



HOLZ-ELEMENT: FRÜHLING, TRIUMPH, HOFFNUNG & ERNEUERUNG

Wir schließen ein Kapitel ab und eröffnen ein Neues. Wir folgen unserer Bestimmung, werden wieder geschmeidig & gliedern uns ein in die natürlichen Rhythmen des Lebens.

MUDRA FLOW FÜR FRÜHLINGSGEFÜHLE



Die linden Däfte sind erwacht
Sie säuseln und weben Tag und
Nacht
Sie schaffen an allen Enden
O frischer Duft, o neuer Klang!

Nun, armes Herz, sei nicht bang,
Nun muss sich alles, alles wenden.

Die Welt wird schöner mit jedem
Tag
Man weiß nicht, was noch kommen
mag.

Das Blühen will nicht enden.
Es blüht das fernste, tiefste Tal;
Nun armes Herz, vergiss der Qual!
Nun muss sich alles, alles wenden.

Ludwig Uhland, 1813

Artikel zur Sequenz: www.embody-yoga.at/blog