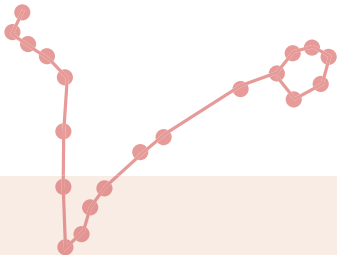


MAAK VLOEIENDE BEWEGINGEN



Als waterteken voel je je aangetrokken tot vloeiende bewegingen. Kies voor 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.



OPEN JE DERDE OOG MET AQUAMARIJN

Vissen hebben een unieke connectie met het metafysische rijk. Veel mensen noemen Vissen zelfs paranormaal begaafd. De perfecte kristal voor jou is aquamarijn. Deze in het oog springende blauwe steen bevordert een hoger niveau van bewustzijn doordat hij je derde oog opent.

Het derde oog, dat zich tussen de wenkbrauwen op je voorhoofd bevindt, is een energiebron die je verbindt met inzicht en onderbewuste kennis. Door dit chakra te openen word je je meer bewust van wat jou en je naasten drijft. Als je je aquamarijnkristal altijd bij je hebt, kun je creatieve ideeën omzetten in actiegerichtte plannen voor de toekomst.

Aquamarijn kun je ook gebruiken om je emoties in balans te brengen. Als je negatieve gevoelens loslaat zullen de krachten van aquamarijn een gevoel van geluk en optimisme naar je toe trekken. Neem aquamarijn mee in je zak, leg hem neer op een centrale plek in je huis, of draag een steen aan een ketting of een ander sieraad.





HOUD JE AAN EEN ROUTINE

Een vaste routine kan voor watertekens saai worden, maar vormt wel de sleutel tot een goed opgebouwd self-care plan. Het kan de nodige discipline vereisen om je aan een routine te houden, maar zonder een goed gestructureerd plan kun je apathisch worden waardoor je op een gegeven moment helemaal niets meer doet voor je welzijn. Zorg voor voldoende variatie in je activiteiten, zodat het interessant blijft. Je kunt een grote bureauwkalender kopen en bijhouden wanneer je welke activiteit doet. Dit houdt je op koers en zorgt ervoor dat je niet kunt worden belemmerd door besluiteloosheid.

LEES POËZIE

Poëzie is een van de eenvoudigste en diepgaande vormen van zelfexpressie. Als emotioneel en creatief teken zul je de gepassioneerde woorden van een dichter met plezier lezen en geïnspireerd raken om zelf poëzie te gaan schrijven!

Lees eens teksten van dichters die ook Vissen als sterrenbeeld hebben of hadden. Het sterrenbeeld Vissen wordt beheerst door de nevelige planeet Neptunus en is een mysterie dat slechts weinig mensen volledig begrijpen. Dus wie kan nu beter jouw unieke ervaring verwoorden dan iemand die dit sterrenbeeld ook heeft? Voorbeelden van beroemde Vissen-dichters zijn W.H. Auden, Elizabeth Barrett Browning en Dr. Seuss.

