen. Vielleicht verstehst du manches nicht. Mach einfach deine Schritte, einen nach dem anderen, egal wie groß oder klein deine Schritte dir vorkommen.

Häufig machen wir große Schritte, aber es ist uns nicht bewusst oder es wird uns erst im Nachhinein bewusst, welche Tragweite die „kleinen“ Veränderungen haben. Vertraue darauf, dass deine Schritte genau passend sind für dich. Vertraue darauf, dass deine Seele und das Leben und dein Pferd dir zeigen werden, was für dich gerade wichtig ist.



06



Bild: Andrea Danti

Die Heldenreise ist ein energetisches Grundmuster von Entwicklungsprozessen, die nicht nur Menschen, sondern die ganze Schöpfung betreffen. Es ist der Wunsch unserer Seele, eins zu sein, mit dem universellen Sein, das sich immer weiterentwickeln möchte durch uns. Die Heldenreise ist ein Zugang zu dieser Erfahrung. Weil diese Erfahrung so universell ist, kannst du darauf vertrauen, dass sie dich trägt.

Im Schritt 5 hast du gelernt, dass du nicht alles allein machen musst, sondern, dass andere dich gern unterstützen, wenn du in deiner Kraft und Selbstwahrnehmung bist. Das gilt für die ganze Heldenreise. Du lernst, dass Selbstwahrnehmung wirksamer ist als Handeln und dass Handeln, das aus bewusster Selbstwahrnehmung hervorgeht, wirksamer ist als unbewusstes Handeln. Du lernst, dass Pferde in jedem Augenblick bewusst handeln und dir zeigen, wo du mehr Bewusstsein und Wahrnehmung entwickeln kannst, um erfolgreicher und erfüllender positiv wahrzunehmen und zu handeln.

Du hast jetzt gelernt, Verbindung zu finden. In der Verbindung fühlt sich alles anders an. In der Verbindung empfindest du Freude, Geborgenheit, Geliebtsein, Inspiration, Sicherheit und inneren Frieden. Du erlebst kleine und große Momente dieser Freude und dieses Verbundenseins.

In diesen Momenten der Verbindung gibt es einen Schatz.

Du fühlst: Das bin ich.

Du fühlst: Das gehört zu mir.

Du fühlst deinen Weg.

Du fühlst deine Gabe.

Du fühlst, welches Pferd oder welcher Partner wirklich zu dir gehört.

Dieser Schritt heißt „Herz der Kreatur“.

Du fühlst deine intuitive Natur.



06 DEINE ÜBUNG

Das Herz der Kreatur

Deine Übung ohne Pferd

Schließe deine Augen. Gehe mit 100 % deiner Aufmerksamkeit zu dir. Du kannst die Anleitung zum Body Scan zu Hilfe nehmen. Wenn du ganz bei dir angekommen bist, dehne deine Aufmerksamkeit aus auf die Energie um dich herum. Lade ein Pferd oder ein anderes Tier oder einen Spirit Guide ein, als Energie zu dir kommen.

Wichtig: Wähle ein Gegenüber, das eine höhere energetische Schwingung hat als du. Ein solches Gegenüber wird gern mit dir in Verbindung gehen, wenn du ganz bei dir bist. Gib dich dieser Verbindung hin und fühle, was in der Verbindung auftaucht. Etwas, das du nicht gesucht hast, sondern das zu dir kommt. Du fühlst zum Beispiel die Liebe zu deinem Pferd, die Liebe zu einer Idee oder zu einem Menschen oder zu dir selbst. Du fühlst einen Wert, der dir wichtig ist, wie zum Beispiel Freiheit, Unabhängigkeit, Gerechtigkeit. Oder du fühlst pure Freude, innere Stille oder tiefes Vertrauen.

Das „Herz der Kreatur“ ist ein tiefer emotionaler Moment, der dich berührt. Vielleicht bist du plötzlich zu Tränen gerührt, nicht weil du traurig bist, sondern, weil du tief in dir entdeckst, dass du bist.

Verabschiede dich dann wieder aus der Verbindung, indem du deine Aufmerksamkeit wieder sanft auf dich richtest und bei dir ankommst.

