

BIRGIT RUSCHE-HECKER

SEELENHUNDE
THERAPEUTEN
MIT DICKEM FELL?

Hinweis

Die Angaben in diesem Buch sind nach bestem Wissen und Gewissen zusammengestellt. Sie sind weder ein Ersatz für Medikamente noch für irgendwelche ärztlichen oder psychotherapeutischen Behandlungen. Hinsichtlich des Inhaltes dieses Werkes und der darin dargestellten Resultate sowie Literaturempfehlungen und Webseiten Dritter geben der Verlag und die Autorin weder indirekt noch direkte Gewährleistung. Demzufolge können und sollen die Inhalte dieses Buches keinen Arztbesuch ersetzen und stellen keine Anleitung zur Selbstdiagnose dar. Empfehlungen hinsichtlich Diagnoseverfahren, Therapieformen oder Ähnlichem werden nicht gegeben. Autorin und Verlag übernehmen somit keinerlei Haftung.



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Copyright © 2022 Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN: 978-3-96933-062-3

1. Auflage 2023

Umschlagfoto: Verena Scholze, www.Verena-Scholze.de

Umschlaggestaltung & Satz: XPresentation, Güllesheim

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstraße 1 · D-56593 Güllesheim

www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de



Tiere besitzen eine Kraft,
die es ihnen ermöglicht, auf ganz besondere Weise
unsere Seele zu berühren.

Birgit Rusche-Hecker



Inhaltsverzeichnis

Vorwort – Wer bist du wirklich?	13
Einleitung	15
Gebrauchsanleitung	27
1. Kapitel: Was ist und wie entsteht ein Trauma?	37
Ein kleiner Einblick in die inneren Prozesse	37
Die Definition von Trauma	38
Welche Arten von Traumata gibt es?	41
Unser Nervensystem	50
Darf ich dir das ANS vorstellen?	51
Was bei Stress in deinem Körper passiert	54
<i>Das “Window of Tolerance”</i>	56
Polyvagaltheorie	60
<i>Drei neuronale Kreisläufe der Anpassung</i>	63
Erste hilfreiche Tipps	76
2. Kapitel: Auswirkungen von Entwicklungstraumata	87
Entstehung von Entwicklungstraumata	87
Die Folgen unsicherer Bindungserfahrungen	95
<i>Beispiel: Ina mit Moon & Gina</i>	97
Bindungsstörungen	104
<i>Beispiel einer Klientin und ihrem gereizten Hund</i>	107

Bindungsmuster	110
Und andere unangenehme Gefühle	113
<i>Die Scham</i>	113
<i>Das Tränenmeer im Dampfkochtopf</i>	114
3. Kapitel: Was es für die Heilung braucht	121
Ein bisschen mehr Sicherheit	121
Orientierung	125
Memory-Karten	127
<i>Beispiel: Merlin und die Gardine</i>	128
Sichere Grenzen	130
4. Kapitel: So werdet ihr zu einem DREAMTEAM	137
Welcher Hund ist als Begleiter geeignet?	137
Was wir von Hunden lernen können	141
Rudeldynamiken erkennen und natürlich ausgleichen	145
Der sehnhliche Wunsch nach einer sicheren Beziehung	154
<i>Sichere Beziehungen brauchen Grenzen</i>	158
<i>Beispiel Grenzüberschreitung</i>	161
<i>Nuria und der Gartenzaun</i>	163
<i>Die heutige Beziehung zu den Eltern</i>	165
Welche Folgen können unsere Projektionen auf unsere Hunde haben?	172
<i>Versteckte Erwartungen</i>	172
<i>Wie unsere Hunde unsere Schatten aktivieren</i>	174
Wie würde ich vorgehen?	179
Die innere Haltung	179
Die Spiegelung entschlüsseln	181
DREAMTEAMS in der Praxis	184

