



 **Soul to Soul**
by Monique

De kracht van de natuurelementen & het krachtdier

Inhoudsopgave

Voorwoord.....	1
Hoe ben ik in aanraking gekomen met krachtdieren?	4
Lucht – denken, gedachten, adem, verbondenheid, intentie.....	5
Vogels als krachtdier, algemeen.....	6
<i>Algemene eigenschappen een vogel als krachtdier:</i>	6
Vuur – emoties, schepping, vernietiging, begin, expressie.....	7
Leeuw als krachtdier	8
Aarde – denken, fysieke lichaam, aarding, vorming.....	9
Stier als krachtdier.....	10
Water – gevoel, bewustwording, expressie, leven.....	11
Kreeft als krachtdier.....	12
Nawoord.....	13
<i>Wil jij een uitgebreide persoonlijke boodschap van je krachtdier?</i>	13

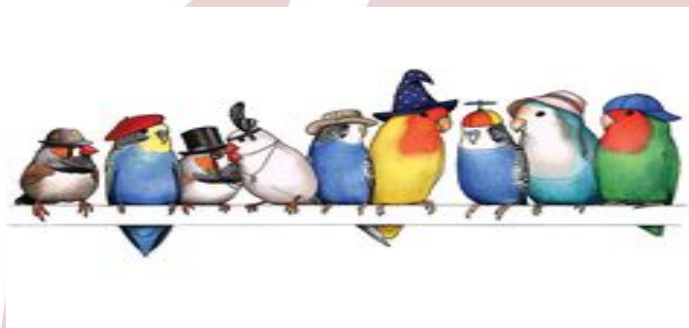
Voorwoord

Lieve lezer,
Dank je wel voor het aanvragen van dit E book.

Waarover ga ik het hebben in dit E book? Ik ga, het in het kort, hebben over natuurelementen met de typische dieren die erbij horen. Ik werk een paar krachtdieren uit die behoren bij deze natuurelementen. Bij elk natuurelement staat een oefening die je kan helpen bij je bewustwording en je bewustzijn.

Ik hoop je een klein inzicht te geven wat krachtdieren en de natuurelementen voor je kunnen betekenen.

Ik wens jou heel veel leesplezier!



Hoe ben ik in aanraking gekomen met krachtdieren?

Van kinds af aan heb ik altijd dingen kunnen voelen, zien, horen. Ik dacht dat iedereen dat had. Totdat ik erachter kwam dat dat niet zo was en mensen dat eng vonden. Toen heb ik het maar onderdrukt.

Ik heb altijd gewerkt voor een baas omdat dat zo hoorde en van je werd verwacht. Doe maar normaal, dan doe je al gek genoeg werd er altijd gezegd tegen mij. Natuurlijk kan je het Spirituele niet blijven onderdrukken. Het kwam steeds meer en meer op mijn pad. Ik kwam er steeds meer mee in aanraking. En ik ben een Spirituele opleiding gaan volgen en daar ontdekte ik veel! Ik heb altijd interesse gehad in dieren. Dieren kwamen makkelijk naar mij toe. Ik kreeg makkelijk boodschappen door van een dier die bij de persoon paste waarmee die persoon verder kon.

Het kwartje viel, dit is mijn kracht. Vanaf dat moment ben ik actief aan het werk met krachtdieren en hun boodschappen en ben ik gestopt om te werken voor een baas. Ik volg nu mijn hart en doe dingen waar ik blij van word.



Lucht – denken, gedachten, adem, verbondenheid, intentie.



Lucht staat voor zuurstof, ruimte en vrijheid. Het staat ook voor vragen stellen, associëren, redeneren, analyseren en verbanden leggen. Luchttypes zijn denkers. Lucht staat voor de geest, het weten en de wijsheid. Aspecten van lucht zijn: informatie, communicatie, vernieuwing, uitwisseling, ideeën, inzichten ontvangen en uitzenden. Te veel lucht kan zich uiten in afstandelijkheid. Zit je veel in gedachten? Lucht kan je helderheid geven. Bijvoorbeeld diep in- en uitademen in de buitenlucht of uitwaaien aan zee.

