

Vom Tier zu Dir

Tierische Wegweiser für dein erfülltes Leben

Veronika S. Engelmann

© 2026 Veronika S. Engelmann
Illustration: Veronika S. Engelmann
Umschlaggestaltung: Veronika S. Engelmann

Druck und Vertrieb im Auftrag der Autorin/des Autors:
Buchschniede von Dataform Media GmbH
Julius-Raab-Straße 8
2203 GroÙbebersdorf
Österreich

www.buchschniede.at – Folge deinem Buchgefühl!
Kontaktadresse nach EU-Produktsicherheitsverordnung:
info@buchschniede.at

ISBN: 978-3-99181-839-7

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Die Inhalte dieses Werkes wurden mit größter Sorgfalt erstellt. Das Buch ist als Wegweiser und Inspirationsquelle für deine persönliche Weiterentwicklung gedacht. Bitte beachte jedoch, dass die Inhalte keine medizinische, psychologische oder therapeutische Beratung oder Empfehlung darstellen und die Anwendung der beschriebenen Inhalte und Reflexionsfragen auf eigene Verantwortung erfolgt. Autorin und Verlag übernehmen keine Haftung für etwaige Schäden, die aus der Anwendung der hier dargebotenen Informationen und Reflexionsfragen entstehen könnten. Die Lektüre dieses Buches ersetzt keine fachliche Beratung durch zertifizierte Experten und Fachpersonal. Bei psychischen Beschwerden oder Krisen sollte umgehend fachliche Hilfe in Anspruch genommen werden.

Gewidmet
dem L(i)eben,
meinen Lieblingsmenschen
und der Natur.

ÖFFNE DICH!

Der Weisheit der Tiere,

Dir selbst,

Deinem neuen L(i)eben.

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	8
GEBRAUCHSHINWEISE FÜR DIESES BUCH.....	10
1. ADLER.....	18
2. AMEISE.....	30
3. EICHHÖRNCHEN.....	37
4. ELEFANT	49
5. ENTE.....	58
6. ESEL.....	67
7. EULE	77
8. FALKE	84
9. FISCHOTTER	91
10. GANS.....	101
11. GIRAFFE.....	108
12. HUMMEL.....	114
13. HUND	125
14. KATZE	135
15. KRÄHEN - RABENVÖGEL.....	143
16. KUH.....	155
17. LÖWE	164
18. MURMELTIER.....	172
19. MUSCHEL	184

20.	PFERD.....	191
21.	PINGUIN.....	201
22.	SCHMETTERLING.....	210
23.	STEINBOCK.....	217
24.	WAL.....	226
25.	WOLF	233
	ZUM ABSCHIED: DER MENSCH.....	245

VORWORT

Unser wundervoller blauer Planet Erde ist wie eine große Wohngemeinschaft verschiedenster Lebewesen. Die ganze Schöpfung lebt hier in unterschiedlichen Lebensbereichen, alles ist miteinander vernetzt. Das Leben ist ein großes Ganzes, jedes Lebewesen hat seinen Platz, mit einzigartigen Fähigkeiten und Fertigkeiten, mit einzigartiger Bedeutung für das große Ganze. Teil dieses großen Ganzen sind neben den Tieren und anderen Lebewesen genauso wir Menschen. Auch wir Menschen sind „nur“ soziale Tiere, selbst dann, wenn sich der Mensch gerne als Krone der Schöpfung bezeichnet. Doch entscheide gerne selbst für dich, ob der Mensch im Umgang mit Mitmenschen, Natur und Umwelt wahrlich die Krone der Schöpfung ist. Sicherlich sitzen Kronen im Idealfall auf den Köpfen weiser Lebewesen, die an Weisheit, an persönlicher Entwicklung, an lebensdienlichem Miteinander und am Besten für das große Ganze interessiert sind.

