



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 De Zonnebloem: De bloem draait naar het zonlicht, bijzonder en geometrisch zadenpatroon, eetbare zaden, levenslust, bewondering, toewijding, zon en warmte. Positiviteit en vreugde. Hoge, stevige, stralende bloem.

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 De Zonnebloem:

- *Waar ga jij van stralen?*
- *Hoe zorg je dat je bij tegenslag je positiviteit behoudt?*
- *Als jij je richt op de positieve dingen rondom je doel of wens: welke zijn dat dan?*
- *Waarin onderscheid jij je van anderen?*
- *Wie of wat bewonder jij? Hoe kan je dat inzetten bij je doel of wens?*