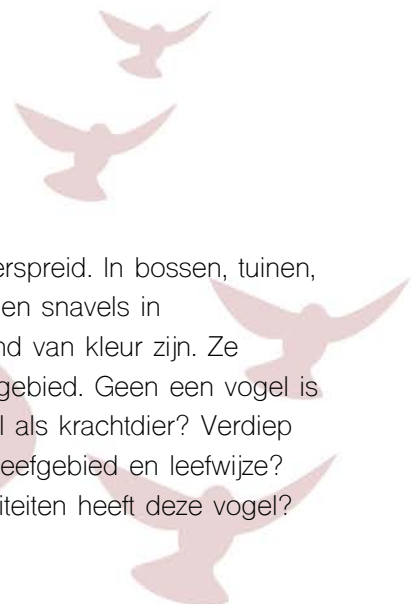
Kijk eens naar de lucht. Concentreer je op de lucht maar ook op de lucht in jezelf. Is het vol zuurstof? Is het licht? Is het in beweging? Is het licht, donker, betrokken, helder, zuiver? Is het bewolkt of juist open?

Stel jezelf deze vragen: Kan ik mijzelf uiten? Mijn hart uitstorten? Dingen die mij bezighouden en bewegen begrijpen? Kan ik ernaar luisteren en in woorden brengen? Schrijf al je antwoorden en wat je ervaart en voelt op.

Luchttekens: Tweelingen, Weegschaal, Waterman

Typische luchtdieren: allerlei soorten vogels.

Vogels als krachtdier, algemeen.



Vogels heb je in vele soorten en maten. Ze leven over heel de wereld verspreid. In bossen, tuinen, velden, moerassen, graslanden. Vogels hebben veren, vleugels, klauwen en snavels in verschillende vormen en maten en ze kunnen kleurrijk zijn of camouflerend van kleur zijn. Ze passen zich gemakkelijk aan qua grootte, vorm en leefwijze aan hun leefgebied. Geen een vogel is hetzelfde en hebben ieder op zich hun eigenschappen. Heb je een vogel als krachtdier? Verdiep je dan in de soort, hoe groot is deze vogel, waar leeft deze? Wat is zijn leefgebied en leefwijze? De kleur van deze vogel, zijn zang. Wat eet deze vogel en wat voor kwaliteiten heeft deze vogel?

Algemene eigenschappen een vogel als krachtdier:

Een vogel kan je laten vliegen. Hij laat je de dingen vanaf een ander perspectief zien. Hoog in de lucht kan je overzicht krijgen over een aantal dingen waar je mee bezig bent. Een vogel geeft je harmonie en de kracht om te vliegen. Het opent een nieuwe horizon waardoor je nieuwe inzichten kan ontvangen die je aanzetten om boven jezelf uit te groeien. Kijk goed wat deze vogel je laat zien, verbind je met zijn kwaliteiten. Welk lied zingt hij, wat doet die toon met je? Wat is de kleur en de grootte van je vogel? De vogel herinnert jou eraan dat je verbinding kan maken met de bron, het Universum of hoe jij het wil noemen. Het herinnert je ook aan de lichtheid van het bestaan en het licht van de wereld. De vogel help je om terug in je kracht te gaan staan, misschien ook in dat stukje wat verloren is gegaan. Hij roept je ook op om zijn kwaliteiten te integreren in je leven. Om te zingen, te dansen, plezier te maken, het leven speels en niet zo zwaar te nemen.

Sta open om je talenten en krachten te zien en te omarmen. Verbind je ermee en have fun!

Vuur – emoties, schepping, vernietiging, begin, expressie.



Het element vuur symboliseert warmte, licht kracht en energie. Het staat voor scheppingskracht, maar ook voor verlangens, passie, inspiratie, vitaliteit, initiatief en drijfveren. Aspecten van vuur zijn: bescherming, kracht, creatie, actie, impuls, handelen en transformatie. Als vuur je element is dan heb je veel energie, ben je vrolijk en direct. Bij te weinig vuur kun je je moe en futloos voelen. Ga dan op zoek naar vuur en warmte.

