

NATHALIE STÖCKLIN



ACHTSAME IMPULSE FÜR DICH UND DEIN ÄLTERES TIER

EIN LIEBEVOLLER ALLTAGSBEGLEITER FÜR DICH UND DEIN TIER –
FÜR MEHR BEWUSSTSEIN, VERTRAUEN UND INNERE BALANCE

WWW.KIANATHERAPIEN.COM

WARUM ICH DIESEN RATGEBER ERSTELLT HABE

Ich habe diesen Ratgeber geschrieben, weil ich aus tiefstem Herzen weiß, wie intensiv und herausfordernd das Leben mit einem älteren oder chronisch kranken Tier sein kann. Es ist ein Weg voller Liebe – und manchmal auch voller Müdigkeit, Sorgen, Zweifeln, Ängsten und Traurigkeit.

Hier findest du sanfte Impulse, kleine Rituale und Gedanken, die dich stärken und wieder zur inneren Balance führen.

Für mehr Achtsamkeit – mit deinem Tier und aber auch mit dir selbst. Für mehr Freude und Spass, selbst inmitten von Sorgen. Und für eine liebevolle Verbindung, die weit über Worte hinausgeht.

Alles Liebe ❤

Nathalie

„Ein Tier hält uns nie für selbstverständlich – es schenkt uns jeden Tag sein Herz aufs Neue.“

SCHÖN, DASS DU DA BIST!

Liebe Tierfreundin, lieber Tierfreund

Es freut mich sehr, dass Du dir diesen Ratgeber geholt hast und dir Zeit nimmst, dich mit diesem wichtigen Thema zu befassen.

Dieses kleine Herzensbuch ist für dich.

- ♥ Du begleitest dein Tier Tag für Tag mit Liebe.
- ♥ Du liegst nachts wach, weil dein Tier unruhig schläft, weil sich sein Verhalten geändert hat.
- ♥ Du fragst dich, ob du genug tust – oder vielleicht sogar zu viel.
- ♥ Und für dich, weil du trotz aller Sorgen jeden Tag das Beste gibst - über die Grenzen hinaus.

Danke für dein Sein ♥

Nathalie

Hast du Fragen?

Melde dich jederzeit gerne bei mir!

INFO@KIANATHERAPIEN.COM



MEINE GESCHICHTE

Mein ganz persönlicher Weg zu meiner Berufung begann 2001, als ich ein Pferd vor dem Schlachter rettete. Ich wollte Galanda nur freikaufen, entschied mich aber sie zu behalten. Sie war 21 Jahre an meiner Seite und sie hat mir die Türen zu den alternativen Heilmethoden geöffnet.

Besonders die letzten zwei Jahre mit ihr waren sehr zeit- und kostenintensiv – geprägt von viel Fürsorge und Hingabe. Ich durfte sie bis zu ihrem letzten Atemzug begleiten und über die Regenbogenbrücke ziehen lassen. Diese Erfahrung hat mich tief geprägt und bestärkt, auch andere Menschen und Tiere in besonderen Lebensphasen zu unterstützen – mit Herz, Intuition und energetischen Methoden.

Heute fliesst all das, was ich durch mein Pferd lernen durfte, in meine Arbeit ein: die Geduld, das feine Hinhören, das Vertrauen in die Verbindung und die Gewissheit, dass wir nie allein sind auf diesem Weg.

Was mir wichtig ist: Dass du dich in meiner Begleitung sicher, verstanden und getragen fühlst. Dass du und dein Tier euch gesehen wisst. Und dass in aller Tiefe auch Leichtigkeit, Spass, Freude und Vertrauen Platz haben dürfen.

ÜBER MICH



"DIE LIEBE ZU UNSEREN TIERN ZEIGT UNS DEN WEG ZU UNS SELBST – SANFT, WAHRHAFTIG UND UNVERGÄNGLICH."

Mein Name ist Nathalie Stöcklin und Tiere sind seit meiner Kindheit meine treuen und liebevollen Begleiter. Mit den Tieren durfte ich tiefe Momente von Freude und Verbundenheit erleben.

Über 25 Jahre habe ich im Bereich Human Resources gearbeitet und bin eidg. dipl. Personalfachfrau.

Im Jahr 2013 habe ich KIANA Therapien im Nebenerwerb gegründet.

Ich habe die Ausbildungen zur Reikimeisterin, Akupressurtherapeutin und zur Tierkommunikatorin erfolgreich abgeschlossen. Die energetische Wirbelsäulenaufrichtung für Mensch & Tier haben mein Angebot perfekt ergänzt. Seit 2025 bin ich selbstständig im Haupterwerb.

