

# Comment organiser notre promenade en forêt – 2 approches

## 1 – dialogue conscient en forêt

### Vos connaissances préalables

Vous connaissez la forêt que ce soit par vos visites en forêts, votre travail ou autre.

### Votre attitude

Vous êtes prêt (e) à vous détacher de votre environnement habituel et de vos schémas de pensée.

### Nos métaphores

Utilisant des images de la forêt, je fais le lien avec votre préoccupation et je vous les explique dans la langue de la forêt.

### Votre résonance

Vous percevez votre préoccupation d'un autre point de vue et vous sentez comment les deux aspects se rejoignent d'une manière ou d'une autre. Vous ressentez des impulsions.

### Votre réflexion

Vous percevez des nouvelles connaissances de vous-même et sur votre action dans votre entourage.

### Votre résonance

Vous percevez la forêt de manière ouverte, détendue et attentive. Certains images de la forêt vous attirent inconsciemment. Cela déclenche quelque chose en vous.

### Votre réflexion

Vous associez votre impulsion aux images de la forêt et à vos préoccupations. Vous veuillez y tirer une inspiration / expérience d'étonnement.

### Nos métaphores

Utilisant vos images de la forêt je vous explique votre inspiration / expérience d'étonnement dans la langue de la forêt.

## 2 – dialogue inconscient en forêt