<i>Dreamteam 1: Ich spreng deine Grenzen!</i>	184
<i>Dreamteam 2: Wo bist du?</i>	187
<i>Dreamteam 3: Du musst nichts tun, um hier sein zu dürfen</i>	190
<i>Beispiel: "Bitte funktioniere wieder 'normal'"</i>	194
Warum ist dein Hund bei dir?	199
Wie können wir unsere Hunde entlasten?	
Das 6-Schritte-Programm zum Dreamteam	200
Wenn das Lebensende uns trennt	207
<i>Was aber, wenn die Verbindung ganz abreißt?</i>	211
<i>Zeit, ehrlich in den Spiegel zu schauen</i>	215
5. Kapitel: Deine Heldenreise	219
Warum eine Therapie so wichtig ist	220
<i>Der IST-Zustand einer traumatisierten Gesellschaft</i>	220
<i>Vorsichtig wieder fühlen lernen</i>	222
<i>Therapie in der Praxis</i>	230
<i>Therapiemethoden für die Arbeit mit Traumata</i>	239
<i>1. Somatic Experiencing</i>	240
<i>2. EMDR</i>	240
<i>Weitere Möglichkeiten zur Beruhigung des Nervensystems</i>	241
<i>Atmung</i>	241
<i>Achtsamkeit & Meditation</i>	242
<i>Entspannungstechniken</i>	246
<i>Schnelle Hilfe</i>	248
<i>Inspirationen für deine Heilung</i>	250
<i>Gehirn-Herz-Kohärenz</i>	250
<i>Das Gesetz der Resonanz</i>	252
<i>Welchen Wolf fütterst du?</i>	254

Die Heldenreise durch das innere Tränenmeer	263
<i>Einladung zu deiner Heldenreise</i>	263
<i>Die 7 Stationen deiner eigenen Heldenreise durch das innere Tränenmeer</i>	266
<i>Spiritualität</i>	301
<i>Meine Sicht auf das nicht Sichtbare</i>	301
<i>Der Seelenplan</i>	302
<i>Meine eigenen Erfahrungen</i>	310
<i>Besucher aus fremden Welten</i>	311
<i>Meine Reise nach Hause</i>	313
Nachwort	319
Buchempfehlungen	325
Über Birgit Rusche-Hecker	327



Dieses Buch widme ich allen Tieren, die daran mitwirken, uns Menschen wieder an unsere wahre Natur zu erinnern.

Ich danke meinen Klienten und ihren Tieren, die mir ihr Vertrauen schenken. Ihr bringt den Mut und die Kraft auf, euch euren tiefsten Ängsten zu stellen, damit es euch, aber vor allem euren Tieren wieder besser gehen kann. Auch euch mutigen Seelen sei dieses Buch gewidmet, denn ihr habt mich zum Schreiben inspiriert und mir immer wieder gesagt, wie wichtig es sei, dass viele Menschen diesen Weg finden können, den ihr bereits eingeschlagen habt.

Mit diesem Buch danke ich euch von ganzem Herzen!



VORWORT

WER BIST DU WIRKLICH?

Als Baby warst du noch mit der Quelle verbunden, aber die Welt um dich herum hat dich abgelenkt, deine wilden Triebe gestutzt und dich und diese Verbindung vergessen lassen. In stillen Momenten, wenn du eine tiefe Sehnsucht fühlst, möchte deine Seele dich erinnern und spricht leise zu dir. Aber du traust ihr nicht mehr. Du traust dir nichts mehr zu.

Als Kind hast du noch alles für möglich gehalten, aber es wurde dir ausgedreht oder belächelt. Deine Seele erinnert dich täglich, aber du kannst sie nicht mehr hören. Irgendwann hat sie sich immer wieder neue Strategien einfallen lassen und lauter rufen müssen, damit du sie wahrnimmst: Du wurdest aus unerklärlichen Gründen krank, hattest einen Unfall, wurdest verlassen, hast ein geliebtes Wesen verloren oder wurdest zutiefst gedemütigt. Aber du konntest deine Seele immer noch nicht fühlen, sie nicht hören, und du dachtest, du seist mutterseelenallein auf dieser Welt.

Was für eine schlimme Erfahrung das für dich gewesen sein muss!

Nach und nach hast du dein Herz verschlossen und das Fühlen eingestellt, weil es einfach zu schmerzhaft war. Das vielleicht einzige Wesen, dem du heute noch vertrauen kannst, ist dein Hund, den du über alles liebst, bei dem du dich verstanden

und mit dem du dich verbunden fühlst. Bei ihm kannst du sein, wie du wirklich bist – verletzlich, zart, offen, schwach und unglaublich müde vom Durchhalten. Durch deinen Hund fühlst du dich nicht mehr ganz allein in dieser Welt. Wie gut, dass er als treuer und loyaler Begleiter an deiner Seite ist!