Auch in Bezug auf Persönlichkeitsentwicklung und Coaching habe ich mich weitergebildet, viel an mir selbst gearbeitet und umgesetzt. Ich bringe somit fachlich wie persönlich viel an Wissen und Erfahrung mit, um dich optimal unterstützen zu können.

Ich bin überzeugt: Jedes Tier ist einzigartig. Und jede Verbindung zwischen Mensch und Tier ist ein Geschenk.

Von Herz zu Herz begleite ich dich – wenn du es dir wünschst – ein Stück deines Weges.

Alles Liebe ❤

Nathalie

In diesem Ratgeber wirst du ...



- ✓ erfahren, wie man mit einem älteren Tier gemeinsam in Spass, mit Freude und im Vertrauen den letzten gemeinsamen Lebensabschnitt gehen kann
- ✓ lernen, wie man im Alltag mit einfachen Übungen und Achtsamkeit wieder zu innerer Balance findet
- ✓ sehen, dass du nicht alleine bist mit deinen Sorgen und Ängsten und dass es auch Möglichkeiten gibt, sich Unterstützung zu holen

Meine Herzensempfehlung:

SO HOLST DU DAS MEISTE AUS DIESEM RATGEBER RAUS:

Damit dich dieser Ratgeber im Alltag wirklich unterstützt, hier ein paar liebevolle Impulse für die Anwendung:

In deinem Tempo lesen:

Du musst nicht alles auf einmal umsetzen. Lass dir Zeit und nimm dir das, was du gerade brauchst.

Notizen machen:

Halte deine Gedanken, Gefühle oder Aha-Momente in einem kleinen Notizbuch fest.

Wiederholen:

Manche Übungen entfalten ihre Wirkung erst durch regelmässige Wiederholung – erlaube dir, sie öfter zu praktizieren.

Kurze Pausen einbauen:

Lies nicht nur, sondern halte zwischendurch inne, atme tief durch und spüre, was gerade in dir vorgeht.

Mit deinem Tier teilen:

Vieles in diesem Ratgeber lädt dazu ein, direkt gemeinsam mit deinem Tier ausprobiert zu werden – beobachte, was euch beiden guttut.

Extratipp:

Liebevoller Gedanke: Erlaube dir, sanft und geduldig mit dir selbst zu sein. Jeder kleine Schritt, den du gehst, ist wertvoll und bringt euch beiden mehr Nähe, Vertrauen und Leichtigkeit.

„Ich öffne mich für die Impulse, die uns jetzt am meisten dienen – Schritt für Schritt in Liebe und Achtsamkeit.“

WAS DIR DIESES HERZENSBUCH BRINGT

01
JETZT

02
ZIEL



Jetzt stehst du hier – vielleicht mit vielen Fragen, Sorgen oder dem Wunsch nach mehr Leichtigkeit im Alltag mit deinem Tier. Dieser Ratgeber nimmt dich liebevoll an die Hand. Seite für Seite findest du Anregungen, Übungen und Impulse, die dich auf deinem Weg begleiten.

Am Ende dieses Herzensbuchs wirst du spüren: mehr innere Ruhe, Klarheit in schwierigen Momenten, Freude in den kleinen Augenblicken und das Vertrauen, dass du und dein Tier genau so richtig seid. ❤

„Ich gehe meinen Weg in Liebe und Achtsamkeit – für mich und mein Tier.“

Viel Freude!

Bevor wir loslegen...

BEANTWORTE DIESE FRAGEN VOR DEM LESEN DES HERZENSBUCHS

Welche Sorgen und Ängste hast du im Alltag und was lässt dich nachts nicht schlafen?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Wobei fühlst du dich alleine, hilflos und vielleicht auch überfordert?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

**Diese Fragen resp. Antworten sind wichtig, um am Schluss des Ratgebers zu prüfen,
was sich ändern durfte in deinem Denken, in deinem Handeln, in deiner Wahrnehmung.**

INHALTSVERZEICHNIS

Hier eine Kurzübersicht, welche Kapitel dich in diesem Herzensbuch erwarten und welche Inhalte dich begleiten werden

1

Wenn dein Tier älter wird

2

Und wie geht es dir, wenn du ganz ehrlich mit dir bist?