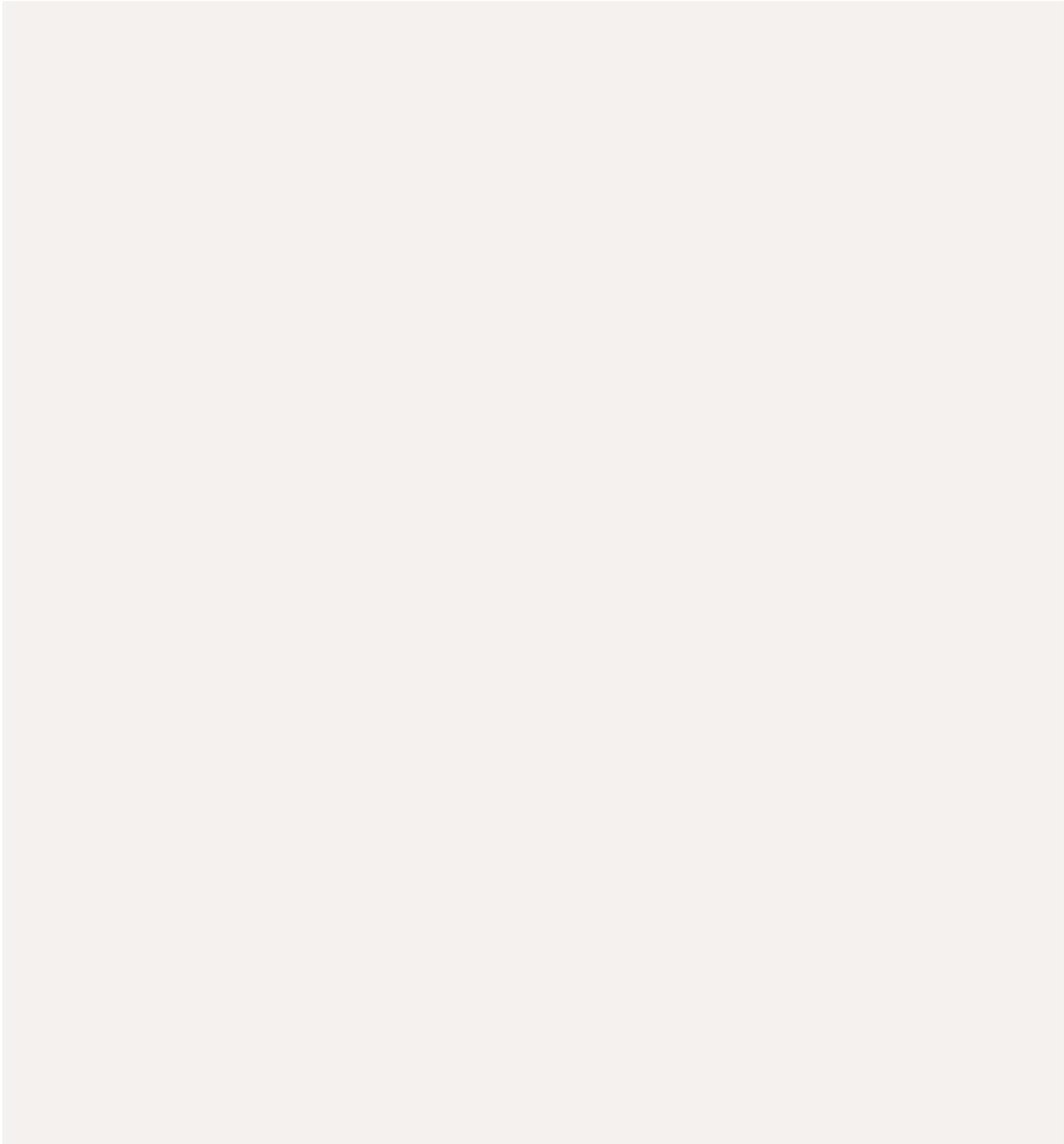
Schreibe auf, was du entdeckt hast. Hier geht es wieder darum, klar zu sein, nicht nur aufzuschreiben: „Ich fühle mich gut“, sondern zum Beispiel: „Ich bin tief berührt, weil ich plötzlich merke, dass dieses Pferd das mir so viel Sorgen bereitet hat, mir einen spirituellen Weg zeigt, den ich nicht gesehen habe, aber jetzt sehe ich ihn.“

In der Verbindung mit Pferden findest du leicht Zugang zu deiner Seelenenergie, einfach deshalb, weil Pferde pure Seelenenergie sind. Je mehr du selbst in Kontakt kommst mit deiner Seelenenergie, desto mehr wirst du andere um dich herum damit berühren, so dass sie ihre eigene Seelenenergie finden können.

Fasse bitte das, was für dich in diesem Schritt wichtig ist, in einem Satz zusammen und trage es in der Übersicht der einzelnen Schritte der Heldenreise ein.

Das Herz der Kreatur

Hier ist Platz für deine Notizen.





07 DER SIEBTE SCHRITT

Die Zerreißprobe

Wie jeder andere Schritt auf der Heldenreise geht auch die Zerreißprobe unvermeidlich aus dem vorherigen Schritt hervor. Die Heldenreise ist ein universelles energetisches Gesetz, dem du begegnest, wenn du anfängst, dich zu entwickeln. In der Zerreißprobe bist du mit einem Bein in deiner bekannten alten Welt, in der du dich auskennst, in der du dich sicher fühlst.

Mit dem anderen Bein hast du deine neue Welt betreten. Du folgst dem Ruf deiner Seele, aber jetzt wird dir bewusst, dass du ein altes Leben, alte Gewohnheiten, alte Überzeugungen zurücklassen musst.

Die neuen Gedanken, Gefühle und Erfahrungen, die du machst, passen nicht mehr in deine alte Welt. Du bist aber noch zu unsicher, um wirklich ja zu sagen zum Neuen. Du bist hin- und hergerissen – und dein Pferd, dein Leben, die Ereignisse um dich herum und die Reaktionen der anderen zeigen es dir.



07



Bild: Andrea Danti

Mit deinem Pferd erlebst du Durchbrüche. Plötzlich sind Dinge möglich, die dir bisher unmöglich erschienen sind, und am nächsten Tag scheint wieder gar nichts zu gehen, dein Pferd ist völlig unzugänglich. Dieses Stadium ist nicht angenehm und das ist auch der Grund, warum viele hier anhalten oder umkehren – zurück in die gewohnte Welt, auch wenn dort wieder die gewohnten Probleme warten.

In der Zerreißprobe wird wie in allen anderen Schritten, deine Wahrnehmung trainiert. Sie wird wie ein Ball hin und her geworfen. Zuerst bist du völlig überzeugt von etwas und im nächsten Augenblick scheint das Gegenteil wahr zu sein. Deine Gefühle drehen sich wie ein Kreisel, erst bist du zu 100 % sicher und begeistert, dann wieder unsicher und ablehnend. Es scheint, dass egal, wohin du dich wendest, du nirgendwo Ruhe oder Frieden findest.

Das wichtigste ist jetzt, dass du mit so viel Bewusstsein wie möglich durch diese Übergangsphase hindurch gehst, wo das Alte noch da und das Neue noch nicht ganz erreichbar ist. Auch hier spielt sich hinter all den Erscheinungen im Außen ein energetischer Prozess ab.

Die Zerreißprobe ist eine Übung in Hingabe. Du lernst wahrzunehmen, was ist, es sein zu lassen, es 100 % zu fühlen und zu erfahren, dass die Dinge sich von selbst bewegen ohne dein Zutun. Alles was du, dein Pferd, deine Welt jetzt brauchen, ist deine Wahrnehmung.

