

Winter



Winter



Energie van de winter: noord, lucht, zaad,
denken, ingevingen, innerlijke wijze.
IQ: je heldere wijsheid en nieuwsgierigheid



Wat gebeurt er als ik mezelf
toestemming geef om te rusten?



Ga met je rug tegen een boom zitten.

Laat je helemaal dragen door de aarde en steunen door de stam van de boom.

Door wie of wat wordt jij op dit moment in je leven gedragen, bemoedigd en gesteund? Kun je dit in je rug voelen? Op welke momenten helpt het voor jou om deze energetische steun, gedragenheid en bemoediging op te roepen in jezelf?