3

Energetische Verbindung

4

Rituale und Mini-Auszeiten für dich & dein Tier

5

Zurück zur Leichtigkeit

6

Dein Umfeld und seine Stimmen

7

Unterstützung annehmen und im Vertrauen bleiben

8

Wenn der Abschied näher rückt - und der Weg über die Regenbogenbrücke bevorsteht

9

Meine persönliche Checkliste für dich & dein Tier

10

Wie geht es nun weiter?

WENN DEIN TIER WIRD ÄLTER WIRD

Wenn Tiere altern, geschieht das oft leise. Keine plötzlichen Umbrüche – eher ein allmähliches Verlangsamen, ein feiner Wandel im Ausdruck, in der Haltung, im Wesen. Vielleicht schläft dein Tier mehr. Vielleicht zieht es sich öfter zurück. Vielleicht sucht es gleichzeitig mehr Nähe – aber auf santere, stillere Weise.

Der Körper wird sensibler, die Gelenke steifer, das Gehör oder die Sehkraft lassen nach. Doch auch seelisch verändert sich vieles: Alte Tiere werden häufig weicher, ruhiger, tiefgründiger. Sie tragen eine besondere Würde in sich – und eine Weisheit, die wir oft erst im Innehalten wahrnehmen.

Gerade jetzt braucht dein Tier vor allem eines: deine Präsenz. Nicht dein Aktionismus, sondern deine liebevolle Aufmerksamkeit, deine Ruhe und deine positive Ausstrahlung. Es braucht klare Rhythmen, Ruhezeiten, achtsame Übergänge.

Typische Signale, dass dein Tier Unterstützung braucht, sind:

- verändertes Schlafverhalten
- weniger Appetit oder ein anderes Fressverhalten
- Unruhe oder vermehrtes Zurückziehen
- gesteigertes Nähebedürfnis
- veränderte Bewegungsmuster

Du musst nicht alles sofort "lösen". Oft reicht es, bewusst hinzusehen, da zu sein – und dein Tier spüren zu lassen: Ich sehe dich. Ich bin bei dir. Alles ist gut.

Manchmal ist das älter werdende Tier auch ein Spiegel. Es lädt dich ein, deinen eigenen Rhythmus zu verlangsamen, präsenter zu werden – und gemeinsam eine neue Form von Nähe zu leben.

„ICH SCHENKE MEINEM TIER LIEBE UND VERSTÄNDNIS – JEDEN TAG AUFS NEUE.“



UND WIE WIE GEHT ES DIR? WENN DU GANZ EHRLICH MIT DIR BIST?

Während dein Tier vielleicht zunehmend Ruhe findet oder langsamer wird,trägst du innerlich oft das Gegenteil: Gedanken, Sorgen, Anspannung. Als TierhalterIn fühlst du dich vielleicht manchmal ohnmächtig, schuldig oder zerrissen. Du willst helfen, alles richtig machen – und fragst dich gleichzeitig, ob du überhaupt genug tust. Oder vielleicht zu viel.

Diese stille Belastung ist oft unsichtbar. Denn du funktionierst. Du kümmert dich. Und manchmal vergisst du dabei dich selbst.

Du darfst müde sein. Du darfst zweifeln. Du darfst weinen. Und du darfst dich auch mal zurückziehen. Achtsamkeit beginnt nicht bei deinem Tier – sondern bei dir.

Ein kleines Ritual für dich:

Nimm dir jeden Tag fünf Minuten. Atme bewusst. Lege eine Hand auf dein Herz, die andere auf deinen Bauch. Und stelle dir innerlich diese drei Fragen:

- 1. Wie geht es mir gerade – wirklich?**
- 2. Was brauche ich heute?**
- 3. Was darf ich mir selbst erlauben?**

Halte einen Moment inne. Vielleicht kommt eine Antwort. Vielleicht nur ein Gefühl.

Beides ist gut.

Wenn du magst, schreibe es auf. Oder sprich es laut aus. Gib dir selbst den Raum, den du deinem Tier mit so viel Hingabe gibst.

Denn nur wenn du in dir selbst verwurzelt bist, kannst du für dein Tier der liebevolle Anker sein, den es jetzt braucht.

„ICH ACHTE AUF MICH, SO WIE ICH AUF MEIN TIER ACHTE.“

99

ENERGETISCHE VERBINDUNG

Manchmal genügt ein Blick, ein Atemzug – und du weisst, dass dein Tier etwas spürt. Vielleicht noch bevor du selbst ganz bewusst wahrnimmst, was gerade in dir vorgeht. Tiere sind feinfühlige Wesen. Sie lesen unsere Stimmung, nehmen Energien wahr – und reagieren oft viel schneller auf energetische Veränderungen als wir.