07 DEINE ÜBUNG

Die Zerreißprobe

Deine Übung mit Pferd / einem anderen Gegenüber

Bitte schaue auf deine bisherige Heldenreise zurück und schreibe drei Dinge auf, die sich überraschend positiv entwickelt haben. Dann schreibe drei Dinge auf, die du als überraschend negativ erlebt hast oder erlebst. Dann schreibe bitte auf: „Ich darf das alles fühlen. Alles ist richtig und wichtig.“

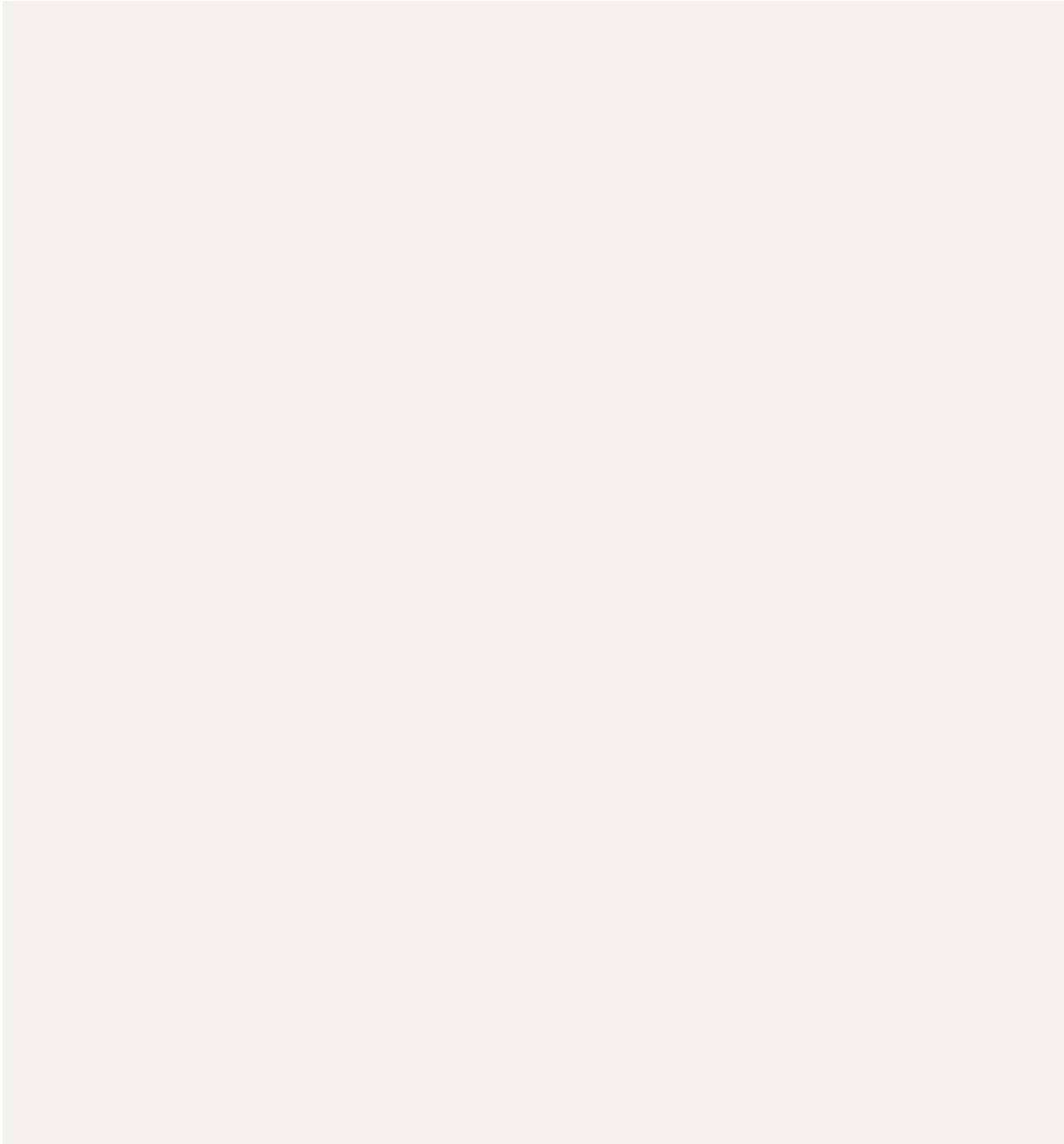
Verbringe etwas Zeit mit deinem Pferd, aktiv oder passiv und beobachte das Wechselspiel von erstaunlichem Neuen und nervigem Alten. Beobachte deine Gefühle von Freude und Dankbarkeit und deine Gefühle von Frustration und Ohnmacht. Erlaube allen Gefühlen und Wahrnehmungen, da zu sein ohne zu urteilen, und beobachte die Reaktion deines Pferdes. Denke immer daran: Bleibe mit 50 % deiner Aufmerksamkeit bei dir. Und bei der Haltung: Alles, was passiert, ist richtig und gut.

Fasse bitte das, was für dich in diesem Schritt wichtig ist, in einem Satz zusammen und trage es in der Übersicht der einzelnen Schritte der Heldenreise unter Schritt 7 ein.



Die ZerreiSSprobe

Hier ist Platz für deine Notizen.



Das Scheitern



08

DER ACHTE SCHRITT

Das Scheitern

In diesem Schritt lernst du, das Scheitern als Kraft zu nutzen. Die meisten Menschen geben auf, wenn etwas schief geht, wenn sie sich verletzen, wenn das Pferd sich verletzt, wenn alle Anstrengungen keinen Erfolg bringen. Auf der Heldenreise lernst du, weiter zu gehen – aber nicht mit zusammengebissenen Zähnen, sondern indem du im Scheitern den Wegweiser erkennst.

Das Scheitern ist deshalb so wertvoll, weil es mit Gefühlen von Angst, Ärger, Frustration, Ohnmacht oder Traurigkeit verbunden ist. Genau in diesen Gefühlen stecken die größten Entwicklungsenergien.



08



Wenn ich in die Energie eines Wildpferdes hineinfühle, das unter härtesten Bedingungen überleben kann, spüre ich dort eine außerordentliche Überlebenskraft und Überlebensintelligenz. Dieser Instinkt hat sich in vielen Situationen geformt, in denen es ums Überleben unter harten Bedingungen ging. Und genau das passiert im Scheitern. Das Leben allgemein und das Leben mit Pferden ganz besonders hält viele Situationen bereit, in denen man scheitern kann und wird.