Ich verstehe deine Verzweiflung, deinen Schmerz, und ich weiß, wie hilfreich es sein kann, einen Hund an seiner Seite zu haben. Dein Hund erinnert dich täglich daran, dir und dem Leben zu vertrauen und das, was alles in dir steckt und unbedingt in die Welt möchte, endlich rauszulassen und wirklich zu leben! Er zeigt dir all die Hürden und Hindernisse in dir auf, die dich davon abhalten, deiner Seele zuzuhören und dich von ihr leiten zu lassen.

Deine Ängste sind die dunklen Wolken der Vergangenheit, die die klare Sicht nach vorn behindern. Deine Sehnsüchte sind wie die Lichter deiner Seele, mit der sie dir den Weg zeigen möchte. Irgendwo dazwischen befindest du dich gerade und suchst vielleicht nach Orientierung und nach deinem Weg. Erinnerung dich. Vertraue dir! Glaube dir!

Genau so, wie du geboren wurdest,
bist du gedacht – und nicht anders!

Werde wieder der Mensch, als der du in diese Welt gekommen bist.

Stell dir nur einmal vor, was alles in deinem Leben möglich wäre und wie befreit du dich fühlen und wie sehr du es genießen würdest, wenn du wahrhaftig DU selbst sein könntest!

Und bist du einmal unsicher, dann schau in die Augen deines Hundes. Dort begegnest du diesem zauberhaften Wesen deines Gefährten und lernst mehr und mehr, dich selbst zu erkennen.

Dein Hund ist ein Spiegel und ein Begleiter deiner Seele – er ist dein Seelenhund!



EINLEITUNG

Wenn im Frühjahr das welke Grau der Wiesen dem Grün Platz macht, so geschieht dies dadurch, dass Millionen von Trieben aus den Wurzeln neu sprossen. Also auch kann die Gedankenerneuerung, die für unsere Zeit kommen muss, auf keine andere Weise zustande kommen, als dass die vielen ihre Gesinnungen und Ideale aus dem Nachdenken über den Sinn des Lebens und den Sinn der Welt neugestalten.

Albert Schweitzer,
ev. Theologe, Philosoph und Arzt (1875-1965)

Dieses Buch entsteht im Sommer 2022. Eine globale Pandemie scheint allmählich zu enden, während in der Ukraine ein Krieg tobt und weltweit große Unruhe herrscht. Nach wie vor sind viele Menschen zutiefst verunsichert und bangen um ihre Gesundheit sowie um ihre Existenz. Inwieweit all diese Belastungen sich möglicherweise traumatisch auswirken werden, können wir heute nur erahnen. Dabei wurden mögliche Traumatisierungen vorangegangener Kriege, die der Kindheit oder anderer Ereignisse bis heute noch nicht vollends aufgearbeitet – und nicht wenige Menschen fühlen sich angesichts der aktuellen Bedrohungen an sie erinnert und nicht selten wie gelähmt.

So dramatisch es für uns alle ist, aber könnte das aktuelle Zeitgeschehen, auch wenn dies sicher ein wenig ungewöhnlich klingen mag, vielleicht auch ein vom Himmel geschickter Tsunami für die Transformation unserer Erde sein, der mit seiner tiefen Erschütterung eine gigantische Flutwelle aus Bewusstsein in die verschlossenen Herzen vieler Menschen spült?

Viele trifft dies überraschend und mit voller Wucht, andere hatten schon vorher schwere Krisen erlebt, in denen sie den wahren Sinn des Lebens hinterfragen konnten.

So kam vor Jahren bei einem Spaziergang mit meinen Hunden die Frage

‘Wer oder was bist du, wenn alles andere wegbricht?’

zu mir und rüttelte mein scheinbar sicher eingerichtetes Leben bis tief hinunter in die Basis ordentlich durch. Ich bin dem wirklich ungemütlichen Drängen dieser Frage nach innen gefolgt, habe mich meinen Ängsten gestellt und darüber erkannt, dass ich mein Leben vollkommen umkrepeln möchte. Dafür hatte ich viele Jahre Zeit. Die meisten hatten diese Zeit jedoch nicht oder ahnen bis heute nicht einmal, dass auch ihr Leben einen tieferen Sinn für sie bereithält.

