

Fundgrube: Dies und jenes und auch anderes...

Die Tag- und Nachtgleiche – oder auch der Frühlingsanfang – ist eine sehr gute Gelegenheit, allen einen Gruß zu senden, möglichst schriftlich und in schöner Form.

Der Gruß wird nicht mit viel Werbung begleitet, sondern er soll lediglich Dich und Deinen Namen in guter Erinnerung pflegen.

Die Tag- und Nachtgleiche eignet sich besonders für alle Methoden, in denen Balance und Gleichgewicht eine besondere Rolle spielen. Das sind allerdings im Grunde alle Formen von Gesundheitspraxis.

Am besten geeignet sind natürlich Bilder von Wippen im Gleichgewicht, von schwingenden Schaukeln oder Mobiles und anderes, wo Harmonie nicht als Gefühl überladend wirkt, denn das ist zwar schön, aber es entspricht nicht dem Lebenserleben der Menschen.

Dür Textbausteine habe ich mit KI das ein oder andere gefunden und erweitert oder umformuliert. Anregungen sollen anregen, selber zu ergänzen, eigenes zu erfinden.

Gedichte - sind oft bekannt, schwingen zugleich fast immer.

„Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne ...“

(Aus „*Stufen*“ von Rilke); bei Hölderlin oder Goethe findet sich auch immer Stimmungsvolles. Im Web Frühlingsgedichte oder Tag- und Nachtgleiche – Gedichte eingeben und aufpassen, nicht zu lange hängen zu bleiben!

Sprüche - sollten nicht zu weise wirken, dann können Lesende Minderwertigkeitsgefühle bekommen.

*„Wenn Tag und Nacht sich die Waage halten,
erinnert uns die Welt daran,
dass aus dem Gleichgewicht neues Leben erwacht.“*

„Zwischen Dunkel und Licht liegt der Zauber des Neubeginns.“

„Wo Licht und Schatten sich berühren, lebt Neues auf“

„Wo Licht und Schatten sich berühren, lebt Neues auf“

Heute
halten sich
Tag und Nacht
die Hände.
Keiner drängt.
Keiner verliert.

Zwischen Winter und Sommer
Liegen diese Momente des Frühlings
In denen alles möglich wird

Ein neuer Anfang
braucht nicht laut zu sein.
Er wächst im Stillen –
dem Licht entgegen.

Möge dir der Frühling
das schenken,
was lange in dir
auf Licht gewartet hat.

„Licht gewinnt leise.“

Noch kalt ist die Erde.
Doch es keimt an tausend Orten
grünes Vertrauen.

Märzlicht im Fenster.
Ein neuer Gedanke streckt
sich in den Tag.

Balance von Himmel und erde
Balance von Nacht und tag
Balance in meinem Herzen
Selbst meine Zweifel lernen
heller zu leuchten.