Jeder Mensch, der sich auf seinen Seelenweg macht, wird mit Scheitern konfrontiert. Man erkennt den Seelenweg daran, dass er immer die Grenzen des Möglichen sucht, weil die Sehnsucht zu wachsen unser größter Antrieb ist und auch unsere größte Energiequelle. Menschen, die die Heldenreise verinnerlicht haben, sind deshalb so erfolgreich, weil sie sich wohl fühlen in der Unsicherheit und mit dem Scheitern, das jede Entwicklung mit sich bringt. Erfolg und Entwicklung kommen nicht, wenn ich es mir in meiner Komfortzone bequem mache.



08

DEINE ÜBUNG

Das Scheitern

Deine Übung ohne Pferd (du kannst sie auch mit Pferd machen)

Probiere etwas Neues aus, das dich Überwindung kostet, für das du Mut brauchst. Fühle deine Angst, dass es scheitern könnte. Hier geht es nicht darum, dich mit blindem Vertrauen in eine gefährliche Situation zu bringen, sondern die Angst zu fühlen, die an der Grenze zu etwas Neuem aufkommt. Wenn du diese Angst fühlst, dann versuche, durch die Angst hindurch zu gehen anstatt ihr auszuweichen. Sei ganz offen für das, was passiert, versuche nicht, es zu steuern. Alles, was du tun musst, ist in deiner Wahrnehmung präsent zu bleiben. Wenn du das tust, wird etwas Neues passieren, das du noch nicht erlebt hast. Du wirst jetzt ein Erfolgsgefühl haben. Du wirst dich selbstbewusster fühlen.

Schaue jetzt zurück auf dich selbst, bevor du diesen Erfolg erlebt hast. Dein altes Ich wird dir jetzt kleiner und begrenzter vorkommen als das neue. Du wirst merken, dass du kein Interesse hast, zu deinem alten Ich zurückzukehren.

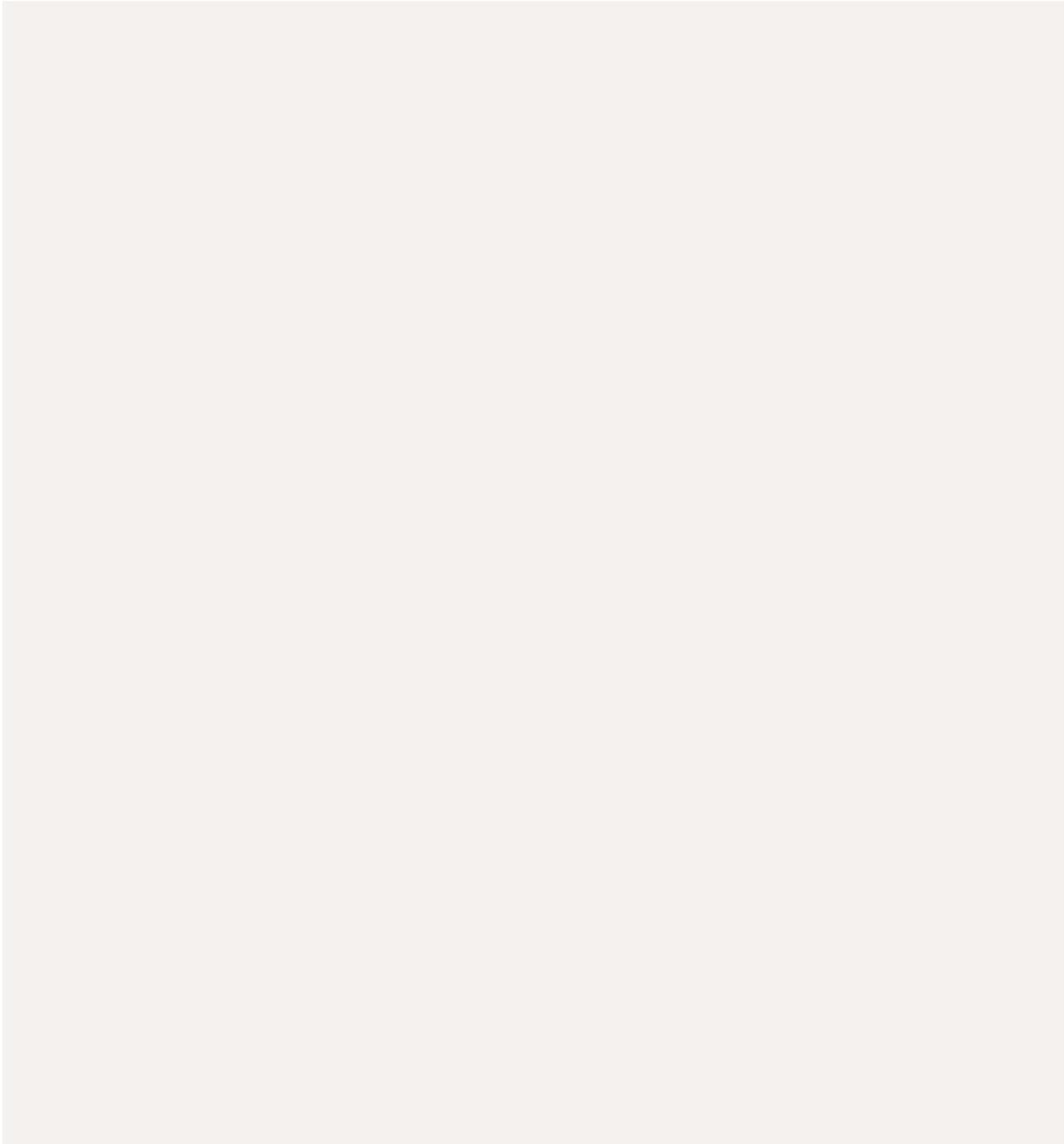
Bitte fasse jetzt deine Erfahrung mit dem Scheitern in einem Satz zusammen und trage ihn in deine Übersicht ein. Wichtig: Es geht nicht darum, aufzuschreiben, woran du gescheitert bist, sondern wie du das Scheitern erlebst. Zum Beispiel: Das Scheitern hat den Weg frei gemacht, damit ich ... (ergänze hier, was passiert ist).

Auch dieser Schritt dient dazu, dich in Hingabe an das Leben zu üben und Vertrauen zu gewinnen, dass das Leben dich unterstützt.



Das Scheitern

Hier ist Platz für deine Notizen.