Diese Verbindung zwischen dir und deinem Tier ist kein Zufall. Ihr seid auf einer tieferen Ebene miteinander verbunden – seelisch, emotional, energetisch. Besonders bei älteren oder chronisch kranken Tieren kann diese Verbindung noch intensiver werden. Dein Tier orientiert sich an dir. Es fühlt mit. Es begleitet dich – manchmal sogar über seine eigenen Grenzen hinaus.

Kleine Übung: "Herzverbindung aktivieren"

Setz dich in Ruhe zu deinem Tier (oder stelle es dir vor, wenn es nicht bei dir ist). Atme ein paar Mal tief durch. Dann lege deine Hand auf dein Herz.

Stell dir vor, wie aus deinem Herzen ein sanftes, warmes Licht zum Herzen deines Tieres strömt. Ganz still. Ganz liebevoll. Spüre die Verbindung zwischen euch. Ohne Worte. Nur Energie.

Bleib so lange in dieser Verbindung, wie es sich stimmig anfühlt. Vielleicht kommt ein innerer Satz, ein Bild, eine Emotion. Lass es einfach da sein.

Diese Übung kannst du immer wieder machen – als stille Geste der Nähe, wenn Worte nicht reichen oder du dich machtlos fühlst.

Dein Tier spürt dich. Und es stärkt auch dich, wenn du dich öffnest.

Es ist ein Geben und Empfangen – ein starkes Band, das nicht erklärt werden muss, sondern gefühlt werden darf.



„**DIE VERBINDUNG ZU MEINEM TIER IST EINZIGARTIG UND VOLLER VERTRAUEN.**“

99

RITUALE & MINI-AUSZEITEN FÜR DICH & DEIN TIER

Der Alltag mit einem älteren oder kranken Tier verlangt oft viel – emotional, organisatorisch, körperlich. Umso wichtiger ist es, kleine Inseln der Nähe und Freude zu schaffen. Rituale helfen euch beiden, euch sicher und verbunden zu fühlen. Sie bringen Struktur, Beruhigung und Leichtigkeit zurück in euer gemeinsames Feld.

Vorschläge für Mini-Auszeiten:

- **Der Morgenmoment:** Setz dich nach dem Aufstehen für fünf Minuten zu deinem Tier. Kein Handy, keine Gedanken an den Tag. Nur du und dein Tier. Vielleicht eine Streicheleinheit, ein ruhiger Blick, ein langsames Atmen im Einklang.
- **Naturzeit:** Auch ein kurzer Spaziergang oder das stille Sitzen auf dem Balkon oder im Stall neben deinem Pferd kann ein Ritual werden. Beobachtet gemeinsam. **Bewusst. Lauscht. Spürt.**
- **Berührungsritual:** Eine sanfte Massage, liebevolles Bürsten oder einfach die Hände auf dem Tier ruhen lassen – ohne Absicht, nur mit Herz. Nehme mal bewusst jeden Körperteil deines Tieres wahr. Wo ist es warm, wo kühl, wo fühlt es sich anders an?
- **Meditieren:** Höre dir zusammen mit deinem Tier eine Meditation an. Tiere reagieren ebenfalls darauf und fangen an zu entspannen.
Ich hörte einmal neben meinem Pferd eine Meditation. Plötzlich war ihr Kopf ganz tief unten, die Augen geschlossen und sie fing an zu schnarchen. Sie war tiefenentspannt. Mir war zuvor nicht bewusst, dass Tiere eine Meditation auf diese Weise annehmen.

„IN KLEINEN MOMENTEN LIEGT DAS GROSSE GLÜCK.“

99

Routinen sind sehr nützlich, weil sie Struktur in deinen Alltag bringen, deinen Geist entlasten und Energie sparen, indem sie Entscheidungen automatisieren. Sie fördern die psychische und physische Gesundheit, reduzieren Stress, schaffen ein Gefühl von Sicherheit und Klarheit. Sie ermöglichen dir, mentale Ressourcen für wichtigere Aufgaben und Kreativität freizusetzen.

In der Langsamkeit entsteht Tiefe. Und in der Wiederholung entsteht Sicherheit. Für dein Tier – und für dich.