Steek een kaars aan. Kijk in het vuur. Kijk hoe het vlammetje brand. Is het helder, gloeit het vlamt het op, brand het gelijkmatig op? Wat voor relatie heb je met vuur? Stel jezelf de volgende vragen: Waar ga ik op aan? Hoe is het vlammetje in mij? Wat heb ik nodig om dit op te laaien? Wat kan ik achter mij laten/ verbranden?

Neem rustig je tijd en concentreer je op het vuur. Neem de kracht en de warmte bewust in jezelf waar. Schrijf op wat je waarneemt, voelt, ruikt, hoort, ervaart.

Vuurtekens: Ram, Leeuw, Boogschutter.

Typische vuurdieren: wilde katten, roofdieren, vuurdraken, salamanders, hyena's, slangen, stekende en prikkende dieren.

Leeuw als krachtdier



Leeuwen leven op de savanne, op droge, dorre gebieden en op graslanden. De leeuw wordt vaak de koning van het dierenrijk genoemd. Hij straalt waardigheid uit en boezemt respect uit. Hun zintuigen zoals hun ogen, oren en neus zijn goed ontwikkeld. Ogen om goed de afstand te kunnen inschatten, de oren om zich te oriënteren en de neus speelt een belangrijke rol bij het markeren van zijn territorium, de jacht, het spoorzoeken, oriënteren en bij de paring.

Zijn kracht en zijn goudkleurige vacht en manen staan symbool voor de zon. De leeuwin, met haar vrouwelijkheid en moederschap, staat symbool voor de maan. Leeuwen voelen zich machtig en krachtig. Ze kunnen heel goed actief zijn maar ook heel goed ontspannen. Als een leeuw echt iets wil dan gebeurt dat ook, zet dan al zijn zinnen daarop. Leeuwen worden opgemerkt, hebben een grote aura van kracht en autoriteit om zich heen. Leeuwen willen graag alles zelf bepalen, zelf beslissingen nemen. Hebben problemen met autoriteit. Kunnen minder goed hun gevoelens en kwetsbare emoties laten zien. Woede kunnen zij uitstekend laten zien. Leeuwen hebben een groot hart, zijn trots, machtig, krachtig en hebben een goed organisatietalent.

De leeuw leert je het vuur in jezelf te ontsteken en op te laaien en om datgene te laten verbranden wat jij niet meer nodig hebt en wat je niet meer dient. Hij leert je in jezelf te geloven en hij herinnert jou aan je kracht en je trots die je bezit en uitstraalt. Gebruik je organisatietalenten. Je ziet heel goed wat de talenten bij de ander zijn en je kan ze erbij helpen. Je zorgzaamheid helpt je hierbij. Wel op je eigen voorwaarden natuurlijk. Je bent eerlijk en oprecht, je hoeft niet te brullen als je het ergens niet mee eens bent. Volg je passie en je hart, ga ervoor! Heb wel geduld, wees eerlijk en spreek ook je verwachtingen uit.

Door jezelf ook rust te gunnen en de tijd te nemen om het een en ander te doorvoelen, ontwikkel jij je intuïtieve en helderziende vermogen.

Aarde – denken, fysieke lichaam, aarding, vorming.



Aarde staat voor houvast, resultaat, duidelijkheid, discipline en manifestatiekracht. Het staat ook voor het lichaam, de vaste vormen en normen en voor materie. Aspecten van de aarde zijn: talenten, volharding, verzorging, voeding, basis, wortels, daden, transformatie. Als je je ideeën hebt kunnen neerzetten, is het element aarde goed vertegenwoordigd. Heb je hier moeite mee dan is het element aarde juist hard nodig. Ga dan de natuur in. Of maak contact met aarde door bijvoorbeeld een modderbad te nemen.