Wie wäre es also, wenn wir für mehr Weisheit, für persönliche Entwicklung, für ein lebensdienliches Miteinander, für das große Ganze, voneinander lernen? Dazu lade ich dich ein, über den menschlichen Teller- rand hinaus ins Tierreich zu blicken. Tiere haben so wundervolle Eigenschaften, Fertigkeiten und Fähigkei-

ten, von denen du viel für dein eigenes Leben, für deine individuelle Reise auf deinem Fluss des Lebens, lernen kannst. Lass dich auf eine Reise durchs Tierreich zu für dich hilfreichen Ansätzen für persönliche Entwicklung, für Wachstum, für dein erfülltes Leben, einladen. Eine Reise, bei der ich dir von Herzen viel Freude, wundervolle Erkenntnisse und großartige Entwicklung wünsche. Dich bei dieser deiner Lebensreise mit dem vorliegenden Buch ein Stück weit begleiten zu dürfen ist mir eine große Ehre, ein großes Privileg, das ich sehr zu schätzen weiß. Darum sind die Inhalte dieses Buches völlig frei von KI mit größter menschlicher Sorgfalt, Erfahrungsschatz und Beobachtungsanalyse erstellt, Text und Reflexionsfragen ebenso wie die von mir handgefertigten Tierzeichnungen, die so bunt wie die Tierwelt und das Leben sind.

Und damit lade ich dich voll Freude ein: Starte deine persönliche Reise jetzt! Lerne von der Weisheit der Wildnis und mache so die Welt zu einem besseren, bunteren und noch lebenswerterem Ort. Starte beim Tier und komme mit neuen Erkenntnissen ganz zu Dir.

GEBRAUCHSHINWEISE FÜR DIESES BUCH

Für beinahe alles gibt es Gebrauchshinweise. Hinweise dazu, wie mit Gegenständen umzugehen ist, was es zu tun, was es zu lassen, was zu beachten gilt. Eine vollumfassende Sammlung aller wesentlichen Gebrauchshinweise für das Leben gibt es nicht. Doch das vorliegende Buch kann dir unterwegs auf deinem Lebensfluss hilfreiche Wegweiser für deine persönliche Entwicklung, für deine Lebensreise mitgeben. Damit du dir von diesem Buch möglichst viel für deine Lebensreise mitnehmen kannst, findest du nachfolgend Gebrauchshinweise für dieses Buch. Sie verhelfen dir zu bestmöglichem Nutzen dieses Buches.

Dieses Buch ist kein Schaukasten-Objekt

Hab beim Lesen unbedingt einen Stift bei dir. Wenn du dieses Buch liest, lade ich dich dringend ein, dir für dich wichtige Passagen, einzelne Wörter und Sätze, zu unterstreichen oder in der dir beliebigen Form zu markieren. Wenn dir danach ist, schreibe deine Gedanken bei für dich relevanten Passagen dazu. Gerne kannst du die Seitenzahl von Seiten mit für dich besonders wichtigen Inhalten einkreisen. So kannst du beim Durchblättern für dich Wichtiges besonders schnell wiederfinden. Al-

ternativ kannst du für dich besonders wichtige Seiten am Seiteneck einknicken und so für dich Relevantes markieren.

Anstreichen und Durchstreichen

Neben dem Anstreichen kann das Durchstreichen ebenso wichtig sein. Es ist also genauso willkommen, wenn du Dinge, die für dich nicht stimmig sind, einklammerst oder durchstreichst. Denn das Nein zu etwas ist genauso wichtig wie das Ja. Frage dich nur vorher genau, weshalb du Widerstand zu diesem Wort oder Satz fühlst und was sich hinter diesem Widerstand verbirgt – ist es ein klares Nein, weil etwas deinen Werten widerspricht oder ist in deinem Widerstand eigentlich eine große Lernchance verpackt, die nur darauf wartet, entdeckt zu werden. Wenn du bei der ein oder anderen Tiergeschichte also großen Widerstand spürst, einzelne Kapitel liest und dir sofort Gedanken kommen wie „nein, so ein Unsinn“ oder „auf mich trifft dieses oder jenes bestimmt nicht zu“: gut so! Denn, erstens ist es wunderbar und wichtig Dinge für dich selbst zu betrachten und auf Wahrheitsgehalt für dich zu überprüfen. Nicht alles, was du liest, siehst, hörst, sofort als absolut wahr anzunehmen, ist immens wichtig. Und zweitens darfst du, gerade dann, wenn du in absoluten Widerstand gehst, genauer hinsehen. Denn