Altes muss zusammenbrechen,
damit das Wahrhaftige
zum Vorschein kommen kann und
der Phönix aus der Asche aufsteigen kann.

Kollektiv werden wir spätestens seit dem Beginn der Pandemie getriggert, wodurch in jedem von uns verdrängte Themen an die Oberfläche gespült werden. Dies fühlt sich für viele an wie ein

Sturm im Inneren, welcher mit jeder neuen Nachricht die Flammen eines nicht mehr kontrollierbaren Flächenbrandes anfacht, der teilweise dramatische Züge anzunehmen droht und dadurch weitere Ängste aktiviert.

Ich sehe all dies, auch wenn es wirklich turbulent zugeht, als die größte Chance der Menschheit!

Mittlerweile glaube ich, jemand hat gerade noch rechtzeitig beschützend ins Spielfeld *Erde* eingegriffen, um den totalen Kollaps zu verhindern, auch wenn es sich für die meisten von uns überhaupt nicht danach anfühlen mag.

Als ich vor wenigen Jahren das Buch *Fühlende Wesen* geschrieben habe, erwähnte ich bereits meine Sorge, dass sich die Menschheit den Ast unter dem eigenen Hintern absägen und in 50 Jahren nicht mehr viel von uns und unserem Lebensraum übrig bleiben würde, wenn wir so weitermachten wie bisher.

Umweltverschmutzung, Waldrodung, Menschenhandel, Tierquälerei, riesige Plastikteppiche in den Meeren und vieles mehr sind die Ergebnisse von der Gier nach Macht, Kontrolle und Geld sowie eines ausgeprägten Narzissmus, der gesellschaftsfähig und zu einem anerkannten Maßstab für Erfolg und Ruhm geworden ist. Jeder gegen jeden wurde zur Normalität. Ist es nicht wirklich Zeit, dass sich hier grundlegend etwas ändert?

Solange es Schlachthäuser gibt,
wird es Kriege geben.

Leo Tolstoi

Als in 2020 der erste weltweite Lockdown ausgerufen wurde, sahen Kinder in China zum ersten Mal blauen Himmel. Delfine kamen wieder in Lagunen zurück, in denen man sie lange nicht

gesehen hatte. Wildtiere trauten sich tagsüber aus ihren Verstecken, und wir Menschen konnten all dem staunend aus unseren Wohnungen zusehen. Uns wurde gezeigt, was passiert, wenn wir uns zurückziehen bzw. wir diejenigen sind, die eingesperrt werden. Wir durften eine Ahnung davon bekommen, wie sich Milliarden Tiere ihr gesamtes Leben lang fühlen müssen. Ich hoffte damals so sehr, dass dieser Umstand nachhaltig einen Denkprozess und in der Folge entsprechende Veränderungen auslösen würde. Aber dafür reichte es scheinbar noch nicht. Die Menschen hätten vermutlich weitergemacht, und es hätte sich nichts geändert. Kontinuierlich wurden weitere Maßnahmen eingeführt, Lockerungen angekündigt, Versprechungen gemacht und durch die ständigen Änderungen und Ungereimtheiten jede Menge Verwirrung gestiftet. Die Trennung von unseren Liebsten (z. B. durch Lockdowns) hat in vielen von uns den Verlust von Verbundenheit zu allem, was uns Sicherheit gibt, zur Folge gehabt.

Für Menschen, die sich bislang nicht um ihre psychische Gesundheit gekümmert hatten, müssen sich die vielen Monate der Ungewissheit wie Folter angefühlt haben. Einige von ihnen erlebten die ständig wechselnden Umstände wie eine Kugel im Flipperautomat. Tiere wurden adoptiert, um im Lockdown oder Homeoffice nicht allein sein zu müssen. Als wieder gelockert wurde, platzten die Tierheime aus allen Nähten, weil in der Not nur an das eigene Leid gedacht wurde.

Wehe dem Menschen, wenn auch nur
ein einziges Tier beim Jüngsten Gericht sitzt!

