

Als Älteste von drei Geschwistern bin ich in einer ärmlichen Familie auf dem Land aufgewachsen, Um die finanzielle Belastung stemmen zu können, gingen meine Eltern Beide arbeiten, Verantwortung und Mithilfe wurde von mir schon immer erwartet, Lob und Anerkennung bekam ich fast nur durch Leistung..

Meine große Liebe als kleines Mädchen galt schon immer den Tieren vor allem den Pferden, hier konnte ich Prinzessin sein, träumen.....

Reiten war damals finanziell nicht möglich, doch bei uns im Dorf gab es einen Pferdezüchter und wann es immer es möglich war hielt ich mich dort auf, auch wenn ich nicht reiten durfte und die

Nähe zu den Pferden sich nur aufs Misten und Putzen beschränkte. Ich liebte schon damals den Duft dieser wunderbaren edlen Geschöpfe, was mir heute manchmal wie ein Dejavü vorkommt wenn ich neben meinem Pferd stehe und den Geruch wahrnehme.

Mit 18 Jahren fing ich meinen Traum-Beruf der Krankenschwester zu erlernen. Durch die Firma meines Schwiegervaters/Mannes war es erforderlich mich zu meinem Schichtdienst im Krankenhaus immer mehr in deren Betrieb einzubringen. Ich eignete mir die Bürotätigkeiten an, gab meinen Beruf als Krankenschwester auf.....Wir bauten ein Haus und wir bekamen zwei liebevolle Söhne, die mein Leben sehr bereicherten, aber auch wiederum viel Disziplin und Stärke von mir abverlangten. Die finanzielle Belastung, Mutter , Ehefrau, Sekretärin und Hausfrau zu stemmen kostete mich sehr viel Kraft, oft funktionierte ich einfach nur. Mein Mann war beruflich sehr viel außer Haus und so blieb die Erziehung an mir. Ich liebe unsere Beiden und bin sehr stolz auf sie.

Als unser kleiner Sohn ca. zwei Jahre alt war fiel ich in ein seelisches Loch und wollte morgens nicht mehr aufstehen, ich war psychisch total am Boden.....

Meine Freundin erkannte das, rüttelte mich wach und sagte: So geht das nicht weiter, Deine großes Ziel war schon immer Reiten lernen, also ich pass auf die Jungs auf, Du nimmst Reitstunden und verwirklichst Deinen Traum.

Wahnsinn, so ein Geschenk, ja so kam wieder Licht in mein Leben und die Liebe zu den großen Vierbeinern wuchs immer noch mehr, ich bekam wieder Kraft und konnte die Anforderungen wieder stemmen.....

Es dauerte nicht lange, da wurde mir ein Verkaufspferd vorgestellt..... Ich verliebte mich in diese Vollblut-Stute. So hab ich als Mädchen immer mein Pferd gemalt.....Dunkelbraun, kleiner Stern auf der Stirn. Nach Absprache mit meinem Mann kaufte ich dieses Pferd von meinem zusammengesparten Geld, mein Traum---- ein eigenes Pferd----- Sie wurde allerdings nach 10 Wochen schwer krank, musste in der Klinik notoperiert werden und dann noch einmal und die Rehabilitation zog sich sehr lange hin. Zwei Jahre konnte ich nur bedingt reiten, viel Krankenpflege da sie immer wieder Rückschläge erlitt, sie war so nervös und wollte mich ständig runterbuckeln.....Ich war als Pferde und Reitanfänger komplett überfordert, aber ich liebte dieses Pferd und dachte wirklich ich schaffe das....Wieder kam ich an meine Grenzen. Sie war eine Nummer zu heftig für mich und mein Mann sprach sehr energisch: Entweder Du trennst Dich von diesem Pferd oder sie bringt Dich um.....

So tauschte ich sie schweren Herzens gegen meine jetzige Stute (damals 7 jährig) ein, was aber auch wieder eine große Herausforderung war, da sie sehr stark, nervös und schreckhaft war. Immer wieder passierten kleine oder größere Unfälle. Nach fünf Jahren war ich soweit, dass ich mich von ihr der Vernunft wegen trennen wollte (mein Herz nicht!). Ich erzählte allerdings jedem Interessenten die Charakterzüge und wie sie wirklich war und so ein Pferd wollte natürlich keiner kaufen.....

