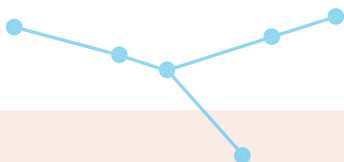


MAAK WATER TOT EEN VAST ONDERDEEL VAN JE LEVEN



Je denkt misschien dat alle watertekens zich van nature tot alle vormen van water aangetrokken voelen, maar dit is niet zo. Elk waterteken is anders en heeft zijn of haar eigen voorkeuren. Hoewel de meeste watertekens absoluut plezier beleven aan activiteiten op en in het water, vinden anderen het fijner om gewoon in de buurt van water te zijn in plaats van in of op het water. Tot welke groep jij ook behoort, water is voor jou heel aardend. Het brengt je tot rust, zorgt ervoor dat je je veilig voelt en helpt je je weg weer te vinden als je verloren voelt. Maak water tot een vast onderdeel van je leven en doe dat op een manier die voor jou het prettigst voelt.



GEBRUIK AFFIRMATIES OM JE ZELFVERTROUWEN TE VERGROTEN

Kreeften zorgen graag voor anderen, en verliezen daardoor al snel hun eigen behoeften uit het oog. Ze geven heel gemakkelijk en vragen er niets voor terug, maar dat wil niet zeggen dat ze ook daadwerkelijk niets nodig hebben. Voel je twijfel aan jezelf opkomen, dan kan een affirmatie jou heel goed helpen. Een affirmatie die je opschrijft en leest of hardop uitspreekt als dat nodig is, herinnert je aan je capaciteiten.

De perfecte affirmatie voor Kreeften is: 'Ik bouw een verlicht huis en neem er mijn intrek in'. Er is een reden waarom mensen naar jou toe komen als ze hulp nodig hebben. Zoals een vuurtoren het lichtbaken is voor schepen die vastzitten in een storm, zo ben jij een baken van kennis en inzicht. Het is geen wonder dat mensen vertrouwen hebben in jou. Nu is het moment aangebroken dat *jij* dat ook gaat doen.



MAAK VLOEIENDE BEWEGINGEN

Als waterteken voel je je aangetrokken tot vloeiende bewegingen. Kies voor lichaamsbeweging activiteiten waarbij je lichaam vrij kan bewegen.

Je wilt absoluut niet in je bewegingsvrijheid worden beperkt. Probeer bijvoorbeeld tai chi of aerobics. Zelfs pilates kan een kalmerend effect hebben op watertekens, omdat je er sterkere spieren van krijgt en natuurlijke, vloeiende bewegingen maakt.

GEBRUIK PARELS OM JE EMOTIONELE EVENWICHT TE BEVORDEREN

De parel heeft net als Kreeft een speciale band met de zee. Hij komt er zelfs uit voort. De parel is ook verbonden met de maan, die over Kreeft heerst.

Deze fascinerende melkwitte kostbaarheid heeft een gelijkenis met de maan, en brengt ook je hormonen in balans.

Parels werken ondersteunend doordat ze je emoties op de maancycli afstemmen. Zo verlichten ze negatieve gevoelens, bevorderen ze gevoelens van liefde en krijg je meer waardering voor het hier-en-nu. Draag parels aan een armband, op

manchetknopen of aan een halsketting,

zo heb je ze altijd binnen handbereik.

Ze zorgen ervoor dat je voeten altijd stevig op de grond staan.

