

ÜBUNG: YIN UND DER YANG KÖRPERSEITEN

ERTASTE DIE YIN-SEITE DES TIERES UND VERGLEICHE MIT DER YANG-SEITE

Erkenne und ertaste die Yin-Körperseite:

Die Yin-Körperseite ist die untere und innere Körperregion. Der kleine Hund sonnt die Yin-Seite um Energie zu tanken. Beim Pferd ist die Yin-Seite beim Wälzen zu sehen.



Erkenne und ertaste die Yang Körperseite:

Die Yang-Seite wehrt, wie hier beim Wolf, Kälte, Wind und Regen ab. Die Yang-Seite schützt den Körper. Dementsprechend ist auch die Beschaffenheit des Fells.



Wie beschreibst du die unterschiedlichen Qualitäten von Fell und Gewebe?

Wie nimmt das Tier die Berührung der Yin-Seite im Vergleich zur Yang-Seite wahr?