

-17-

## Het Mos

Zorg voor een fijne plek.



**Voor je naar de volgende pagina gaat: Sta eerst stil bij dit beeld:**

1. *Wat zie je? Wat valt je het meeste op?*
2. *Wat spreekt je vooral aan?*
3. *Welke gedachten komen er in je op?*
4. *Welk gevoel geeft het je?*
5. *Voel je reacties in je lichaam?*
6. *Wat vertellen deze beelden en reacties je?*

**Lees de zin onder de naam van de plant of het dier een paar keer hardop.**

- *Wat vind jij van de zin in relatie tot je doel of wens?*
- *Spreekt het je aan?*
- *Welke emoties roept het op?*
- *Voel je weerstand?*
- *Hoe kan dit jou (toch) helpen?*

**Kernwoorden:**

De kernwoorden gaan over de symbolische betekenis en de eigenschappen van de planten en dieren.

- *Welke spreken je aan? Welke niet?*
- *Hoe kun je ze inzetten voor je doel of wens?*

**Kernwoorden Het Mos:** Houdt veel water vast, zacht verend, geen echte wortels. Gunstige leefruimte voor veel planten en dieren, ook onder ongunstige omstandigheden.

Groeit vrijwel overal en is altijd actief.

**Vragen:**

Kies één of meer vragen en beantwoord ze in relatie tot je doel of wens. Het is niet nodig om alle vragen (direct) te beantwoorden, ze zijn een leidraad. Kies wat past! Bij elke vraag kun je afhankelijk van het antwoord, weer een vervolgvraag stellen.

**Vragen bij Het Mos:**

- *Wat is voor jou een gunstige leefruimte? Hoe zorg je daarvoor?*
- *Wat doe je als het je eens tegenzit?*
- *Hoe flexibel ben jij?*
- *Hoe zorg jij voor voldoende rust? Mag je rustig aan doen van jezelf?*
- *Hoe houd je je doel of wens vast?*