Eine einfache Tagesstruktur:

Du musst nicht alles planen oder perfekt gestalten. So wie es machbar ist und stressfrei ist. Aber kleine, wiederkehrende Punkte im Tagesablauf helfen euch beiden:

- Morgens: 5 Minuten bewusste Verbindung (z. B. durch Stille, die Herzverbindungsübung oder eine Meditation)
- Mittags: kleine Freude (z. B. ein gemeinsames Spiel)
- Abends: Dankbarkeitsmoment – wofür warst du heute deinem Tier besonders dankbar? Schreibe dies auch gerne in ein schönes Buch

Diese Momente nähren euch beide. Nicht weil sie gross sind, sondern weil sie wahrhaftig sind.

Zusatzidee: „Fototagebuch“

Fotografiere eine Woche lang jeden Tag einen Moment mit deinem Tier, der dich berührt. Du kannst auch lustige Selfies gemeinsam mit deinem Tier aufnehmen. Klebe oder speichere die Bilder bewusst und schreibe einen kleinen Satz dazu. Nach einer Woche spürst du noch intensiver: Wir haben so viel Schönes.

„ICH BLEIBE BEI MIR UND SCHENKE UNS BEIDEN VERTRAUEN.“

99

ZURÜCK ZUR LEICHTIGKEIT

Wenn dein Tier krank ist oder altert, scheint Leichtigkeit oft unpassend. Wie kannst du lachen, wenn dein Herz schwer ist? Wie kannst du unbeschwert sein, wenn du ständig mit Sorge beobachtest?

Und doch ist gerade jetzt Leichtigkeit nicht nur erlaubt – sie ist heilsam.

Leichtigkeit bedeutet nicht, dass alles "gut" ist. Es bedeutet, den Moment zu umarmen, wie er ist. Es bedeutet, zwischendurch zu atmen, zu schmunzeln, herhaft zu lachen, zu spielen – und zu merken: Wir sind noch da. Zusammen.

Kleine Freuden im Alltag:

- Beobachte dein Tier beim Schlafen – und lächle über das zuckende Pfötchen, das Schnarchen oder das Schnauben deines Pferdes.
- Wenn du gerne kreativ bist, bastle eine schöne Collage mit Fotos von dir und deinem Tier, von schönen gemeinsamen Momenten.
- Gönne auch dir eine Auszeit nur für dich.
- Bereite dir gesunde Mahlzeiten zu.

Du darfst dir auch Zeit für dich nehmen. Wann hast du dir selbst eine Massage gegönnt oder ein Nachtessen mit einer guten Freundin? Für dein Tier gibst du alles - ohne zu hinterfragen was es kostet, wieviel Zeit oder Aufwand es ist. Aber für dich selbst reicht es nicht, dabei ist genau das wichtig.

Leichtigkeit ist eine Entscheidung:

Nicht immer. Aber immer wieder. Sie darf klein beginnen. Ein Lächeln. Ein Sonnenstrahl. Eine dankbare Erinnerung. Und manchmal ist es dein Tier, das dich daran erinnert: Vergiss das Leben nicht.

Du darfst lachen. Du darfst fühlen. Und du darfst Leichtigkeit einladen – als leise Freundin, nicht als Pflicht.

„ICH ERLAUBE MIR, GEMEINSAM MIT MEINEM TIER ZU LACHEN UND
UNBESCHWERT ZU SEIN.“

DEIN UMFELD UND SEINE STIMMEN

Es gibt Momente, in denen nicht nur dein Tier und du im Mittelpunkt stehen, sondern auch die Stimmen von aussen. Vielleicht kennst du Sätze wie:

- „Das Tier kostet doch nur – warum tust du dir das an?“
- „Erlöse es doch endlich, das ist doch kein Leben mehr.“
- „Hol dir ein neues, junges Tier – davon hast du mehr.“

Oft sind diese Aussagen gut gemeint, manchmal aber auch schlicht unbedacht oder verletzend. Sie können dich verunsichern, dich zweifeln lassen oder dir das Gefühl geben, dich rechtfertigen zu müssen.

Doch die Wahrheit ist: Nur du spürst, was richtig ist für dein Tier und dich. Du bist in Verbindung mit deinem Gefährten, du siehst seine Augen, fühlst seine Freude, seine Müdigkeit oder seinen Lebenswillen. Kein Aussenstehender kann das in derselben Tiefe wahrnehmen.

Erlaube dir, Ratschläge aus deinem Umfeld zu hören – aber nicht über dein Herz zu stellen. Du darfst filtern. Du darfst freundlich nicken, ohne etwas davon anzunehmen. Du darfst klar sagen: „Danke, wir gehen unseren eigenen Weg.“

Je älter dein Tier wird, desto mehr ist Vertrauen gefragt: Vertrauen in dich, in eure Bindung, in dein Gespür. Lass dich nicht aus der Ruhe bringen, wenn andere es besser wissen wollen. Deine innere Stimme ist dein bester Kompass.

