

Die Heldenreise

Liebe Caro, liebe Heldinnen!

Ich möchte Euch von ganzem Herzen Danken, für dieses unglaublich tolle Wochenende der Heldenreise!! Auch den besonderen Pferden und dem Hund Felix, die uns auf unserer Reise begleitet haben. Ein besonderer Dank geht auch an die liebe Köchin, die uns mit leckerem Essen versorgt hat! Es war unglaublich!! DANKE!!!

Am ersten Tag durfte ich eine ganz besondere Erfahrung machen. Ich hatte ein Gegenüber, welches mir ganze 10 Minuten in die Augen gesehen hat bei einem Zwiegespräch. Wir waren so verbunden miteinander, dass ich die Emotionen und Gefühle des anderen spüren konnte, als wären es die meinen. Tränen sind geflossen, unendliche Dankbarkeit wurde gefühlt und ausgesprochen. Da habe ich erkannt, dass es nicht wichtig ist wie viele Menschen einen sehen, wenn es einen einzigen Menschen gibt, der Dich sieht, wirklich sieht mit allem was Dich ausmacht. Und da habe ich gewusst, dass es ausreicht, wenn ich selbst diese Person bin, die mich sieht. Ich war so gerührt und voller Glück! Ich war so voller Dankbarkeit und liebe! Liebe zu mir selbst und dieser Person mir gegenüber, für dieses Geschenk der Erkenntnis! Es war unglaublich!! Unglaublich schön und befreiend!!

Wir hatten auch die Aufgabe heraus zu finden , **wer bin ich**.

Ich hatte mir diese Frage schon tausend mal gestellt. Nur nie wirklich hingehört und geschaut. Ich habe alles was ich gestern und in der Vergangenheit getan habe oder war weggelassen, auch was ich alles kann. Als ich all diese oberflächlichen Dinge von mir gestrichen hatte, konnte ich sehen was übrig blieb. Nur noch ich. Ein Wesen, das unendliche Liebe in sich hat zu verschenken und zu empfangen bereit ist. Ein unglaublich schönes Gefühl der Dankbarkeit durchströmte mich. Ich durfte erkennen, dass ich nichts sein musste, um geliebt zu werden und niemand etwas tun oder sein musste, um von mir geliebt zu werden. Es war so ein befreiendes Gefühl, als würde eine riesen große Last von mir fallen und ich hatte endlich das Gefühl einfach ich sein zu dürfen. Frei von Bedingungen und Erwartungen. Glückliche und geliebt!

Der erste Nachmittag war so unglaublich bereichernd!! Dafür Danke ich Dir liebe Caro, dass Du diesen Prozess so liebevoll angeleitet hast und für uns jederzeit unterstützend zur Seite warst. Danke! Ich danke auch den anderen Teilnehmern, die mir zu diesen Erkenntnissen, durch ihre Impulse, ihr Verhalten und Spiegeln verholfen haben. Danke Euch!!

Auch einem Schwarzen Pferd möchte ich von ganzem Herzen Danken für die so Augen öffnende und ganz besondere Begegnung! Danke!!

Ich war soo neugierig, wie mir Pferde helfen sollen ein glücklicherer Mensch zu werden. Wie ein Pferd mit mir reden oder mir etwas spiegeln soll. Ich hatte als Kind / Jugendliche ein Pferd und hatte keine Ahnung von Pferdesprache. Es war einfach meine beste Freundin zum kuscheln und reden und eben für den Spaß, das Reiten. Deshalb war ich um so neugieriger was mich erwarten würde. Ich liebe Pferde und wollte unbedingt mehr wissen und mich darauf einlassen.

Die Caro hatte uns bevor wir zu den Pferden sind erklärt, dass es ein heiliger Ort ist den wir da betreten und wir mit Respekt und Achtsamkeit hinein gehen sollen, mit dem Bewusstsein, dass jedes Pferd auch eine gewisse Komfortzone hat, die wir gut ab spüren sollen und darauf achten was das Pferd uns signalisiert was es zulassen will und wozu es bereit ist und wo seine Grenzen sind. Dies veranschaulichte sie an einem Beispiel. Sie sagte wir sollen uns vorstellen, dass jeder eine unsichtbare Blase um sich herum hat. Der eine größer, der andere kleiner. Dies zeigte sie uns in

dem sie immer näher an mich heran trat. Ich saß auf dem Boden. Sie kam so nah an mich heran, dass sie mich beinahe umstieß. Erst da reagierte ich und hielt dagegen. Da musste sie lachen und hat sich gefreut, dass ich überhaupt eine Grenze hatte. Denn ganz hab ich mich ja nicht um schubsen lassen. Immerhin.

Und tatsächlich ist es so, dass ich im wahren Leben oft erst bemerke, dass mir jemand zu nah gekommen ist, wenn es mich schon getroffen hat. Sei es eine Beleidigung oder körperlich zu nah. Die Menschen um mich herum konnten über meine Grenze gehen, weil meine nicht mehr sichtbar war und ich zu spät reagiere.

Als wir nun raus zu den Pferden sind, kam das schwarze Pferd auf mich zu und rempelte mich mit seiner Nase ins Gesicht und schubste mich zur Seite. Ich musste innerlich lachen, weil ich bemerkte, dass ich einfach nicht wach war und meine Grenze so nicht klar hatte. Obwohl fünf Minuten zuvor das selbe passiert war mit Caro, die mir so nah kommen konnte, dass es mich fast umgehauen hätte. Ich musste nichts sagen oder mit Gesten tun. Es war meine innere Haltung und Ausstrahlung, die durch den Remppler anders wurde und sofort ging das Pferd einen Schritt zurück. Ich war so beeindruckt und Dankbar!! Es zeigte mir, sofort wo ich gerade emotional stand und wo meine Grenze war. Es spiegelte mir so genau was bei mir los war. Es war unglaublich!! Es half mir zu erkennen, wie ich im Alltag unterwegs war und was ich verändern musste und vor allem wie. Es war so einfach. Unglaublich!! Danke!!!!