Ga met je voeten in de aarde staan of voel de aarde in je handen. Concentreer je op de aarde. Hoe voelt de aarde? Stevig, plakkerig, zanderig, vruchtbaar? Hoe voel jij je op deze aarde staan? Zijn je wortels stevig verankerd of is het wiebelig? Voel jij je gedragen door de aarde en verzorgd? Kun jij je talenten en mogelijkheden op aarde gebruiken en toepassen? Kijk bewust naar je lichaam en voel ook hoe je op de aarde staat. Schrijf je antwoorden en wat je ervaart op.

Aardetekens: Stier, Maagd, Steenbok

Typische aardedieren: koeien, ossen, stieren, runderen, hennen, fazanten, geiten, schapen, bokken.

Stier als krachtdier.



Stieren leven graag in vochtige gebieden. Bijvoorbeeld bij kwelders en moerasachtige gebieden en rivieren. Een stier wordt ook wel oeros genoemd. Er is veel mee gefokt waardoor er verschillende soorten runderen zijn ontstaan. Vanwege zijn kracht, grootte en gewicht, wordt het dier ook als trek-, last-, rij-, of ceremonieel dier gebruikt. De stier staat voor mannelijke kracht, vitale kracht, voortplantingsvermogen, vruchtbaarheid en mannelijkheid.

Een stier die je leven binnenstormt laat je de rode lappen zien waarmee jij aan de slag mag gaan. Hij laat je zien waardoor je van je stuk gebracht wordt. Stel jezelf de vraag waar komt het vandaan mijn woede, mijn uitdagende houding en mijn vastzittende kracht? Kijk ernaar. De stier schenkt je een diep begrip voor deze dingen. De stier helpt je bij al je krachten op vitaal gebied, uithoudingsvermogen, levens en uitdrukkingskracht. Het kan je brengen tot het uiterste van wat je kan. Maar hij laat je ook de schoonheid van het leven zien en de mogelijkheden van het leven om je zo goed mogelijk te ontwikkelen en te groeien. Vertrouw op het leven zegt de stier. Zorg goed voor je lichaam zodat deze sterk en gezond blijft. Blijf niet hangen in het materialistische.

Een stier staat ook voor stoer, onberekenbaar, ijdel, haatdragend, neiging om te provoceren of zich te laten provoceren. Geven alles tot het uiterste. Met zijn ongetemde en wilde kracht leert hij je ook om je grenzen te leren kennen, dat je ook nee mag zeggen. Stieren dragen waardig hun krachten zowel in geluk als ongelukkige momenten. De stier leert je om je te weren tegen een slachtofferrol. Je hoeft niet alles te dragen. Toegeven dat het niet meer gaat geeft ruimte dat er iets nieuws kan ontstaan. Vertrouw op het leven. De stier spoort je aan om bij jezelf naar binnen te gaan om je krachten en je het plezier in het leven met de daarbij behorende overvloed te zien en vanuit jezelf te vernieuwen. Hij leert je de dansen van de mensheid tussen driften en instincten, tussen intuïtie en gevoel, tussen verstand en wil te herkennen. Hij leert je de heldere blik van het onderscheiden en de toepassing van je krachten en vermogen te zien en te gebruiken. Hoe je materie en spiritualiteit met elkaar kan verenigen en gebruiken.

Water – gevoel, bewustwording, expressie, leven.



Het element water symboliseert, leven, gevoel, verfrissing en stroming. Het verbindt en daar waar nodig is laat water het e.e.a. stromen. Het waterelement staat ook voor communicatie, emoties, intimiteit, verbeelding, instincten, diplomatie en tact. Water staat voor kracht en innerlijke emoties. Aspecten van het water zijn: emoties, relaties, gevoel, intuïtie, de droomwereld, ontvangen, reiniging, heling, vloeiend bewegen en magnetisme Als je veel van het element water in je hebt, vaar je feilloos op je intuïtie. Ben je angstig of weet je geen raad? Dan is de verbinding er minder. Contact met water kan helpen om de zorgen van je af te spoelen.