gerade im größten Widerstand verstecken sich oft die größten Erkenntnisse. Es kann sein, dass großer Widerstand aus einem negativen, hinderlichen Glaubenssatz heraus entsteht. Oder, dass dich etwas ganz in deinem Kern berührt und du das (noch) nicht wahrhaben willst. Daher lade ich dich ein, bei großem Widerstand ganz genau hinzusehen, um daraus wertvolle Erkenntnisse für dein Leben zu gewinnen.

Lies das Buch mehrmals

In verschiedenen Lebensphasen werden für dich unterschiedliche Tierimpulse relevant sein. Mit neuen Erfahrungen im Lauf deines Lebens wirst du einzelne Passagen ganz anders lesen, manche Impulse anders wahrnehmen und noch tiefer verstehen. Impulse, die beim ersten Lesen sehr wichtig waren, können beim zweiten, dritten, vierten Lesen an Bedeutung verlieren. Und Impulse, die du beim ersten Lesen gleichsam überlesen hast, werden dir neu auffallen und an Bedeutung gewinnen. Du entwickelst dich weiter und das zeigt sich, indem manche Impulse an Gewicht verlieren und dafür andere an Bedeutung gewinnen.

Wähle auf deine aktuellen Bedürfnisse angepasste Tierbegleiter

In unterschiedlichen Lebenssituationen können verschiedene Tiere besondere Begleiter sein. Du brauchst Ermutigung, deine Träume zu leben? Erinnere dich an das Kapitel über die Hummel. Du sehnst dich nach Gelassenheit im Rampenlicht? Lerne von den Almkühen. Klarer Fokus ist, was dir fehlt? Orientiere dich an Falken. Du willst Neues lernen und weißt noch nicht wie? Lass dir vom Adler das Fliegen beibringen. Ich lade dich ein, zu reflektieren, was für dich fordernde Situationen sind und dir aus diesem Buch dazu die passenden Tierbegleiter auszuwählen. Dann kannst du dich in für dich schwierigen Situationen gedanklich an sie erinnern. Du kannst dir ihre Fähigkeiten, die du gern für die jeweilige Situation hättest, gedanklich vergegenwärtigen. Damit bist du gestärkt und kannst für dich fordernde Situationen mit neuer Kraft erfolgreicher meistern. Such dir also für deine aktuellen Lebenssituationen die passenden Tierbegleiter aus, die dir zur Seite stehen und dich stärken.

Tiersymbole als Erinnerungsanker

Wenn bestimmte Tierimpulse dich besonders ansprechen oder du dir bestimmte Fähigkeiten und Fertigkeiten eines Tieres für gewisse Lebenssituationen aneig-