Christian Morgenstern

Ich sehe heute viele Menschen, die aufgeschreckt und verunsichert sind. Sie werden durch tägliche Reize in den Medien und durch Mitmenschen weiterhin in einer nicht enden wollenden

Angstspirale gehalten und suchen nach Orientierung im Außen – in der Hoffnung, endlich irgendwo sicheren Halt zu finden. Die scheinbare Sicherheit, die sie bisher als Halt empfunden haben, löst sich aber gerade auch immer mehr auf. Die Säulen von Politik, Gesundheitswesen, Kirche und Finanzwesen bröckeln. Überall brodelte es, selbst unter der Erdoberfläche – mehr als jemals zuvor.

Alte Konstrukte im Innen und Außen brechen zusammen.

Umso schwerer fällt es, sich überhaupt vorstellen zu können, dass wir Sicherheit letztlich nur in uns selbst finden. Aber genau das ist gleichzeitig auch die gute Nachricht in all dem, denn es ist möglich!

Damals schon, als ich das Buch *Fühlende Wesen* schrieb, trieb mich die Frage um, was passieren müsste, um das Bewusstsein aller Menschen zu wecken. Schließlich sitzen wir alle in einem Boot, und das sah ich am Horizont schon kentern. Ich fragte mich daher, was wir tun könnten, um das Ruder noch einmal herumzureißen und in eine Zukunft zu segeln, die für alle fühlenden Wesen erstrebenswert ist. Der einzige Weg, der mir sinnvoll erschien, war die innere Heilung eines jeden Menschen. Bewusste Menschen würden niemals ihren eigenen Lebensraum und andere fühlende Wesen in Gefahr bringen oder gar schädigen.

Also habe ich damals schon meine Leser eingeladen, sich ihrer Heilung zuzuwenden. Mehr denn je sehe dies als den einzig sinnvollen Weg an, für jeden Einzelnen und für das Kollektiv, weshalb dieses Buch noch einen Schritt weiter bzw. tiefer geht, um dich dabei zu unterstützen und deinen Hund zu entlasten.

Alle Menschen können durch ihre eigene Heilung daran mitwirken, die Weichen für unsere Zukunft neu zu stellen, indem sie ihre Ängste transformieren. Frei von Angst kann sich unser Herz wieder öffnen und unsere Liebe frei fließen.

In einer Studie will man die Hirn- und Herzwellen von Probanden gemessen und dabei festgestellt haben, dass, wenn sie sich im selben Raum aufhalten, ihre Gehirnwellen die Herzschläge des anderen erkennen und diese sich aufeinander einschwingen.

Kannst du dir vorstellen, was dies bedeutet?

Jeder einzelne Mensch wird durch die eigene Transformation seiner Traumata und die damit verbundene Herzöffnung die Verbindung zu allen anderen wieder fühlen können. Dadurch wird er zu einer Art Lichtsäule oder Akupunkturadel für Mutter Erde.

Je mehr sich auf diesen Weg begeben, umso schneller kann die Menschheit kollektiv als Phönix aus der Asche steigen, so wir die Dringlichkeit erkennen und die Chance selbst nutzen. Es war noch nie so wichtig, ein Teil der Lösung zu werden und nicht ein Teil des Problems zu bleiben.

Bewusstwerdung, Heilung oder Erwachen bedeutet nicht zu verändern, wer du in Wahrheit bist, sondern all das wieder abzuliegen, was du nicht bist, nämlich deine erworbene Identität. Du bist vollkommen geboren worden und brauchst nichts zu lernen oder zu tun, um hier sein zu dürfen.

Es ist schon längst alles da!

Nur wurde es “verschüttet” und dann häufig ganz vergessen. Diesen Schatz in dir, deinen Wesenskern und dein Potenzial, das gilt es, zu finden und zu bergen.

Manche Menschen aber verzweifeln an ihrem Leid, denn ihre Angst vor diesem ihnen noch unbekanntem Weg hält sie zurück, und auch ihr Verstand lässt immer neue Schreckensszenarien entstehen, die wiederum weitere Ängste auslösen.

