



## Liebe/r Erforscher/in Deines Seins,

immer wieder kommen wir an **Wendepunkte** in unserem Leben. Bei mir zeigen sie sich mit Gefühlen der **Enge, Unzufriedenheit** und erhöhter **Reizbarkeit**.

Oft weiß ich gar **nicht, was genau** sich ändern muss. Die **Ohnmacht und Handlungsunfähigkeit**, in die ich katapultiert werde, machen diese Phasen sehr herausfordernd. Da hilft nur eins: sich dem **Stillstand im Wendepunkt** hinzugeben, was mir als ungeduldiger Mensch sehr schwerfällt.

Dieses Jahr möchte ich die sommerlichen **Jahreskreisfeste** mit Euch auf dem [Ponyhof Fellbach](#) feiern.

- Wir lernen die alten **Brauchtümer und deren Intention** kennen.
- Wir erfahren, **was die Natur** uns in der jeweiligen Jahreszeit **mitteilen** möchte.
- Wir halten inne, um uns in einem **wundervollen Ritual in der Pferdeherde** mit der Qualität der **Jahreszeit und der Natur zu verbinden** und **gestärkt** in unseren **Alltag** zurückzukehren.



*Wendepunkte sind wie die Pause zwischen dem Ein- und dem Ausatmen.*



Für mich sind Wendepunkt-Erfahrungen wie das Durchlaufen einer **Spirale**. Erst wird es **eng**, in der **Mitte** lassen wir etwas **los** und erhalten eine neue **Kraft**. Der **Ausweg** aus der Spirale fühlt sich **leicht** und **weit** an.

So ein Wendepunkt steht uns in der Natur demnächst auch bevor: Die **Sommersonnenwende**. Mich macht diese oft etwas **wehmütig**, denn die Dunkelheit des Winters kündigt sich an.

Aber eigentlich passiert etwas ganz anderes: Die Sonne kommt nun in ihre **sommerliche Kraft** und bringt die das **Korn zur Reife**, damit wir es am Schnitterinnen-Fest Ende Juli einfahren können.

[Anmeldung Sommersonnwendfeier.](#)

## Wendepunkt-Ritual

Und hier habe ich noch ein schönes Ritual, was Du auch gut alleine zu Hause oder in der Natur machen kannst, um Dich auf die Wendepunkt-Energie einzustimmen:

- Gehe in Kontakt mit Deinem **Atem**.
- Nimm wahr, wie Du Dich beim **Einatmen** langsam in einen **Höhepunkt** atmest.
- An dem Punkt, an dem das Einatmen nicht mehr möglich ist, hast Du dieses **Zenit** erreicht.
- Gehe bewusst in diese **Pause zwischen dem Ein- und dem Ausatmen**. Nimm diese Stille wahr.
- Und **atme bewusst aus**. Verbinde Dich mit dem Ausatmen.
- Nimm wahr, wie das **Gefühl dieses Höhepunktes** langsam **schwächer** wird.
- Atme die **Energie des Höhepunktes** in Deinen Körper und betanke ihn mit dieser Kraft.

**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)