nen möchtest, dann verinnerliche dir das gezeichnete Tierbild aus diesem Buch. Alternativ begib dich auf die Suche eines Bildes dieses Tieres, das dir besonders gut gefällt, und drucke es aus oder suche dir ein Symbol für dieses Tier, das dich im Alltag begleiten kann. Wähle etwa ein Bild, das für dich genau das ausstrahlt, was du von diesem Tier lernen möchtest. Bring das Bild dann an einem für dich gut sichtbaren Platz an. Vermerke, wenn du möchtest, zusätzlich auf der Vorder- oder/und Rückseite die Fähigkeit(en), die du dir vom jeweiligen Tier für dein Leben mitnimmst. Schau mehrmals täglich bewusst auf dieses Bild, in Gedanken ganz bei dem, was du vom jeweiligen Tier lernen wirst und integriere damit die jeweiligen Fertigkeiten. Sprich dabei zu dir selbst so, als hättest du diese Fähigkeit bereits in deinem Leben! Sprich mit Gegenwartssätzen zu dir, beispielsweise „ich bin stark wie ein Löwe“. Ein „ich wäre gern so stark wie ein Löwe“ oder „es wäre so schön, wenn ich doch nur so stark wie ein Löwe wäre“, etc. ist nicht sonderlich hilfreich, weil voll an Zweifeln. Mit der Gegenwartssprache holst du die Fähigkeiten sofort ins Hier und Jetzt und dein Geist, dein Unterbewusstes, glaubt dir, dass du diese Fähigkeiten hast. Somit wird es dir viel einfacher gelingen, diese persönlichen Eigenschaften und Fähigkeiten zu leben.

Die Qualität deiner Fragen bestimmt die Qualität deines Lebens

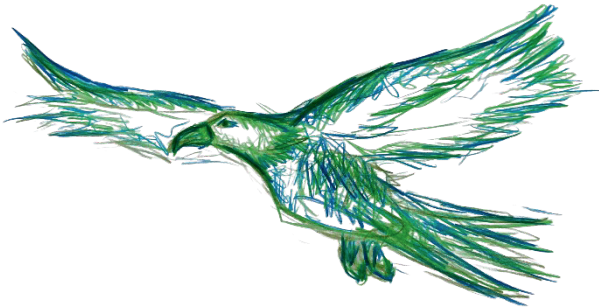
Das menschliche Gehirn ist so gebaut, dass es, unabhängig davon, welche Frage du dir stellst, immer eine Antwort auf genau die gestellte Frage findet. Stellst du dir die Frage, warum etwas nicht möglich ist, findet dein Gehirn die Antwort. Doch was viel wichtiger ist, das Gleiche gilt umgekehrt: Stellst du dir die Frage, wie du das Gewünschte möglich machen kannst, wird dein Gehirn darauf ebenso Antworten finden. Deshalb ist es so essenziell, welche Fragen du dir in deinem Leben, im Lauf eines Tages, stellst. Wenn du dich etwa fragst „warum bin ich so schlecht in XY“ oder „warum kann ich XY nicht“ wirst du immer eine Antwort finden, die dir bestätigt, dass du „schlecht“ bist und XY nicht kannst. Es ist daher viel, viel klüger, lebensdienlicher und entwicklungsfördernder, wenn du dir Fragen stellst, wie etwa „wie kann mir XY künftig noch besser gelingen“ oder „was kann ich heute tun, um mich in Bereich XY weiterzuentwickeln“. Damit wirst du Antworten finden, die dich tatsächlich weiterbringen und dir hilfreiche Antworten liefern. Daher findest du am Ende jedes Tierkapitels eine Reihe an hilfreichen Fragen, die du dir für dich selbst beantworten darfst. Diese Fragen laden dich in Bezug zum jeweiligen Tierkapitel ein, bestimmte Lebensbereiche, Situationen, Glaubenssätze, Erfahrungen, Fähigkeiten und vieles mehr zu hinterfragen und

zu reflektieren und damit zu wachsen. Die Fragen sind wohl bedacht und sorgsam ausgewählt, um dich zu Weiterentwicklung anzuregen und zu ermutigen. Daher geht die Einladung an dich, dir diese Fragen in Ruhe zu stellen und deine Antworten darauf zu finden und schriftlich festzuhalten.

Spielerische Gelassenheit für Freude am Spiel des Lebens

Ein roter Faden im Tierreich ist spielerische Gelassenheit. Fühl dich daher eingeladen, dieses Buch mit einer guten Portion Neugier, Leichtigkeit und Freude zu lesen. Nimm dir für dich wertvolle Tierimpulse aus dem Buch mit in dein Leben. Habe nicht nur Freude am Lesen, sondern vor allem Freude an dem Spiel, das sich Leben nennt.