Dazu eine kleine Metapher, die vielleicht etwas Hoffnung säen kann: Macht sich die Raupe während ihrer Verpuppung Gedanken über ihre sich auflösenden Zellen? Hegt sie mögliche

Zweifel, dass sie als kriechendes Tier irgendwann einmal wunderschöne Flügelchen entknittern und davonfliegen wird? Sie kann nicht darüber nachdenken, weil ihr der dafür notwendige Verstand fehlt. Sie gibt sich ihrer naturgemäßen Transformation hin, die im Inneren des Kokons abläuft. Sie bleibt einfach nur dabei und beginnt, sich aus der Puppe herauszuschälen, wenn die Zeit reif dafür ist.

Was glaubst du, wie viele Menschen schon längst hätten schlüpfen können? Sie tun es aber nicht, weil es sich im Kokon scheinbar sicherer anfühlt.

Ich kann das absolut nachvollziehen. Nur wie wäre es, dir und deinem Hund einen klitzekleinen Vertrauensvorschuss zu geben, deine Wünsche und Vorstellungen davon, wie ihr und wie euer Miteinander sein sollte, infrage zu stellen und eurem Transformationsprozess mit Neugierde und viel Liebe entgegenzusehen?

Wir gehen in diesem Prozess 1000 kleine Schritte. Nach zwei Schritten, die wir gemacht haben, gehen wir wieder einen Schritt zurück. Dies mag sich für viele Menschen wie ein Rückfall anfühlen und sie geben frühzeitig auf. Sie können nicht erkennen, dass sie durch die Wiederholung jedes einzelnen Schrittes das Neue festigen und dadurch immer sicherer werden.

Dabei ist es so wichtig, genau dort, wo es eine Grenze zu geben scheint, mutig weiterzugehen. Aber das ist allein nicht immer zu schaffen, weil die Gefühle im Inneren manchmal einfach zu bedrohlich und die Grenzen unüberwindbar erscheinen. Dabei sind diese Grenzen häufig in der Kindheit entstanden und wir haben heute ganz andere Möglichkeiten, ihnen zu begegnen.

Erleben wir in unserer Kindheit etwas Schlimmes, das uns ängstigt und überwältigt, so frieren wir mit diesem Gefühl im jeweiligen Alter ein. Bist du z. B. mit 3 Jahren abends noch einmal

wach geworden und musstest feststellen, dass deine Eltern dich schon wieder allein gelassen haben, um mit Freunden essen zu gehen, wirst du sehr wahrscheinlich große Angst zu Hause gehabt haben. Du wurdest dadurch in deinem Gefühl von Sicherheit immer wieder schwer erschüttert. Daraus kann sich eine Angst vor dem Verlassenwerden entwickeln, die dich im späteren Leben noch schwer belastet. Es ist wichtig, sich liebevoll um diesen Teil zu kümmern, der heute immer noch Angst hat – und auf den dich dein Hund möglicherweise schon aufmerksam macht.

In jedem Trauma liegt ein Teil unseres Schatzes verborgen, nämlich deine eingefrorene Lebensenergie und mit ihr zusammen ein wichtiger Anteil von dir, den dein Hund befreien möchte. Ich habe dazu ein Bild von vielen kleinen Eiswürfeln, in denen diese Anteile vor langer Zeit eingefroren sind.

Kümmern wir uns nicht um sie, bleiben diese Anteile in der Vergangenheit stecken. Werden die darin eingefrorenen Gefühle durch unsere Hunde und auch andere Weisen getriggert, reagieren wir mit den Möglichkeiten, die uns im jeweiligen Alter der Traumatisierung zur Verfügung gestanden haben. Daher können unsere Reaktionen und unser Verhalten auf andere dann irritierend wirken, denn es handelt sich um die Reaktionen, mit denen wir als Kind reagiert haben oder hätten, aber vielleicht nicht durften.

Eiswürfel tauen bei Zimmertemperatur langsam auf, wenn wir sie aus dem Eisfach, in unserem Fall aus der Verdrängung holen. In einer Therapie tun wir dies mit viel Zeit und Achtsamkeit, um die darin gebundenen Gefühle, die uns seinerzeit überwältigt haben, diesmal in einem sicheren Umfeld fühlen zu können. Der damals eingefrorene Anteil wird anschließend “nachreifen” können, sich wieder integrieren sowie dich vervollständigen – und dein Hund hat sein Werk vollendet und kann sich entspannen.