Also starteten wir neu, wir wuchsen immer mehr zusammen und heute nach 15 Jahren würde ich sie nie mehr hergeben.

Vor drei Jahren hatten wir allerdings wieder einen heftigen Reitunfall, sie erschrak, rutschte beim Ausreiten aus und fiel auf meinen Fuß.... Ich konnte wegen der Krücken viele Wochen nicht in den Stall, sie wusste natürlich auch gar nicht was los war.... Fühlte Sie sich für den Unfall verantwortlich?

Ich hab ihr nie die Schuld gegeben, ich hatte so ein schlechtes Gewissen sie so selten besuchen zu können.....

Als ich nach dieser Pause wieder in den Stall kam, hat sie sich mir gegenüber sehr distanziert, eher sogar gefährlich verhalten..... ich bekam großen Respekt, traute mich fast nicht mehr zu ihr rein und spielte mit dem Gedanken die ganze Reiterei und Liebe zu den Pferden an den Nagel zu hängen.

Dann stieß ich in einer Zeitschrift auf eine Werbung von Alexandra Rieger..... kaufte mir so nach und nach ihre Bücher und fühlte mich zu Alexandra sehr hingezogen, wir hatten ja teilweise ähnliche Erfahrungen... So googelte ich die Website und meldete mich für die Raidho-Lehre an....

Mit jedem Besuch an diesem wunderbaren Ort am Gardasee wuchs meine Begeisterung für diese Arbeit. Mir wurde soviel klar, mein Bewusstsein entwickelte sich weiter, ich sensibilisierte mich auch mehr.

Viele der vorgestellten Übungen habe ich in meinen jetzigen Alltag übernommen, der nach wie vor sehr turbulent ist, durch das praktische Anwenden kann ich jedoch leichter damit umgehen.

Ich spreche ein Gebet: Möge die heilende göttliche Kraft durch mich fließen, möge sie mich reinigen, stärken und heilen, möge sie mich erfüllen mit heilender Wärme, Licht und Liebe, möge sie mich schützen und führen auf meinem Weg. Danke, dass dies jetzt geschieht. Mögen alle Menschen, Wesen und Dinge die mir heute direkt und indirekt begegnen erfüllt werden mit heilender Kraft und Liebe. Danke.

Dankbarkeit morgens nach dem Aufwachen und Abends beim Zubettgehen auszusprechen: An meinen Mann, meine Kinder, meine Eltern und Schwiegereltern, meine Geschwister, meine Freunde, meine vierbeinigen treuen Begleiter, meine Gesundheit, unseren geduldigen Planeten Erde, lausreichend Essen und Trinken zu haben, die Pflanzen, die Bäume, unsere Mobilität, den Wohlstand, ein Dach über dem Kopf, meinen Garten, die Möglichkeit sich weiterzubilden, Freude und Leichtigkeit

Meine täglichen Übungen sind die Ausrichtung der Himmelrichtungen mit den vier Elementen: Luft, Feuer, Wasser und Erde..... Denken, Wollen, Fühlen und Handeln

Die I-A-O Übung, bei der ich mittlererweile das Gefühl habe, nach oben, unten und zur Seite immer größer zu werden.....

Die Verbindung der Chakren:

Ich stehe mit beiden Beinen hüftbreit fest auf dem Boden, der Kopf ist zentriert und die Schultern zeigen nach hinten. Ich atme ein, die Energie steigt bis hoch in den Kopf und beim Ausatmen lasse ich alle Anspannung von den Schultern, vom Nacken, dem Oberkörper, den Armen und alte Muster, Ängste und Sorgen los und gebe diese wieder an die Erde ab, dabei schnaube ich wie ein Pferd.....und kann auch die Hände zur Unterstützung dazu nehmen. Ich atme nochmals ein, die Energie steigt hoch in den Kopf und beim Ausatmen lasse ich alle Anspannung vom unteren Rücken, dem Becken

dem Bauch, des Unterleibs und der beine los und gebe diese wieder an die Erde ab, meine Wurzeln verwurzeln sich immer tiefer in die Erde und verzweigen und verästeln sich immer mehr, so wie ein Baum.

Ich atme ein, die Energie steigt bis hoch in den Kopf und beim Ausatmen färbt sich mein Wurzelchakra rot und breitet sich aus

Ich atme ein, die Energie steigt bis hoch in den Kopf und beim Ausatmen färbt sich mein Chakralchakra orange, breitet sich aus und verbindet sich mit rot.....