Die Transformation



09

DER NEUNTE SCHRITT

Die Transformation

Die ganze Heldenreise steuert auf die Transformation zu. Die einzelnen Schritte bereiten dich darauf vor. Du bist in Kontakt gekommen mit deinem Seelenweg und du lernst Hingabe. Im Schritt Transformation geht es um die vollkommene Hingabe.

Hingabe ist eine Haltung gegenüber dem Leben. In der Hingabe werde ich Teil eines größeren Ganzen und erfahre, dass es mich trägt und unterstützt, dass es mich transformiert. Genau das passiert in der Begegnung mit einem Pferd, einem Wesen, das größer, stärker und bewusster ist als ich.

Transformation ist immer da, meistens geschieht sie unbewusst. Jetzt erlebst du sie bewusst. In der Transformation kommen wir der pulsierenden Lebensenergie am nächsten. In der Transformation stirbt ein altes Ich und ein neues wird geboren. Mit jeder Transformation wachsen wir ein Stück, werden wir ein Stück stärker und freier und bewusster.



09



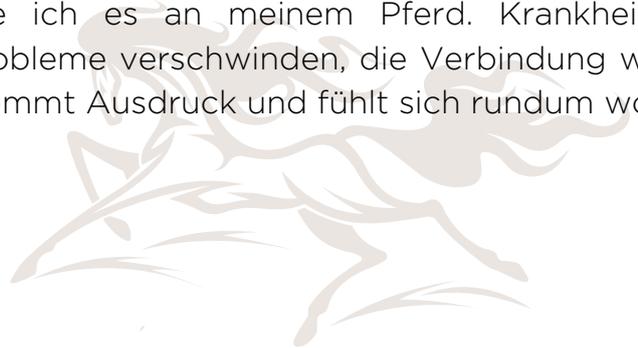
Bild: Andrea Danti

Transformation geschieht, wenn ich mit einer höheren spirituellen Schwingung in Kontakt komme. Ein Pferd, zum Beispiel, ist eine solche höhere spirituelle Schwingung. Es gibt viele Möglichkeiten, mit einer höheren Schwingung in Kontakt zu kommen.

Wie merke ich, dass dieser Kontakt zustande kommt?

Ich merke es daran, dass eine neue unbekannte Energie in mein System fließt und meine Gedanken, meine Gefühle, mein Körperbewusstsein und mein spirituelles Bewusstsein verändert. Ich merke es an einem Gefühl von Ohnmacht, von Loslassen, von Fallen, von Stürzen, von mich Auflösen, von aus meiner Welt heraus genommen werden und anschließend Zugang zu einer neuen Welt finden.

Im Scheitern erwerbe ich neue Fähigkeiten und Sichtweisen, in der Transformation werde ich zu einem neuen Ich. Ich merke es daran, dass plötzlich vieles für mich möglich und vorstellbar wird, was vorher unvorstellbar war und daran, dass sich mein Leben, meine Beziehungen, meine Umwelt verändert. Ganz besonders merke ich es an meinem Pferd. Krankheiten verschwinden plötzlich, Trainingsprobleme verschwinden, die Verbindung wird tiefer, mein Pferd wacht auf, es bekommt Ausdruck und fühlt sich rundum wohl.



Wie kann ich diese Transformation erleben?

Die Transformation ist ein spiritueller Vorgang. Pferde kennen ihn sehr gut. Die ganze Natur kennt ihn sehr gut, denn Transformation ist ein Naturgesetz. Für uns Menschen ist es nicht so leicht, Zugang dazu zu finden, denn in der Transformation geht es darum, etwas zu opfern oder aufzugeben, an dem wir sehr hängen. Es bedeutet, etwas zu beenden, das bisher eine Säule unseres Seins war.

Zum Beispiel habe ich vor kurzem in einer Transformation „die Anstrengung“ geopfert, meinen Glauben, dass ich nur erfolgreich sein kann, wenn ich mich noch mehr anstrenge, noch mehr Aufgaben übernehme, noch mehr für das Wohl anderer Sorge und dann erst für meines. Das war ein großes Opfer für mich, denn ich musste ein eingefleischtes Verhalten aufgeben und darauf vertrauen, dass das Leben auch dann für mich sorgt, wenn ich mich nicht dauernd überanstrenge und versuche, jeden glücklich zu machen. Danach war ich erst ratlos, dann fühlte ich mich leer, wie in einem leeren Raum ohne Orientierung. Jede Menge Ängste tauchten auf, die ich vorher mit meinem gewohnten Verhalten betäubt hatte. Plötzlich war ich mit ganz neuen Situationen konfrontiert, in denen ich mich hätte freuen müssen, weil so viel Schönes und Neues passiert ist, aber ich kannte mich noch gar nicht aus in dieser neuen Welt, in diesem neuen Ich.

Das ging eine Weile so, und dann passierte das Erstaunliche, das ich bei jeder Transformation erlebe: Ich fühlte mich viel selbstbewusster, stärker, mutiger und es kamen neue Dinge und faszinierende Menschen in mein Leben, mit denen ich nie gerechnet hätte.

Ja, inzwischen lebe ich von einer Transformation zur nächsten, weil es das Faszinierendste ist, was es für mich gibt. So habe ich mich in wenigen Jahren von jemandem, der vollkommen am Ende war - emotional, finanziell und gesundheitlich - zu einer erfolgreichen Unternehmerin, öffentlichen Person und leidenschaftlichen Botschafterin der Pferde entwickelt. Ich hatte alles verloren, sogar mein Pferd. Nur eines hatte ich noch: die Heldenreise und das Vertrauen, dass die nächste Transformation kommt, und mich in eine ungeahnte Kraft bringt, wenn ich nur mutig und bewusst genug bin. Inzwischen habe ich viele Menschen inspirieren und begleiten dürfen auf ihrer Heldenreise und weiß, dass sie immer gut ausgeht.

09

DEINE ÜBUNG

Die Transformation

Deine Meditation ist die Übung zu diesem Schritt

Jetzt bist du eingeladen zu deiner Transformation.