Übung: „Mein innerer Anker“

Wenn dich ein Satz von aussen getroffen hat, lege eine Hand auf dein Herz, atme tief und sage dir innerlich: „Ich weiss, was für uns stimmt. Meine Liebe führt uns.“

Wiederhole diesen Satz, bis Ruhe einkehrt.

„ICH VERTRAUE MEINEM HERZEN UND LASSE MICH NICHT VON ÄUSSEREN
STIMMEN VERUNSICHERN.“



UNTERSTÜTZUNG ANNEHMEN & IM VERTRAUEN BLEIBEN

Es ist ein Geschenk, wenn du erkennst: du musst diesen Weg nicht alleine gehen. Unterstützung darf viele Formen haben – ob im Austausch mit Gleichgesinnten in deinem Umfeld, in Gruppen, oder durch die fachliche Begleitung von einem Coach, Therapeuten oder auch von mir.

Manchmal reicht schon ein offenes Gespräch, um die eigenen Gedanken zu sortieren und neue Perspektiven zu finden.

Konzentriere dich dabei bewusst auf das Positive – auf die schönen Momente, die Dankbarkeit und die Nähe, die dir dein Tier täglich schenkt.

Ein Austausch mit Menschen, die in der gleichen Situation sind oder schon einmal waren, kann dir sehr helfen. Neue Ansätze, neue Sichtweisen, neue Methoden oder auch Optimierungen im Alltag.

Es ist auch sinnvoll, sich helfen zu lassen in der Betreuung des Tieres. Je nach Zustand des Tieres braucht es dauerhafte Betreuung, eine Medikamentengabe oder Fütterung zu festgelegten Zeiten - das ist alleine kaum machbar auf Dauer. Du darfst dir Unterstützung holen. Du darfst fragen. Es zulassen.

Wenn du achtsam bleibst und Vertrauen in den gemeinsamen Weg entwickelst, wird dich diese Haltung stärken und dir Sicherheit geben – gerade in herausfordernden Zeiten.

„ICH DARF UNTERSTÜTZUNG ANNEHMEN – UND IM VERTRAUEN MEINEN WEG MIT MEINEM TIER GEHEN.“

99

WENN DER ABSCHIED NÄHER RÜCKT - UND DER WEG ÜBER DIE REGENBOGENBRÜCKE BEVORSTEHT

Der Gedanke, dein Tier eines Tages gehen lassen zu müssen, tut weh – selbst wenn du ihn nur flüchtig zulässt. Und doch ist es ein Teil eures Weges. Kein leichtes Kapitel, aber ein kostbares.

Tiere kündigen ihren Abschied oft sanft an: Sie werden stiller, ziehen sich zurück, schlafen mehr. Manchmal verlieren sie den Appetit oder verändern ihr Verhalten. Es ist, als würden sie sich langsam aus dem Leben hinausatmen – Schritt für Schritt, still und würdevoll.

Gerade jetzt braucht dein Tier vor allem eines: deine ruhige, liebevolle Präsenz. Sich sorgen und trauern ist richtig und wichtig, aber es sollte nicht Überhand nehmen. Sich nur noch auf den Tag X fokussieren und dabei die Freude und den Spass im Hier und Jetzt verlieren. Dein Tier braucht dein Dasein. Dein Vertrauen. Deine Begleitung im Tempo deines Tieres.

Übung: „Mein Dankbarkeitsbrief“

Schreibe einen Brief an dein Tier, in dem du ihm für eure gemeinsame Zeit dankst. Halte alles fest was ihr zusammen erlebt habt, vom ersten Tag bis heute. Erinnere dich vor allem an die lustigen Momente, die dir sofort ein Lächeln ins Gesicht zaubern. Innige Momente, die dein Herz aufgehen lassen.

Du musst ihn nicht laut vorlesen – aber dein Tier wird die Energie spüren. Wenn dein Tier irgendwann mal nicht mehr auf Erden ist, kannst du diesen Brief auch jederzeit lesen und dich an die schönen, gemeinsamen Momente erinnern. Dein Tier wird dich immer begleiten und für immer in deinem Herzen sein.

