



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 Vingerhoedskruid: Bescherming, magie en sprookjes, de bloemen lijken elfen- of kabouter mutsjes, grilligheid, giftig, maar ook geneeskrachtig, tweejarige bosplant, eerste jaar alleen de bladeren, tweede jaar de bloei.

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 Vingerhoedskruid:

- *Is er bij jou iets dat in grote hoeveelheden 'giftig' voor je is, maar in kleine hoeveelheden helend?*
- *Hoe zorg jij voor magie in je leven?*
- *Welke (kleine) 'helpers' heb jij allemaal?*
- *Wat gaat jou aan het hart? Kun je dat inzetten voor je doel of wens?*
- *Ben jij in het eerste (bladeren) of tweede jaar (bloei) op weg naar je doel of wens? Hoe is dat voor jou?*