Zet een waterschaal of kom voor je neer. Je kan ook in de natuur het water opzoeken, bijvoorbeeld een meer of de zee. Ga rustig zitten en concentreer je op het water. Is het helder of zie je wat anders? Voel wat het water in je lichaam doet. Voel dat bewust. Is het rustig, helder, stroomt het of staat het stil? Wat mag er opgeschoond worden? Wat ben je aan het doen en op welke manier gaat dat? Kijk bewust naar je gevoelens en emoties en schrijf dat op.

Watertekens: Kreeft, Schorpioen, Vissen

Typische waterdieren: vissen, walvissen, dolfijnen, krabben, zeesterren en waterslangen.

Kreeft als krachtdier.



Kreeften leven zowel in de zee als in de rivier. Je hebt ze in verschillende soorten, maten en kleuren. Kreeften zijn gevoelig voor de watertemperatuur en de kwaliteit van het water. Kreeften zijn schuwe dieren, ze vermijden licht en bij onraad kruipen zij terug in een donkere hol.

Kreeften zijn zeer gevoelig en zeer meevoelend. Zij zorgen zo goed voor de ander dat zij zichzelf vaak vergeten wat zij zelf nodig hebben en kunnen daardoor zelfs ziek worden. Kreeften vinden veiligheid heel belangrijk. Zij geven zich niet makkelijk bloot aan de ander. Pas als zij anderen vertrouwen dan laten zij iets meer van zichzelf zien. Zelden gaan zij tot het uiterste om zichzelf volledig te laten zien. Rust vindt de kreeft ook belangrijk. Doordat de kreeft heel gevoelig is voor energieën om zich heen en die van de anderen kunnen zij daardoor overprikkeld raken en trekt de kreeft zich regelmatig terug. Dit om zich te ontladen, op te laden en om te voelen wat hij nodig heeft. Het is voor de kreeft echt belangrijk om zijn gevoelens en emoties waar te nemen en onder de loep te nemen. Hier lering uit te trekken en om de juiste keuzes te maken. Zodra de kreeft weet wat hij wil dan gaat hij ervoor. Hij staat er dan met heel zijn hart en ziel achter.

Kreeften zijn ook heel gevoelig, hebben sterke emoties en stemmingswisselingen die gepaard kunnen gaan met de maanstanden. Zijn gevoelig voor ontvankelijkheid en afhankelijkheid. Willen koesteren wat ze hebben en hebben moeite met loslaten wat ze niet meer nodig hebben. Zijn heel beschermend, zeker naar degenen die zij liefhebben. Zijn hard van buiten maar zacht vanbinnen. Kreeften hebben een helende, wetende, intuïtief begrijpende krachten die je brengen naar de oeroude wijsheid van de aarde. Zij kunnen anderen daarbij heel goed helpen. Voor de kreeft is het belangrijk om zijn eigen grenzen te bewaken, assertief te zijn, dus zeggen wat hij wil en verlangt en niet steeds in zijn schulp te kruipen.

Gebruik je kracht om je pantser sterk te houden en om te groeien en om jezelf te ontwikkelen. Blijf wel bij je eigen intuïtie en gevoel!

Nawoord

Dank je wel voor het lezen van dit E-book. Ik hoop dat ik je zo, in het kort, een kijkje heb kunnen geven over de 4 natuurelementen en een bijbehorend krachtdier. Ik ben natuurlijk ook reuze benieuwd of je de oefeningen gedaan hebt en of je bewuster van je denken en doen bent geworden.

Je kunt een reactie en bevindingen mailen naar: info@soultosoulbymonique.nl

Wil jij een uitgebreide persoonlijke boodschap van je krachtdier?

Wil jij weten wat de betekenis van je krachtdier is en wat voor inzichten je kan krijgen van je krachtdier? Vraag hier dan een sessie aan: <https://www.soultosoulbymonique.nl/krachtdier-reading>

Wil je weten wat ik nog meer voor je kan betekenen? Neem dan een kijkje op mijn website: www.soultosoulbymonique.nl

Bronvermelding:

Happinezz.nl

Krachtdieren Jeanne Ruland

Krachtdieren Petra Stam

Eigen werk Monique van Bodengraven van der Klugt