Ich atme ein, die Energie steigt bis hoch in den Kopf und beim Ausatmen färbt sich mein Solarplexus chakra gelb, breitet sich aus und verbindet sich mit orange und rot.....

Ich atme ein, die Energie steigt bis hoch in den Kopf und beim Ausatmen färbt sich mein Herzchakra grün, breitet sich aus und verbindet sich mit gelb, orange und rot.....

Ich atme ein, die Energie steigt bis hoch in den Kopf und beim Ausatmen färbt sich mein Hals chakra blau, breitet sich aus und verbindet sich mit grün, gelb, orange und rot.....

Ich atme ein, die Energie steigt bis hoch in den Kopf und beim Ausatmen färbt sich mein Stirn chakra fuchsia, breitet sich aus und verbindet sich mit blau, grün, gelb, orange und rot.....

Ich atme ein, die Energie steigt bis hoch in den Kopf und beim Ausatmen färbt sich mein Kronen chakra weiß, breitet sich aus auch mit mit dem Göttlichen nach Oben und verbindet sich mit fuchsia, blau, grün, gelb, orange und rot...

Wunderschön und besonders kraftvoll ist es für mich, diese Übungen in der Natur zu praktizieren.
Danke

Wir lernten die Leinwandtechnik, welche nun auch in meinen Alltag gehört und überlegten uns einen Leitsatz, den wir jeden Tag aussprechen sollen.

Ich verpflichte mich hier und heute meine Mission zu realisieren, zu erfüllen, zu materialisieren, ich arbeite täglich daran. Ich frage mich jeden Morgen: was kann ich heute tun um meine Mission zu erfüllen?

Mein persönlicher täglicher Leitsatz (in der Königinnenposition) lautet: Ich lebe meine Stärke in Dankbarkeit und Liebe.

Sehr faszinierend war für mich auch die Weiterentwicklung der Teilnehmer, Alexandra verstand es auf jeden einzugehen und vermittelte immer wieder wie wichtig es ist, seine und Wünsche und Träume zu erlauben und dass Disziplin, die höchstmögliche Präsenz, die Qualität mit der ich etwas ausführe und ein roter Faden wieder einmal das A und O sind.....

Ich versuche auch bestimmte schwächende Wort zu vermeiden: z. B.: Muss, aber, eigentlich, man.....

Zum letzten Block fuhr ich morgens sehr früh und angespannt von zu Hause los, es hatte geschneit (Ende April), und mir war klar, in diesem momentanen Stresslevel werde ich keine Zertifizierung machen wollen. Mein Kopf war so voll, als ich jedoch im Raidhozentrum ankam, war ich ganz schnell in meiner Mitte und durch Meditation, Bewusstseinsarbeit und auch eine Aufstellungs -Arbeit mit meinen Söhnen wurde mir klar, dass ich die Prüfung versuchen werde.

Abschluß am letzten Tag:

Uns wurde freigestellt auf dem Platz oder auf der Koppel zu arbeiten. Die Pferde waren bereits auf der Koppel, also entschieden wir uns für die Koppel, was natürlich viel schwieriger war, da die Wiese viel interessanter war als wir und der Platz einen begrenzten Raum geboten hätte.

Ich war sehr aufgeregt und dachte: bestimmt ich verliere ich den Faden oder mir fehlen die Worte, die Alexandra ja immer so geschickt und passend parat hatte.

Während wir auf die Koppel gingen erklärte ich meiner Klientin, dass wir im Vorfeld ein paar Übungen machen werden, die wir dann während der Arbeit brauchen und auch um im Hier und Jetzt anzukommen und dann zu dem Pferd gehen, welches sie sich ausgesucht hatte.

Dann zeigte ich ihr wie sie mit dem Stick einen Kreis um sich ziehen kann und dass dieser Raum nun ihr persönlicher Raum ist, dass das Pferd diesen Raum auch nicht betreten darf und dass das Pferd mit dem Stick nie berührt werden darf.

Ich bat sie sich hüftbreit und mit geschlossenen Augen hinzustellen und stellte mich ihr gegenüber.

