



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 Vis: Als een vis in het water voelen, harmonie, vrede, aanpassen, balans tussen emotie en denken, vrij van beperkingen, leeft in de diepte (= het onbewuste).

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 Vis:

- *Wanneer voel jij je als een vis in het water? Kun je dat inzetten voor je doel of wens?*
- *Welke beperkingen ervaar je? En hoe ga je daar mee om?*
- *Aan wat moet jij je aan aanpassen op weg naar het verwezenlijken van je doel of wens?*
- *Als je stilstaat bij wat er in je onbewuste speelt, wat komt er dan op?*
- *Hoe geef je ruimte aan emoties en aan je denken rondom je doel of wens?*