

Pur & Raw Jezelf

WATER

The image is a vertical composition of two water-related photographs. The left half shows a close-up of water with a small, yellowish-green leaf floating on the surface. The right half shows a similar water scene but with a white grid overlay. The text 'Healing Water' is written in a black, elegant cursive font across the center, overlapping both images.

Healing Water

© Elis M. Acosta


IN-AVONTUUR WATER

Water is een natuurlijke healer en enorm krachtig om nabij te zijn . Ga op IN-avontuur en wees puur aanwezig bij deze bron. Je kan er foto's van maken en je kan de beelden ook gewoonweg zien. Kies hierna 1 foto en hang deze ergens zichtbaar op als her-INner-ing. Schrijf je IN-zichten op. Welke helderheid kwam er boven het water oppervlak drijven? Je kan dit avontuur her-halen om elke keer een diepere laag IN te duiken. Om het ook echt voelbaar te maken IN je dagelijkse leven en IN jezelf. IN je lichaam. IN je energieveld. Laat het hier-IN stromen. Flow IN. En IN-tegreer. Hoe ga je dit doen en wie heb je hiervoor te zijn?

Water Als Bron



Laat het Stromen & Flowen



Wij bestaan als mens uit ongeveer 75 procent water. De Japanse onderzoeker Masaru Emoto heeft water uit verschillende bronnen gefotografeerd door het te bevriezen en de kristallen onder de microscoop te leggen. Zuiver bronwater bleek prachtige kristallen te vertonen.

Water uit een vervuilde rivier bleek chaotische, niet-symmetrische kristallen te vormen.

Emoto vroeg zich af of muziek invloed had op de waterkristallen.

Hij liet water eerst muziek horen voordat hij het invroor en fotografeerde.

Klassieke muziek van Bach en Mozart bleek harmonische kristallen op te leveren. Heavy metal leverde weer chaos op.

Emoto's onderzoeksdrang werd nu pas echt aangewakkerd. Hij besloot om water een tijdje op geschreven woorden te zetten en daarna in te vriezen. Woorden als liefde of hoop leverden weer mooie kristallen op.

Woorden als ruzie of idioot leverde chaos op.

Dit bleek ook zo te werken als de woorden tegen het water werden uitgesproken. Liefde en dankbaarheid leverde de mooiste kristallen op.

Alles is energie.

Hoe praat jij tegen jezelf? Wat zijn jouw gedachten?

JOUW UNIEKE PLEK AAN HET WATER

Vlakbij & Veraf

Water in de natuur zoals zee, rivieren, een meer, een fontein hebben een rustgevend en harmonieus effect op ons zijn. Op onze gemoedsrust.

Ga op onderzoek bij jou in de buurt waar er op de een of andere manier water is.

Wie weet hoef je nog niet eens ver te rijden.

Ik reed vroeger vaak naar Zoutelande aan zee toen ik nog in Antwerpen woonde. Nu ben ik omringd door water. Rivieren en verschillende meren op een half uur rijden.

En zelfs een uurtje rijden kan makkelijk. Ook tussen de schooluren.

En als je echt nog wil werken, dan kan dat onderweg in de natuur. Niemand die zegt dat je in een kantoor moet werken.

Pur & Raw Jezelf zijn

Water drinken

Het lichaam zuiveren.

Voldoende water drinken is belangrijk.

Ook de kwaliteit van water.

Zelf gebruik ik een filter van het Belgische merk Slurp op het kraanwater. En bronwater van Villers de Gambon in het bos.

Er zullen vast nog andere goeie opties zijn.

En s' morgens drink ik lauw water met citroen sap. Dat brengt de darmen op gang.

Water gaat in ieder geval ons lichaam zuiveren en ontzuren.

Ons lichaam heeft namelijk een ph van ongeveer 7 net zoals kraanwater.

Door toevoeging van natuurlijke mineralen stijgt het water naar een pH van 8 à 10.

Het water is dus alkalisch en heeft een ontzurende werking.

IN WATER ZIJN

Niet iedereen gegeven, maar in principe kan dit echt het hele jaar door.

Zelfs voor een kou kleum als mezelf.

Zwemmen IN de zee.

IN een meer. IN een rivier.

Met je blote voeten langs de zee.

Bengel met je voeten IN het water langs een steiger. Pak een voetbadje met zeezout.

IN water zijn, geeft je de kracht van water.

Het geeft je zoveel energie.

Het immuunsysteem versterkt erdoor.

Het spoelt alles van je af. Het zuivert je.

Voor Binnen kan je natuurlijk ook koud douchen. Of eindigen met koud.

Hoe voelt dit IN je lichaam?

Kan je de energie ervan voelen in elke cel?

Pur & Raw Jezelf zijn

*“If there is magic on
this planet, it is
contained in water.” —
Loren Eiseley*



SHARE IT WITH THE WORLD

Deel je foto & inspiratie op instagram en je kan me uiteraard ook taggen als je dat wil.
<https://www.instagram.com/els.aj.aerts/>

