

-19-

De Krab

Volg je natuurlijke ritme.



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 Krab: Afwisselend land en water, zijwaartse loop, zelf zorgen voor bescherming, scharen en een schild. Navigeert op de zon, (goede) ogen op steeltjes. Zijn leven wordt beïnvloed door de maan en eb en vloed.

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 Krab:

- *Hoe bescherm jij jezelf en wanneer?*
- *Op welk zintuig navigeer jij vooral op weg naar je doel of wens? (Luisteren, kijken, voelen,...)*
- *Jezelf laten zien is kwetsbaar. Wat heb je er voor nodig om het te doen?*
- *Welke golfbeweging is in jouw leven belangrijk?*
- *Als je zijwaarts loopt, kun je vooruit blijven kijken: hoe blijf jij je focussen op je doel of wens?*