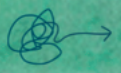
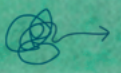
PŘÍBĚHY
(Z) LESA



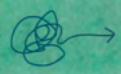
PŘÍBĚHY
(Z) LESA



PŘÍBĚHY
(Z) LESA



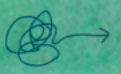
PŘÍBĚHY
(Z) LESA



PŘÍBĚHY
(Z) LESA



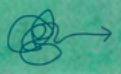
PŘÍBĚHY
(Z) LESA



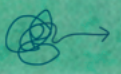
PŘÍBĚHY
(Z) LESA



PŘÍBĚHY
(Z) LESA



PŘÍBĚHY
(Z) LESA



Projděte bránou, tvořenou nahnutými kmeny stromů. Do jakého života chcete vstoupit, co chcete změnit?



Opřete se na chvíli zády o strom. Vnímejte, jak jeho kořeny dávají sílu a pevnost vašim nohám.



Co všechno byste mohli překlenout, kdybyste se stali mostem? Co nebo koho můžete propojovat?



Kdybyste byli stromem, jak by vypadal? Má pevné kořeny a košatou korunu? Roste na slunci nebo ve stínu? Mají v jeho větvích místo i ptáci, nebo je neobydlený?



Všímáte si cestou kolem sebe spíše klidu přírody, nebo vás ruší zvuky z okolí? Zkuste na chvíli vypnout a vnímat jen šumění stromů ve větru.



Nasbírejte v okolí klacíky, kamínky, listy nebo šišky a vytvořte z nich mandalu Lesního ducha. Poděkujte tím za krásné chvíle strávené v lesním království.



Vyfoťte si cestou 12 zajímavých zákoutí, výhledy do krajiny, detaily (značku na stromě, mech, zajímavé listy nebo pařezy) a udělejte si rodinný kalendář.



Vyfoťte si zajímavý detail, na který cestou narazíte, a vymyslete k němu krátký příběh (např. o potoce, kam chodí lidi pouštět papírové lodičky s tajným přáním).



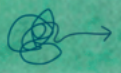
Zastavte se na klidném místě, zavřete oči a zaposlouchejte se do zvuků lesa. Jaký příběh vás napadá k tomu, co všechno slyšíte?



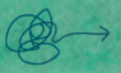
PŘÍBĚHY
(Z) LESA



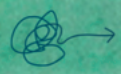
PŘÍBĚHY
(Z) LESA



PŘÍBĚHY
(Z) LESA



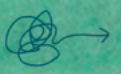
PŘÍBĚHY
(Z) LESA



PŘÍBĚHY
(Z) LESA



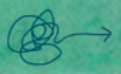
PŘÍBĚHY
(Z) LESA



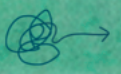
PŘÍBĚHY
(Z) LESA



PŘÍBĚHY
(Z) LESA



PŘÍBĚHY
(Z) LESA



Najděte si v okolí strom, který by dnes mohl mít narozeniny. Připravte pro něj dárek ve formě vzpomínek na krásné okamžiky z vašeho života.



Kdybyste mohli jeden den prožít na ostrově, nikým nerušeni, co byste si vzali s sebou? A co byste naopak určitě s sebou mít nechtěli?



Až budete u potoka, rybníku nebo jezera, představte si všechny starosti a trápení jako sněhovou kouli. Hoďte je do vody a nechejte rozpustit a odplynout.



Kdybyste svoje starosti a chmurné myšlenky rozpustili jako sněhovou kouli, touto vodou můžete následně zalít něco nového. Čemu chcete dát výživu a vláhu?



Kdybyste mohli „upéct" dort z přírodnin, pro koho a jaký by ten dort mohl být? K jaké příležitosti byste jej vytvořili? Jak by chutnal?



Představte si, že vás lesní král pozval na oslavu Života. Za co jste dnes ve svém životě vděční? Komu byste chtěli přinést dar? Za co poděkujete?



Vyberte si v okolí silný, mohutný strom a na každou větev zavěste jednu svoji starost, strach nebo chmury. Nechejte je v duchu proměnit v jehličí nebo listí a splynout s okolím.



Zkuste jít chvíli po cestě zpět, zpátky ve svých stopách. Nechejte k sobě přijít vše, co jste původně opomenuli za sebou, ale chcete se k tomu znovu vrátit, přizvat do nového dne.



Na chvíli se zastavte a zahleďte se do okolní krajiny. Věnujte tuto chvíli člověku, který vás v tomto roce nejvíce inspiroval nebo potěšil. V duchu jej pozdravte a oceňte.

