

TWIST OF MY LIFE

Mach dein Herz auf, lass deine Angst los - lass alles auf dich zukommen,
nimm deine Gefühle mit in die Welt.

Sehr oft in meinem Leben habe ich mich auf das verlassen, was mein Herz,
meine Intuition mir sagt.

Die Entscheidung, mich dem Yoga näher zu bringen und eine Yogalehrer -
Ausbildung zu beginnen, war eine dieser Herzensentscheidungen. Mein
Verstand alleine hätte mich niemals davon überzeugen können und somit
bin ich glücklicher

denn je, diese wunderebare, wertvolle Begegnung mit dem Yoga und mir
selbst erleben zu dürfen.

Für mich bedeutet es eine nie zuvor gekannte Intimität und Beziehung zu
meinem eigenen Körper und eine bezaubernde Sensibilität meinem und
allem Leben gegenüber.

Ich bin sehr dankbar über diese neue Verbindung, die ich zu meinem
Körper aufgebaut habe.

Mein Herzenswunsch ist es, diesen bereichernden Yogaprozess vielen
Menschen nahebringen zu können und somit meine Gefühle in die Welt zu
tragen.

Der Platz an dem ich Yoga praktiziere, ist für mich zu einem Ort meines
persönlichen Rückzugs geworden.

Hier bin ich mir meiner Gedanken und meiner Gefühle gewahr, hier ist
Raum für die Erkenntnis, meinen Geist, meine Seele und meinen Körper viel
zu oft vernachlässigt zu haben.

Hier öffne ich mich und höre in mich hinein, tauche ein in die innere Stille.

Mach dein Herz auf, lasse deine Angst los ...

Dieser Satz hat vor einiger Zeit meinen Lebensweg entschieden verändert
und meinen Yoga - Weg geebnet.

Hari Om Tat Sat
Scarlett /// Cosmic Om