99

**„ICH HALTE UNSER BAND IN LIEBE – ÜBER DIE ZEIT HINAUS, DIE UNS HIER
GESCHENKT IST.“**

Es ist wichtig, dass man sich rechtzeitig Gedanken macht, wie der Abschied gestaltet werden soll. Wenn das Tier nicht von selbst einschläft, sollte man sich vorab schon damit befassen und allenfalls auch bereits mit seinem Tierarzt gewisse Punkte besprechen:

- **Wo und wie soll es erlöst werden?**
- **Wenn man sich für eine Kremation entscheidet, will man eine Urne für zuhause? Die Asche vergraben oder verstreuen? (auch vorab abklären, was erlaubt ist)**
- **Hat dein Tierarzt eine 7/24h Erreichbarkeit oder gibt es jeweils eine Stellvertretung?**
- **Bei Pferden, die in einer Pension stehen: Hier empfehle ich, vorab mit dem Stallbesitzer zu klären, wo das Tier erlöst werden darf (sofern es sich noch fortbewegen kann) und wer sich um den Abtransport kümmern wird.**

Gerade in solch schwierigen Momenten mag man sich nicht mehr kümmern und nach Kontakten und Informationen suchen. Manchmal muss es auch sehr schnell gehen, da hat man keine Nerven, klare Gedanken zu fassen. Oft auch keine Zeit mehr, denn man muss nur noch reagieren und rasch handeln.

Abschiedsrituale & Begleitung

- **Sprich mit deinem Tier – sag ihm wie sehr du es liebst und wie sehr du dankbar bist für eure gemeinsame Zeit. Es fühlt dich.**
- **Zünde abends eine Kerze an – für euer Vertrauen, euren Weg, eure Liebe.**
- **Schaffe einen geschützten Raum, in dem dein Tier sich wohlfühlt: weich, ruhig, warm.**
- **Halte Momente fest – nicht mit der Kamera, sondern mit deinem Herzen.**



„IM LOSLASSEN FINDE ICH FRIEDEN, IM ERINNERN BLEIBT DIE LIEBE.“

Wenn der Tag X kommt ...

Du darfst weinen. Du darfst zweifeln. Du darfst wütend oder erleichtert sein. Alles ist erlaubt. Und du darfst dir Unterstützung holen – seelisch, spirituell, energetisch. Vielleicht möchtest du eine Abschiedszeremonie gestalten. Vielleicht brauchst du einfach nur jemanden, der da ist. Ich begleite dich gern – vor, während oder nach diesem Übergang.

Es tut weh sich damit zu befassen, aber es ist wichtig. Es gibt Sicherheit und hilft, wenn es soweit ist und man kann sich in diesem Moment dem Abschied nehmen widmen.

Ich persönlich finde es selbstverständlich, dass man sein Tier bis zum letzten Atemzug begleitet, auch wenn es schwer ist und es einem zerreisst. Man ist es seinem Tier schuldig, es in Würde bis über die Regenbogenbrücke zu begleiten.

Überlege dir, bevor dein Tier über die Regenbogenbrücke gegangen ist, ob du dir vielleicht ein wenig Fell, Mähne oder Schweif nehmen möchtest. Davon kannst du schöne Erinnerungsstücke gestalten lassen, wie auch mit der Asche des Tieres. Das ist sehr individuell, aber lohnt sich vorab zu bedenken, da man diesen Moment nicht mehr nachholen kann.

**Sei dir aber sicher - dein Tier wird für immer in
deinem Herzen sein. Es begleitet und führt dich.
Du wirst es fühlen.**



“

„LIEBE BLEIBT – AUCH ÜBER DIE REGENBOGENBRÜCKE HINAUS.“

MEINE PERSÖNLICHE CHECKLISTE FÜR DICH & DEIN TIER

Hier eine praktische Übersicht, die du dir ausdrucken kannst – als kleine Sicherheit im Alltag mit deinem Tier:



Notfallnummern speichern: Tierarzt, Tierklinik, Tierambulanz, Notfall-Tierpension, Hufschmied.



Notfall-Set bereithalten: Medikamente, Impfpass, Lieblingsdecke, vertraute Dinge.



Dokumente geordnet und griffbereit halten: Impfpass, Versicherung, wichtige Befunde an einem leicht zugänglichen Ort.



Eigene Ruhe-Routinen: 1–2 kleine Rituale notieren, die dir in stressigen Momenten Stabilität geben.



Betreuungsliste für andere Personen: Kontakte, Abläufe, Fütterung, Medikamente, Rituale – so detailliert wie möglich.



Urlaubs-Vorsorge: Wünsche und Entscheidungen aufschreiben, Vollmacht für Betreuungspersonen bereitlegen.



