



Natur.

STEH STILL UND BEOBACHTE.

NIMM WAHR: MIT ALL' DEINEN SINNEN.

Wohin lockt es dich? Folge.

WAS SIEHST DU? WAS HÖRST DU? WAS RIECHST DU?

WAS FÜHLST DU AUF, MIT DEINER HAUT.

WAS SCHMECKST DU?

Den Moment mit allen Sinnen
wahrnehmen.

EINE TÜR IN DIE TIEFE ÖFFNET SICH:

DU BIST DIE NATUR. ALLES IST EINS.

DEIN ATEM WIRD GELIFTET UND TRÄGT DICH.

BEATMET DICH AUF EINER TIEFEN, WEISEN EBENE.

Du Bist.

(Heike Müller-Kamlade)



Heike Müller
Physiotherapie & Osteopathie