

INhalt

EINLEITUNG 9

1. Teil Meine Geschichte DER RUF DER PFERDE 13

Racky und ich - eine magische Begegnung 21

Gianni 27

Rackys erste Lektion 37

Ausbildung und Schwierigkeiten 49

Auf der Suche nach Gleichklang 61

Stallsuche und der Atem der Präsenz 67

Der Beginn einer wundervollen Verbindung 77

Der Zauber der Beharrlichkeit 93

Pferde erfühlen unsere innere Welt 103

Kommunikation mit Pferden 107

Ein Wunder geschieht 115

Latiro und die Natur der Heilung 119

2. Teil Die Heilkraft der Pferde IN DER PRAXIS 129

Erkenne dich selbst - 7 Stufen der Bewusstwerdung 132

Stufe 1

Back to the Roots - die Verwurzelung 141

Der Individualraum - unser energetisches Zuhause 144

Die Außenlebenssphäre 148

Wer bewegt hier wen? 149

Dankbarkeit schafft Vertrauen 151

Die Wurzelatmung 153

Übung mit dem Pferd 154

Stufe 2

Emotionen - wichtige Botschafter für dein Wachstum 157

Ängste 161

Neutrale Position 164

Übung mit dem Pferd 166

Stufe 3

Wünsche erkennen und verwirklichen 169

Die Power-Position - Macht und Kraft der Seele 174

Übung mit dem Pferd 179

Stufe 4

Ordnung im Innen	181
Herzensenergie - die Kraft der zwei Prinzipien	183
Herzatmung	189
Vergebung	190
Übung mit dem Pferd	192

Stufe 5

Kommunikation	195
Übung mit dem Pferd	199

Stufe 6

Intuition, der Kompass der Seele	201
Übung	205

Stufe 7

Hier und Jetzt - das Bewusstsein des erwachten Menschen	209
Übung mit dem Pferd	212

Anhang

Alexandra Rieger, die Autorin	215
Die Mitwirkenden	216
Bildnachweis	219