





## Liebe/r Erforscher/in Deines Seins,

wir laufen nach Hause und zack... **Cosmo reißt sich los...** Er frisst hektisch Gras, ich **greife den Strick** und will weitergehen... zack... gleiches Spiel... nur dieses Mal galoppierte er davon... Irgendwann stand er **vor unserer Koppel**, und ich konnte ihn **mitnehmen**.

**Wohin soll das noch führen Cosmo – jeden Frühling das Gleiche?**

- Letztes Jahr **führte** er mich zu den **5 Elementen der Traditionellen Chinesischen Medizin**. Cosmo steht sehr im Element Holz, das bei Unausgeglichenheit in den Jähzorn geht. Das Element Holz benötigt Metall, das u.a. für **Loslassen** steht, als Unterstützung.
- Ich habe zum ersten Mal eine **Trainerin** um Unterstützung gebeten und meinen Glaubenssatz „**ich bin blöd, wenn ich das nicht alleine hinbekomme**“ losgelassen.

 **Pferde**  
führen uns ins  
**Scheitern**  
unserer  
**Führung,**  
damit wir  
**erkennen,**  
dass wir  
**geführt**  
werden... 



- Dieses Jahr führt er mich zum **Vagusnerv**, der bei Überreizung den **Flucht- oder Kampfmodus** auslöst. Ich gehe in Kontakt mit den Verhaltensweisen, die auch **Pferde zeigen, um sich abzureagieren**: Schnauben, Schütteln, Kauen, Gähnen,...Ich finde zu **Klangschalen** und anderen Klanginstrumenten, von denen ich mich in die **Ruhe tragen lassen** kann.
- Er zeigt mir, was **Empathie** ist: **Wahrnehmen, ohne sich von seinem Gefühl mitreißen** zu lassen. Dadurch entsteht Klarheit, und er kommt von alleine wieder aus seiner Überreizung heraus. „**Sei Du der hohle Knochen**“, sagen die Schamanen, was so viel Wahrheit in sich trägt.

Er führt mich in meine **Schatten und Traumata**. Ich kenne diese nervliche Überreizung, in der man sich von allem losreißen möchte. Und durch seine wilde Art führt er mich mich zur **Selbstregulation und Heilung**. So wie er es auch bei sich tut. Es ist wie ein **Tanz der Verletzten: Mal ist er Heiler, mal bin ich es**.

Er führt mich – manchmal auch sehr brachial – auf meine [Heldenreise](#).

**Hier** findest Du unseren Veranstaltungskalender für das Jahr 2026.



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](http://www.heilkraft-der-pferde.de)

+49 174 322 4 666

[kontakt@heilkraft-der-pferde.de](mailto:kontakt@heilkraft-der-pferde.de)