Das Entscheidende bei einer Transformation ist, dass ich herausfinde, was genau ich opfern muss, um die Transformation zu bewirken. Diese Antwort finde ich nicht in meinem bewussten Denken oder Fühlen. Dazu muss ich mich mit einer Ebene verbinden, die eine höhere Schwingung hat. Die Antwort kommt aus dem Teil von mir, in den ich hineinwachsen soll. Dieser Teil von mir ist noch verborgen, noch unbewusst. Deshalb kann ich ihn nicht auf der Ebene finden, in der ich jetzt bin.

Bitte höre dir dazu die Meditation an.

In dieser Meditation wirst du einem Spirit Guide begegnen. Du wirst ihm eine Frage stellen und eine Antwort empfangen, die größer ist als dein jetziges Selbst.

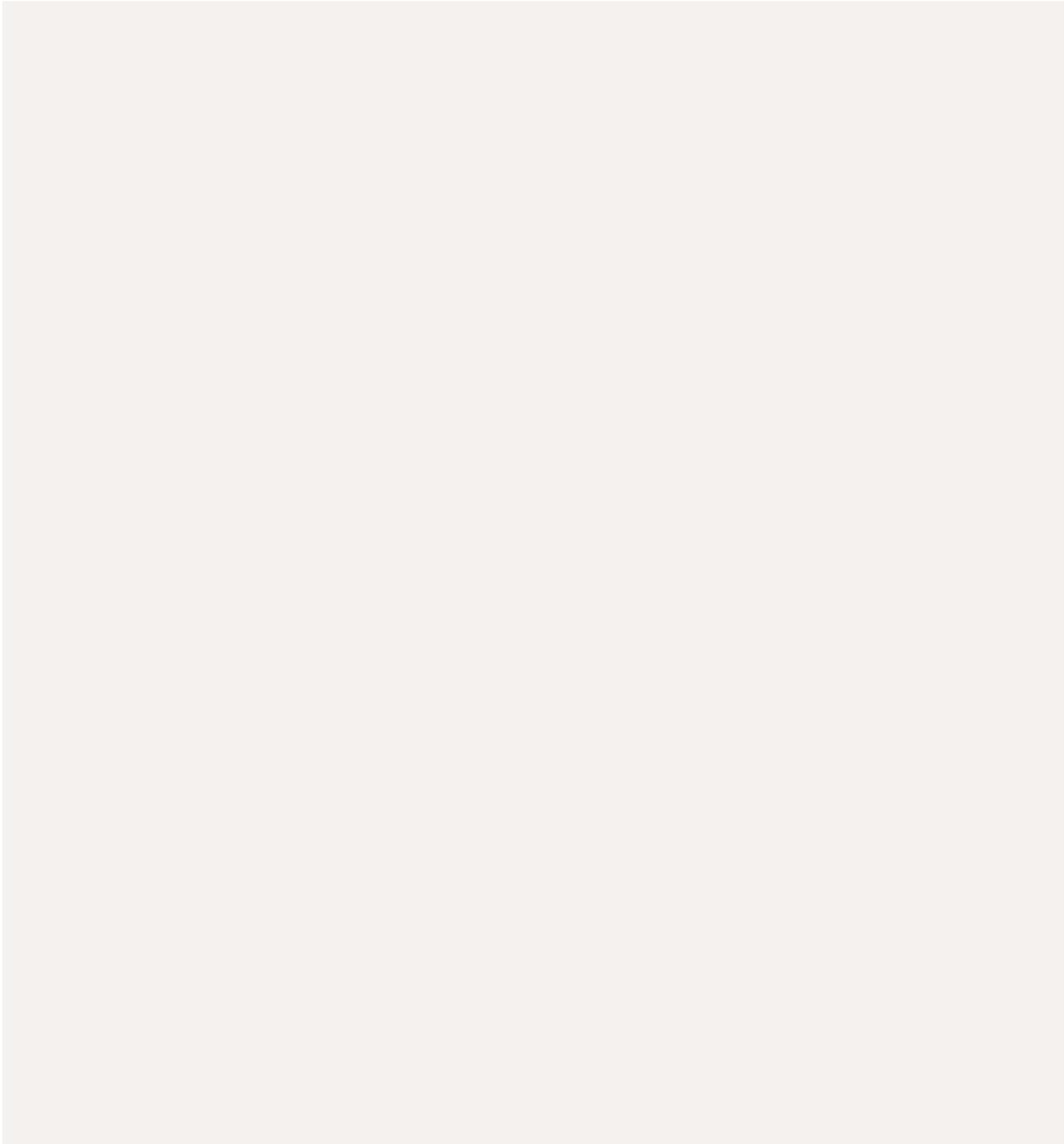
<https://soundcloud.com/ulrike-dietmann/online-heldenreise-meditation-das-opfer/s-2gVwhKC5fKe?si=76e780cf832943209756948cec47a9cb>

Bitte schreibe deine Antwort auf unter Schritt 9.



Die Transformation

Hier ist Platz für deine Notizen.



10

DER ZEHNTE SCHRITT

Der Schatz

Der Schatz ist der beliebteste Schritt der Heldenreise. Der Schatz ist das Happy End. Die Transformation hat dich in die höhere Schwingung gebracht. Es gibt kleine und große Transformationen. Alle sind gleich wichtig. Auf der Ebene der Energie geht nichts verloren. Du kannst es dir vorstellen wie Wasser, das dorthin fließt, wo ein Weg ist. Manchmal fließt die Strömung groß und schnell, manchmal still und leise. Du kannst darauf vertrauen, dass du in allem geführt bist und dass es immer um das Beste für dich geht. Letztendlich dient jede Transformation dazu, dass du dieses Vertrauen entwickelst.

Im Schritt 10, der Schatz, entdeckst du deine neu gewonnene Kraft, dein neues Sein und Bewusstsein. Hier erlebst du das Gefühl von Fülle, das Gefühl, dass alles, was du brauchst und noch mehr zu dir kommt. Hier entdeckst du den Flow. Plötzlich gelingt dir alles, plötzlich macht dein Pferd riesige Fortschritte, plötzlich lösen sich Probleme scheinbar wie von selbst.

