

몸의 소리에 귀를 기울이라.

Our bodies communicate to us clearly and specifically, if we are willing to listen.

(Shakti Gawain)

우리의 육체는 우리가 들으려고 하기만 하면, 분명하고 명확하게 우리와 의사소통한다. (샹티 거웨인)

몸과 마음은 하나입니다. 우리의 육체는 숨 없이 우리에게 신호를 보냅니다. 우리가 귀를 기울이기만 한다면 육체가 우리에게 전달하고자 하는 소리를 들을 수 있습니다.

치유는 우리의 육체가 우리에게 하려고 하는 말에 귀를 기울일 때 일어납니다. 조용히 몸의 소리를 들어 보십시오.