Ich möchte dich daher ermuntern, deinen Fokus von dem Problem, das dich beschäftigt, auf diesen kostbaren Schatz in dir umzulenken. Bereits durch diese kleine Korrektur der inneren Haltung kann sich einiges verändern. Eine vollkommen neue, andere Energie durchströmt unseren Körper, wenn wir uns mit Schätzen befassen, oder? Wir fühlen uns nicht mehr wie Opfer, sondern entwickeln Neugierde für die Signale unseres Hundes und die Vorgänge in unserem Inneren. Vorfreude auf unsere Heilung sowie eine innige Beziehung zu unserem Begleiter kommt auf, und wir werden zunehmend handlungsfähig.

Herausforderungen gehören zum Leben dazu und werden uns immer wieder begegnen, damit wir an ihnen wachsen können. Um ein erfülltes Leben genießen zu können und nicht jederzeit neue Überforderungen zu befürchten, sollten wir uns um die Ursachen unserer Ängste kümmern. Dann können wir die Herausforderungen, die das Leben uns bietet, für uns nutzen, um unser Potenzial zu entfalten, das nur darauf wartet und auf das unser Hund uns aufmerksam macht.

Mit diesem Buch möchte ich allen Menschen, insbesondere jenen, die als einzigen Trost ihren Hund an ihrer Seite haben, aufzeigen,

- woher ihr Leid stammen könnte,
- wieso sie sich fühlen, wie sie sich fühlen,
- wie ihr Hund sie spiegelt,
- wie sie ihre innere Not auflösen können,
- wie sie ihren Hund entlasten können und
- wie sie die Liebe zu ihrem Hund frei fließen lassen können.

Meine Seele hat sich für dieses Leben entschieden, um zur Heilung von Menschen, Tieren und der Natur beizutragen. Mein Wirken möchte all die Tiere entlasten, die ihre Menschen spiegeln, indem ich ihre Botschaften übersetze und ihren Haltern helfe, alles aus dem Weg zu räumen, was sie daran hindert, sie selbst zu sein.

Um dies besser zu veranschaulichen, habe ich für dieses Buch einige Fallbeispiele aus meiner Praxis zusammengetragen und erzähle auch hier und da kleine Episoden meiner eigenen Heilreise, denn ich weiß, dass viele Menschen unter den Folgen traumatischer Erfahrungen leiden und sich nicht vorstellen können, dass es auch für sie und ihren Hund einen Weg geben kann, der zu einem erfüllten Leben für beide führt. Ich durfte miterleben, zu was Menschen fähig sind, was sie aushalten und dass sie heilen können – und vor allem, wie sehr Tiere dabei helfen können.

Ja, es ist meist ein Weg, für den man viel Geduld und Zeit braucht, aber bitte gib dich oder deinen Hund niemals auf! Halte durch und bleib dran, denn du hast mit deinem einzigartigen Potenzial einen immensen Einfluss darauf, in welche Richtung sich die Entwicklungen in deinem eigenen Leben, in dem deines Hundes und auch in unserer Welt bewegen werden, selbst wenn es dir jetzt noch nicht bewusst sein sollte.

Stell dir einmal vor, die Menschheit wäre ein Puzzle, das aus 8 Milliarden Teilchen besteht. Jedes Teilchen gibt es nur ein einziges Mal und es passt auch nur an eine einzige Stelle. Gingen alle Teile an ihren Platz, den nur sie ausfüllen können, würden 8 Milliarden Menschen ein großes Ganzes ergeben, in dem alle Teile harmonisch ineinandergreifen. Würde auch nur ein Teil fehlen, wäre das Ganze nicht mehr komplett. Merkst du, wie essenziell der Einsatz deines Hundes ist, der dich daran erinnern will, ganz DU zu werden? Wir alle warten auf dich!

Unsere Hunde helfen uns auf ihre zauberhafte Art dabei, ganz wir zu werden, und mit dem Lesen dieses Buches wirst du vielleicht feststellen können, dass du niemals alleine warst und auch niemals sein wirst!

Wenn du wüsstest, wer auf deinem Weg,
den du gewählt hast, ständig neben dir geht,
hättest du nie mehr Angst oder Zweifel.

Ein Kurs in Wundern

Viel Freude beim Lesen!

Alles Liebe
Birgit