Nun sprach ich meinen Dank an sie aus für ihre Anwesenheit, an Alexandra die diese wunderbare Arbeit entwickelt und mir gelehrt hat, an die Pferde welche die Arbeit mit uns leben, an unsere Gesundheit, Mobilität, unseren Wohlstand, für ausreichend Essen und Trinken, unsere Erde und die Natur.

Mir ist die I-A-O Übung sehr wichtig, so führten wir diese auch aus.

Danach erklärte ich ihr die Wurzelatmung. Ich stehe mit beiden Beinen hüftbreit fest auf dem Boden, der Kopf ist zentriert und die Schultern zeigen nach hinten. Ich atme ein, die Energie steigt bis hoch in den Kopf und beim Ausatmen lasse ich alle Anspannung von den Schultern, vom Nacken, dem Oberkörper, den Armen und alte Muster, Ängste und Sorgen los und gebe diese wieder an die Erde ab, dabei schnaube ich wie ein Pferd.....und kann auch die Hände zur Unterstützung dazu nehmen. Ich atme nochmals ein, die Energie steigt hoch in den Kopf und beim Ausatmen lasse ich alle Anspannung vom unteren Rücken, dem Becken dem Bauch, des Unterleibs und der Beine los und gebe diese wieder an die Erde ab, meine Wurzeln verwurzeln sich immer tiefer in die Erde und verzweigen und verästeln sich immer mehr, so wie ein Baum.

Hier wusste ich auf einmal nicht mehr weiter.... Mein Kopf war verwirrt und total leer. Nun zelebrierte ich leise für mich die ICH bin ICH Übung, atmete tief ein und bat die Engel um Unterstützung. Nach ganz kurzer Zeit war alles wieder da, ich konnte lauter sprechen und es kam alles in Fließen....

Danach machten wir uns auf dem Weg zu den Pferden, meine Klientin hatte sich die Alba ausgesucht, sie ging mit Stick und Führstrick zu ihr hin, aber Alba ließ sich den Strick nicht ans Halfter binden, sie lief immer wieder weg. So ging das eine geraume Zeit, bis ich diese Übung abbrach. Ich konnte ihr meine Aufgabe nicht mal stellen, diese Szene reichte schon aus um das Thema zu bearbeiten:

Nun fragte ich sie:

Es stellt sich ein Gefühl ein, was fühlst Du jetzt?

?

Wo im Körper fühlst Du diese Emotion?

Hat diese Emotion eine Form? Hat diese Emotion eine Farbe?

Welche Empfindung löst diese Emotion aus?
Ist es ein Gefühl welches Du aus dem Alltag kennst?

Was ist die Botschaft?

Sie lautet: „ WACH AUF „ Verwurzel Dich, atme, damit Du nicht aus diesem Gefühl heraus handeln musst, Du hast erkannt, was Dir dieses Gefühl sagen will: ICH SEH DICH, ich verwandle Dich, ich transformiere Dich in pures Gold..... Gib es ein Handwerkszeug, welches Dich unterstützen kann? Du darfst auch gerne das Göttliche, die Engel oder ein Krafttier um Hilfe bitten.

Es kann gut sein, dass sich eine weitere Botschaft die nächsten Tage oder Wochen zeigt, auch diese kannst Du auf diese Art transformieren.

Wenn Du magst kannst Du jetzt in die Stille gehen oder darfst Du Dich noch an die Schulter von Alba stellen.....

Vielen Dank

So wird meine Arbeit auch in Zukunft aussehen, ich freue mich schon und bin gespannt wie ich die Raidho Lehre mit meiner ganzheitlichen Ernährungs- u. Gesundheitsberatung einfließen lassen kann.

Liebe Alexandra, ich möchte mich bei Dir und Deinen Pferden noch einmal recht herzlich für unseren wunderbaren gemeinsamen Weg bedanken, für Dein Vertrauen in mich und wie schon persönlich gesagt, Du bist für mich ein Vorbild.

Herzlichen Glückwunsch zu Deinem neuen Buch, ich finde es das Beste.....

Immer wenn ich zu meinen Pferden gehe ziehe ich einen Schutzkreis um uns herum und bitte um unseren Schutz.

Ich wünsche Dir von ganzen Herzen alles Liebe, vor allem Gesundheit, Kraft, Freude, Frieden und Leichtigkeit, mögen noch ganz viele Menschen diese besondere Bewusstseinsarbeit kennen lernen und praktizieren.

Bihlerdorf 20.05.2019

Andrea Fichtl