10



Die Herausforderung an diesem Schritt ist, dass du alle diese Schätze entdeckst und empfängst, dass du sie einsammelst. Sei hier nicht bescheiden, sondern nimm all die Schätze mit, die für dich da sind. Diese Schätze waren schon immer für dich da und jetzt hast du die Wahrnehmung und das Bewusstsein entwickelt, um sie einzusammeln. Diese Schätze sind dazu da, dass du deinen Seelenweg auf bestmögliche Weise weitergehen kannst.



09

DEINE ÜBUNG

Der Schatz

Deine Übung mit dem Pferd / einem anderen Gegenüber

Nimm Kontakt zu deinem Pferd / anderen Gegenüber auf. Schaffe eine Verbindung zwischen euch. Nun schreibe drei Schätze auf, die du bei deinem Pferd / Gegenüber findest.

Deine Aufgabe ohne Pferd

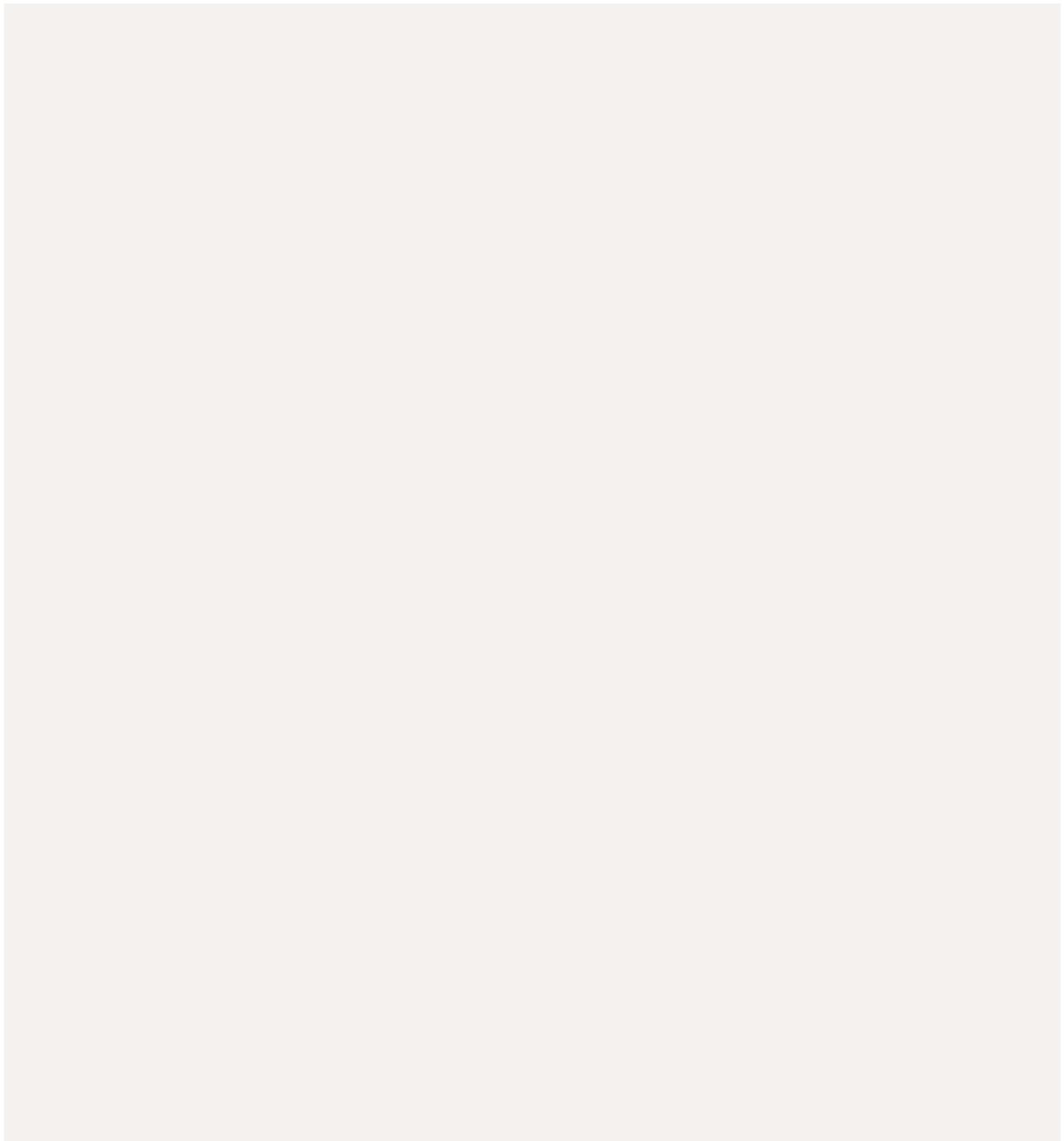
Schreibe drei Schätze auf, die du in dir selbst findest.

Wähle dann aus den sechs Schätzen einen aus, der für dich der größte Schatz ist und trage ihn in deine Übersicht ein unter Schritt 10.



Der Schatz

Hier ist Platz für deine Notizen.



Der weite Blick

11

DER ELFTE SCHRITT

Der weite Blick

Für den letzten Schritt möchte ich dich einladen, etwas abzuwarten. Die Transformation wird sich auf allen Ebenen deines Seins auswirken. Sie ist ein natürlicher Wachstumsprozess, und du wirst merken, dass manche Blüten sich erst nach einiger Zeit öffnen. Es gibt so viele Schätze einzusammeln.

Wenn du das Gefühl hast, dass du in einem neuen Sein angekommen bist, nimm dir noch einmal etwas Zeit für den letzten Schritt der Heldenreise mit Pferden.

In diesem Schritt geht es darum, die gesamte Reise mit Abstand anzuschauen.

Du kannst dir vorstellen, dass du auf einem hohen Berg stehst und im Tal deinen Weg siehst oder dass du auf einer Landkarte eine Übersicht siehst. Du siehst, wie die vielen Details, die einzelnen Erfahrungen, ein großes Bild ergeben und wie sich ein großes Thema abzeichnet. Du siehst, welche Seelenkraft deine Reise bewegt hat.