Am nächsten Tag durften wir uns auf eine Reise begeben, bei dem wir unseren Helfer fanden, der uns hilft, die kommenden Aufgaben des Lebens zu meistern. Bei mir war es der Adler und ein Pferd, die sich mir als mein Krafttier zeigten. Es ist unglaublich, wie stark man sich fühlt, wenn man weis, da ist noch jemand, der dir hilft und dich unterstützt.

Danach haben wir eine wirklich tolle Erfahrung gemacht. Wir durften lernen, allen Menschen, die mit uns zu tun haben, die uns beschäftigen, ärgern oder die, die uns lieben zu befreien und Dankbarkeit ihnen gegenüber zu empfinden. Hierfür haben wir ein Hawaianisches Ritual gemacht. Es heißt Ho`oponopono. Es war so unglaublich befreiend zu erkennen, dass jeder Mensch ein Geschenk für uns ist und wir von jedem etwas lernen können und etwas geschenkt bekommen, durch das wir wachsen und reifen können. Egal ob wir es als negativ empfinden oder positiv. Ich konnte dadurch erkennen, dass das Leben mit dieser Einstellung so unendlich leicht und voller unendlicher Liebe und Dankbarkeit ist. Es war so befreiend und ich fühlte pures Glück in mich strömen und unendliche Dankbarkeit für alle Menschen in meinem Leben! Ganz besonders fand ich die Erfahrung zu machen, dass ich mich auch bei mir selbst entschuldigt habe. Mich selbst auch zu lieben und wichtig zu nehmen. Mir selbst zu vergeben und für alles was ich bisher gemacht habe und war dankbar zu sein. Ich war so glücklich!!

Am letzten Tag kam eine unglaublich tiefgehende Erfahrung. Es waren die Dinge die wir gerne ändern würden, es schon seit Jahren versuchten, aber es einfach nicht hinbekamen. Ich musste mich einlassen auf das Gefühl, dass ich gescheitert bin, dass ich es nicht geschafft hatte, dass ich versagt habe. Es war unglaublich, welche Emotionen durch dieses Annehmen zum Vorschein kamen! Wie es mich fast innerlich zu zerreißen schien. All diese Emotionen gaben wir an die Erde ab. Dann war dort vollkommene Leere. Plötzlich einfach dieses Gefühl von Erleichterung. Ich musste keinen Plan haben. Nur das Vertrauen darauf, dass alles so kommt, wie es kommen soll. Ich war so unglaublich glücklich und befreit. So glücklich diese Last nicht mehr ertragen zu müssen. Die Last von dem was ich eh nicht ändern konnte und keine für mich akzeptable Lösung zu finden. Ich war frei!!

Interessanter weise dachte ich plötzlich nur noch auf Englisch und hatte das Gefühl einen neuen Namen zu haben. Mein altes ich als Jenny, die nicht mehr weiter wusste war gestorben und als Jenn wieder geboren. Eine Frau, die voller Vertrauen und unendlicher Liebe ist. Es war unglaublich! Unglaublich wie leicht und befreit es sich anfühlte und das Vertrauen, dass alles gut ist.

Hierfür danke ich dir liebe Caro! Fürs liebevolle Anleiten und Begleiten dieses wirklich tiefgehenden Prozesses! Danke!!!

Als Abschluss haben wir ein Feuer gemacht bei dem wir all die Dinge, die wir nicht in unserem Leben haben wollen losließen, sie auf Zettel schrieben und im Feuer verbrannten. Danach empfangen wir die Dinge, die ab jetzt Teil unseres Lebens sein dürfen. Liebe, Mut, Unabhängigkeit, Du allein bist genug etc. Es war ein riesen großes Geschenk!

Ich danke Dir Caro nochmal für alles!!! Danke für deine Impulse, Anregungen, Anleiten der Prozesse und den Halt und die Sicherheit die wir durch Dich hatten! Danke für deine liebevolle Begleitung, Worte und Umarmungen! Danke für den Rahmen der Vertraulichkeit und der vollkommenen Annahme von jedem einzelnen von uns, so wie wir sind. Das unglaublich leckere Essen! Hier geht der Dank an die liebe Köchin!! Danke an die Pferde, für die tollen Erlebnisse beim Spazieren, in der Halle, auf der Weide, in den Ställen und für das da sein, spiegeln, kuscheln und liebe schenken. Danke!! Auch, dass ich von den Pferden lernen durfte, dass das Leben heißt flexibel zu sein. Dich leiten zu lassen, die Leitung zu übernehmen, mal zu geben, mal zu nehmen, mal bei Dir zu sein und mal bei und mit den anderen. Dass es hierbei um geschmeidige, fließende Übergänge geht. Wie eine liegende acht. Immer im Fluss zu sein. Das konnte ich sehr gut bei unserem Spaziergang mit den Pferden lernen und üben. Mal zu führen, mal mich führen zu lassen und trotzdem wach zu sein und wann der Wechsel statt findet.

Die Heldenreise ist so ein unglaublich riesiges, wertvolles Geschenk, das man nicht in Worte fassen kann und nicht mit Geld bezahlen!!! Ich kann Dir nur meine unendliche Dankbarkeit ausdrücken!!! DANKE!!!! Liebe Caro Du bist wundervoll!!!!