1. ADLER



Breite deine Flügel aus und flieg

Funfact: Echte Adlerrufe klangen FilmemacherInnen zu wenig majestätisch, deshalb wurden Adlerrufe teils mit anderen Vogelstimmen „synchronisiert“

Größe: je nach Art 45 bis 100 Zentimeter, mit Flügelspannweiten bis zu 2,5 Metern

Gewicht: je nach Art 1 bis 10 Kilogramm

Anzahl: keine Schätzungen bekannt

Arten: zur Gattung der Adler gehören elf Arten

Lebensraum: Europa, Nordamerika, Asien, nördliche Länder Afrikas, Verbreitung in allen Klimazonen

Alter: je nach Art bis zu 20 Jahre

Ihre großen Schwingen weit ausgebreitet gleiten sie mit klarem, fokussiertem Blick elegant durch die Lüfte. Sie können ein enormes Flugtempo erreichen und sogar Saltos fliegen. Welches Tier gemeint ist? Es geht um die Könige der Lüfte, die Rede ist von Adlern. Mühelos nutzen sie die Thermik und schrauben sich höher und höher oder stoßen im Sturzflug auf ihre Beute hinab. Ihr Blick ist majestätisch und messerscharf. Tatsächlich können Adler ihre Beute auf eine Entfernung von mehreren Kilometern sehen und sind die zweitschnellsten Vögel der Welt. Im Sturzflug, wenn sie ihre Beute hoch oben in der Luft erspäht haben und sich auf sie herabstürzen, können Adler bis zu 320 Kilometer pro Stunde erreichen! Im horizontalen Flug erreichen sie bis zu 120 Kilometer pro Stunde. Das „gemütliche“ reguläre Flugtempo eines Adlers liegt bei etwa 50 Kilometer pro Stunde. Adler können in der Luft sogar einen Salto fliegen, damit sie so, wenn nötig, ihre Beute von unten ergreifen können. Beeindruckend, oder? Kein Wunder also, dass Adler unangefochten als die Könige der Lüfte gelten. Und genauso wenig verwunderlich, dass du von Adlern viel für dich selbst lernen kannst.

Erfahrungsschatz & Lebens-Wegweiser von Adlern:

Breite deine Flügel aus, sie tragen dich

Das Fliegen lernen ist für junge Adler neu. Sie wissen vorher nicht, dass ihre Schwingen sie tragen werden und dennoch beginnen sie zu fliegen. Die Jungadler breiten ihre Schwingen aus und erkennen genau in dem Moment: ihre Flügel tragen sie in der Luft, sie können fliegen! Zugegebenermaßen: Sie beginnen nicht damit, sofort in die höchsten Höhen zu steigen und Salto zu fliegen. Sie beginnen mit kleinen Flugübungen im und am Rand ihres Nestes. Sie fangen klein an und lernen dann stets dazu. Heißt also für dich: wenn du etwas Neues lernst, ist es ratsam, nicht sofort mit der höchsten Schwierigkeitsstufe anzufangen, sondern mit einfacheren Dingen. Gleichzeitig bedeutet das auch, von dir nicht sofort den Salto zu erwarten und dir so selbst Druck aufzubauen. Geh das Lernen von Neuem Schritt für Schritt an, hab Spaß daran und entwickle dich so beständig weiter! Und vor allem: Lerne dabei, dir selbst und deinen Fähigkeiten vollkommen zu vertrauen! Denn, bildlich gesprochen: auch deine Schwingen tragen dich.

Die Komfortzone macht flügelahm

Ausgewachsene Adler haben riesige Fluggebiete. Doch vom Nest bis zum großen Fluggebiet ist es ein weiter Weg. Für das Adlerjunge ist anfangs sein Nest alles, was es kennt. Das ist seine Komfortzone, da fühlt es sich wohl, wird gefüttert, hat alles, was es braucht. Und