

Исландские власти придумали интересный способ помочь людям, страдающим в самоизоляции от тоски по близким. Служба лесного хозяйства страны предлагает гражданам выбираться в леса и обнимать деревья, чтобы восполнить нехватку общения. Для этих целей в национальном парке Халлормсстадур лесники расчищают дальние заснеженные тропы.

«Лучше всего обнимать дерево пять минут с закрытыми глазами, прислонившись щекой к стволу, – советует лесник Тор Торфиннсон. – Можно представить, что это родной человек. Тогда наступает прекрасное чувство расслабления, вы наполняетесь силами, готовы к новому дню и больше не грустите. Лично я всегда чувствую тепло и потоки энергии от дерева ко мне. Можно обниматься с ними много раз за день – это не повредит».

Лесники размечают интервалы в лесу, чтобы посетители могли наслаждаться природой на дистанции друг от друга. Тем не менее людям рекомендуется уходить как можно дальше в чащу, чтобы не обнимать первый попавшийся ствол. Также стоит обращать внимание, есть ли вокруг следы других желающих обняться с деревьями.