

LUISTEREN MET HEEL JE LICHAAM...



Je ogen kijken naar de spreker.



Je oren luisteren naar 1 spreker.



Je mond is stil en er komt geen geluid uit.



Je handen zijn leeg en blijven stil op de bank.



Je voeten zijn stil en blijven op de grond.



Je lichaam is naar de spreker gedraaid.



Je hoofd denkt na over wat de spreker zegt.



Je hart voelt mee met de spreker.