„Was wäre wenn...“: Wer übernimmt dein Tier, falls dir etwas zustösst? Wünsche klar festhalten.

Lege diese Checkliste ausgedruckt in deine Tiermappe oder hänge sie an einen gut sichtbaren Ort. So bist du jederzeit vorbereitet.

„**ICH BIN VORBEREITET UND
SCHENKE UNS BEIDEN
GEBORGENHEIT DURCH KLARHEIT.**“

“



WIE GEHT ES NUN WEITER?

Reflexionsfragen:

Schau dir nochmals deine Antworten auf Seite 9 an.

- Was hat sich verändert?
- Wo fühlst du dich sicherer?
- Bist du ruhiger geworden und spürst mehr innere Balance?
- Hat sich das Verhalten deines Tieres verändert?
- Hat sich eure Beziehung und eure Verbindung noch mehr vertieft?

Unterstützung:

Du hast immer noch Fragezeichen, fühlst dich unsicher und weisst nicht, wie mit der Situation umgehen?

- Wo stehst du gerade mit deinem Tier?
- Was belastet dich im Alltag?
- Jemand der dir zuhört. Der genau weiss, wie du dich fühlst. Was du durchmachst. Was dich beschäftigt.
- Was darf sich für euch beide leichter anfühlen?
- Möchtest du gerne mehr Klarheit?

Buche dir ein kostenloses Beratungsgespräch von 15 Minuten

Manchmal tut es gut, einfach das Herz auszuschütten – ohne Druck, ohne Verpflichtung.

In unserem kostenlosen 15-Minuten-Gespräch kannst du mir erzählen, wie es dir und deinem Tier gerade geht. Ich höre dir zu, beantworte deine Fragen und gebe dir erste Impulse, wie euer Alltag leichter und erfüllter werden kann.

Es ist ganz unverbindlich – einfach ein liebevolles Gespräch von Herz zu Herz.

Ich freue mich, dich und dein Tier kennenzulernen.

Alles Liebe ❤

Nathalie

A close-up photograph of a white cat with distinct orange tabby markings on its face and ears. The cat has bright green eyes and is looking slightly to the left. The background is a soft, out-of-focus blue.

“

„Jede gemeinsame Minute mit deinem Tier ist ein Geschenk.

Möge dieser Ratgeber dir Mut, Klarheit und liebevolle Impulse geben – damit du die Zeit mit deinem Herzensgefährten in Dankbarkeit und Freude erleben kannst.

Du bist nicht allein auf diesem Weg – und du gehst ihn mit Liebe.“



Danke

**Danke für deine Aufmerksamkeit, dein Interesse, deine Teilnahme,
und dein Vertrauen.**

**Ich freue mich sehr, wenn ich dich mit meinem Herzensbuch
unterstützen konnte und dir wieder mehr Freude, Klarheit, Sicherheit
und innere Balance im Alltag vermitteln konnte.**

**Eine Rückmeldung, wie dir mein Ratgeber geholfen hat, was du
mitnehmen konntest und welche Punkte besonderen Mehrwert
lieferten, ist für mich sehr wertvoll.**

Alles Liebe ❤

Nathalie



Bis bald, ich freue mich auf dich und dein Tier ❤

Nathalie

BLEIBEN WIR IN KONTAKT



[FACEBOOK ACCOUNT](#)



[INSTAGRAM ACCOUNT](#)



[LINKEDIN ACCOUNT](#)



[WEBSEITE UND BLOG](#)

Notizen

Notizen

Notizen

Notizen

Texte und Fotos: Nathalie Stöcklin

KIANA Therapien

Nathalie Stöcklin

info@kianatherapien.com

www.kianatherapien.com

Portraitfotos von Nathalie Stöcklin im Studio von:
Christine Schaflinger

URHEBERRECHTSINWEIS

©2025 Nathalie Stöcklin - Alle Rechte vorbehalten.

Die Inhalte dürfen nicht kopiert, verbreitet oder an Dritte weitergegeben werden.

HAFTUNGSHINWEIS

Dieser Ratgeber wie auch meine Angebote ersetzen
keinen Tier-/Arzt, ich stelle keine Diagnosen und mache
keine Heilversprechen.

Dieser Ratgeber soll eine Unterstützung im Alltag sein
und Impulse geben für einen achtsamen Umgang.
Für Schäden wird keine Haftung übernommen.



Verbindung

für Mensch

Tier



Ganzheitliche,
individuelle und
achtsame Begleitung