



**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 Kikker:** Vrede, genezing, plezier, evolutie, transformatie, diepe gevoelens, diepgaande verandering, zwemt in het water en springt op het land.

**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 Kikker:**

- *Welke transformatie of verandering bereik je met je doel of wens?*
- *Hoe neem je pauzes als je werkt aan je doel of wens?*
- *Welke sprong ga jij wagen?*
- *Wat is er voor jou vooral nodig om van 'kikkervisje' 'kikker' te worden?*
- *Neem eens een duik in je gevoelsleven, wat is het sterkste gevoel dat naar boven komt? Hoe ga je dat inzetten voor je doel of wens?*