11

DEINE ÜBUNG

Der weite Blick

Deine Aufgabe ohne Pferd

Bitte schau dir die zehn Schritte deiner Heldenreise in der Übersicht an. Lies dir durch, was du aufgeschrieben hast, erinnere dich an die Erlebnisse und Gefühle. Mach dann innerlich einen Schritt zurück und spüre die große Bewegung, die hinter all diesen Schritten stattgefunden hat. Wie kannst du sie in einem Satz zusammenfassen?

Vielleicht kennst du am Ende von Märchen den Ausdruck: "Die Moral von der Geschichte'..."

So kannst du es dir vorstellen.

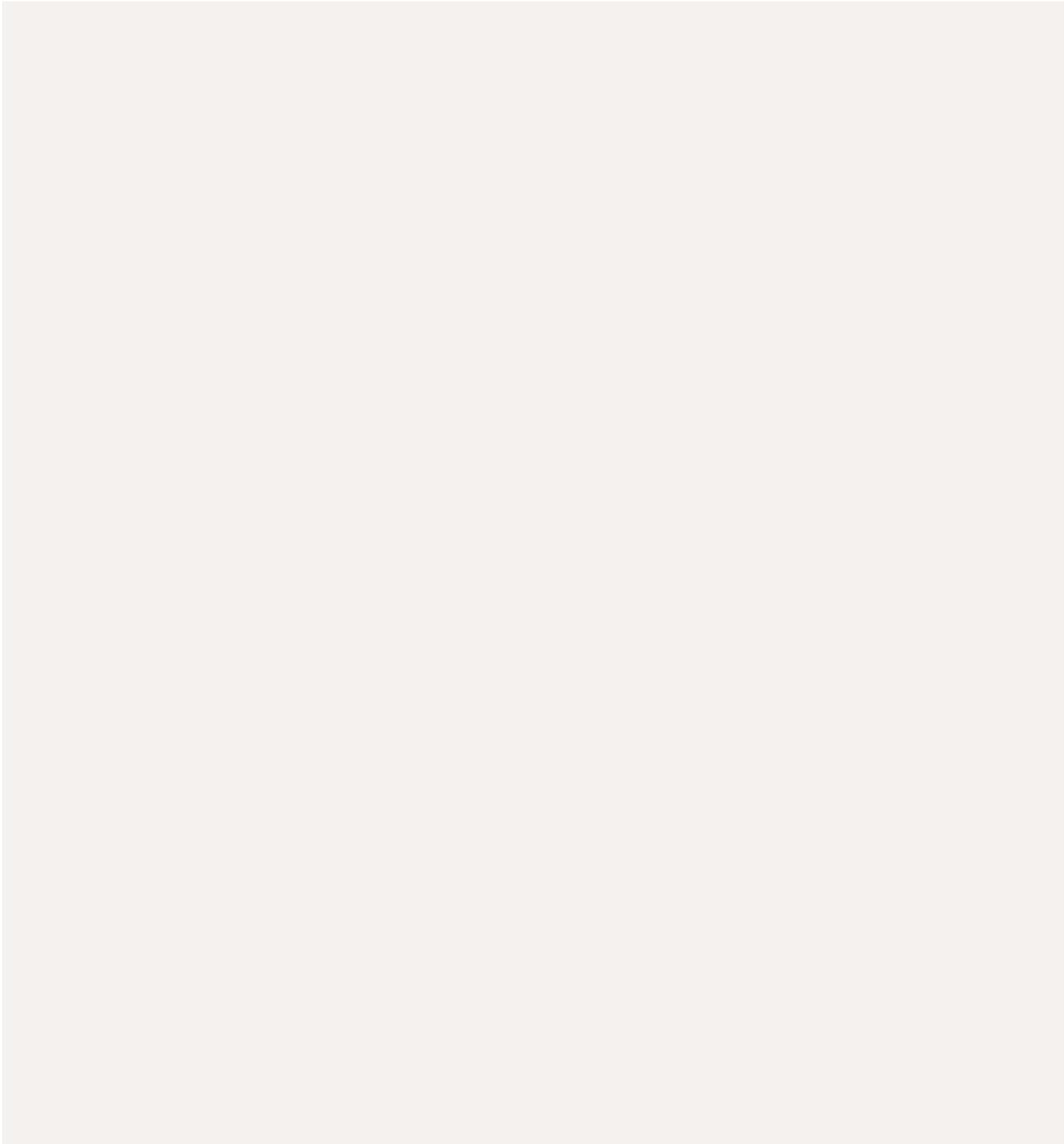
Zum Beispiel: Ich habe beim Reiten alle Anstrengung losgelassen oder Ich gehe jetzt auf meinem Seelenweg mit meinem Pferd beschwingt und voller Freude.

Finde deinen eigenen Satz und trage ihn in die Übersicht unter Schritt 11 ein.



Der weite Blick

Hier ist Platz für deine Notizen.



Herzlichen Glückwunsch!

Du hast die Heldenreise in den Pferdespirit gemeistert.

Du hast eine tiefe Begegnung mit deiner Seelenkraft erlebt. Du hast eine Transformation auf die nächste energetische Ebene erlebt. Du wirst jetzt merken, wie dein Pferd darauf reagiert, wie dein Leben darauf reagiert, wie die Menschen um dich herum oder auch andere Tiere darauf reagieren.

Vielleicht wirst du vorübergehend zurückfallen in alte Gewohnheiten, aber du wirst merken dass die neue Kraft unaufhaltsam ist. Du wirst viele neue Entdeckungen machen und Schätze heben. Die Reise wird nach und nach ihre Wirkung entfalten.

Mit der Heldenreise hast du ein universelles Gesetz des Wachstums entdeckt, das für alle Lebewesen gilt. Ja, auch Pferde machen Heldenreisen.

Deine nächste Heldenreise wartet auf dich. Je mehr du lernst, in Verbindung mit deiner Seelenkraft zu gehen, in Verbindung mit deinem Pferd, desto mehr werden Erfolg, Glück und Freude mit deinem Pferd Teil deines Lebens werden. Du wirst eine wahre Meisterin, ein wahrer Meister deines Lebens werden. Dein Pferd wird ein wundervoller Lehrmeister sein, der dir in jedem Augenblick zeigen kann, ob du auf dem richtigen Weg bist.

LASS UNS IN VERBINDUNG BLEIBEN:

www.ulrikedietmann.de

