



## Liebe/r Erforscher/in Deines Seins,

seit Wochen quälen mich Gefühle der Antriebslosigkeit, Sinnlosigkeit und Freudlosigkeit. Ich wache auf und frage mich, warum ich überhaupt aufstehen soll. Da ist sie wieder: meine jahrelange Gefährtin: die **Depression**.

Bereits vor 10 Jahren schleppte ich mich kraftlos in meine **Arbeit** bei einem Automobilzulieferer, die sich so **sinnbefreit** anfühlte. Das Leben schenkte mir damals eine **Kündigung**, und ich machte mich auf dem Weg zu **meiner eigentlichen Natur**.

Ich lernte meinen **Hund Rocco** kennen und schließlich meinen treuen **Pony-Gefährten Noldi**. Ich gründete damals noldi-reiten.de und Noldi lehrte den Kindern und auch den Erwachsenen Achtsamkeit in Bezug auf ihre Gefühle, innere Haltung und Körpersprache.

Und **wieder** sitze ich in meiner dunklen Höhle. Alles erscheint sinnlos. Und erneut erhalte ich eine **Kündigung** von meinem Arbeitgeber. **Existenzängste** schlagen auf mich ein und lähmen mich noch mehr.

*Ist die Depression vielleicht der Nährboden, den es braucht, um Neues heranreifen zu lassen?*

Und **wieder ist es die Natur**, die mich trägt. Ich mache eine Ausbildung zur **Ritualleiterin für Jahreskreisfeste**. Bei diesen Festen verbinde ich mich mit jahrhunderte alten Brauchtümern und dem **Rhythmus der Natur**.

Und die Natur lehrt mich, wie wichtig die dunkle Jahreszeit ist:

- Ich lese über die **Bärin**, die sich im Winter in die **dunkle Höhle** vergräbt, um ihr **Junges im Bauch** reifen zu lassen.
- Der **Schmetterling** kreuzt meinen Weg und sagt mir, dass er im **Kokon zu Brei** wird und sich auflöst. Seine **DNS** ist eine **andere**, wenn er als Schmetterling aus dem Kokon schlüpft. Er ist **Meister im Umgang mit Unsicherheit** und Ungewissheit.
- Und immer wieder kämpfen "Mütterchen Tau" und "König Winter" im Frühling miteinander, und **immer weicht der dunkle Winter dem lichtvollen Sommer**, der die **Früchte** reifen lässt, die im **Herbst geerntet** werden.

Wenn ich auf mein Leben zurückblicke, hat meine **Depression immer etwas Neues erschaffen**. Meine Gefährtin besuchte mich immer in den Momenten, in denen ich bereit war, etwas **Altes sterben** zu lassen. Sie zeigte mir, dass eine Tätigkeit oder eine Situation mir Energie raubt und mich **nicht mehr nährt - auch wenn ich dafür noch Geld erhalten habe**.

**War es mit diesem Wissen einfacher, die lähmenden Gefühle auszuhalten? - nein!** Aber mit der Gewissheit, dass **Natur Veränderung** ist, spüre ich auch auch an dunklen Tagen, wie die **Samen sich im Boden ausrichten, um sich für das Wachstum vorzubereiten**.

Immer öfter fühle ich Zuversicht und Vertrauen. Meine **Heldenreise** geht weiter. Ich folge tapfer meinem **Ruf nach Heilung mit den Pferden und der Natur für mich und für die Menschen um mich herum**.

Die Dunkelheit brachte zudem den

**Veranstaltungskalender** für dieses Jahr ans Tageslicht. Ich freue mich auf Euer Kommen.



Du willst keinen Impuls verpassen, dann abonniere doch meinen Newsletter und erhalte eine **kostenlose Meditation** zur Botschaft der Pferde für Dich.

**Anmeldung Newsletter**

Wir grüßen Dich von Herz zu Herz

Susanne und die Ponyherde vom

**Ponyhof Fellbach // Heilkraft der Pferde**

**www.heilkraft-der-pferde.de**

+49 174 322 4 666

**kontakt@heilkraft-der-pferde.de**