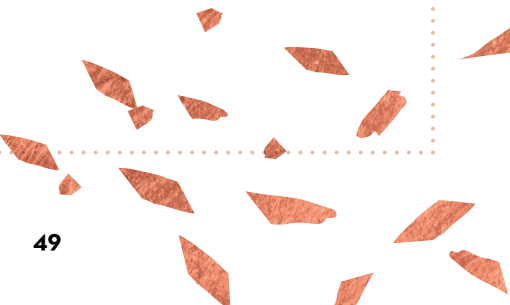




KOOP KOPER

Venus, de hemelse matriarch van Weegschaal, heerst over koper. De glanzende kleur van koper is prachtig, en echt iets wat bij de stijlvolle Weegschaal past. Koperen pannen bijvoorbeeld zijn een geweldige accessoire in je keuken! Bijkomend voordeel is dat ze de warmte heel goed geleiden en ze dus ook nog eens fantastisch zijn om mee te koken.

Koper brengt evenwicht. Volgens de Ayurveda is het zo dat wanneer je af en toe een koperen mok gebruikt om water uit te drinken, je dosha's (de drie primaire energiepatronen in ons lichaam) in balans worden gebracht. Net als de vijf klassieke elementen beïnvloeden de drie dosha's - pitta (vuur en water), vata (lucht en ruimte) en kapha (water en aarde) - je gedrag, en voor het creëren van een gezond evenwicht is elke energie afhankelijk van de andere twee. Heeft jouw vurige pitta-energie de laatste tijd de overhand? Neem een slokje koud water uit een koperen mok om deze energie weer in harmonie te brengen met de andere twee.





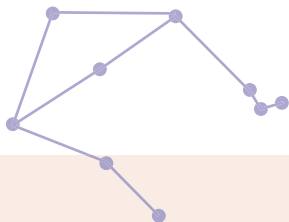
FLUIT EEN DEUNTJE TIJDENS HET HUISHOUDEN

Stofzuigen of afwassen behoren waarschijnlijk niet tot je favoriete bezigheden, maar soms moeten dat soort saaie klussen gewoon worden gedaan. Intellectueel ingestelde luchttekens hebben een leuke activiteit nodig om hun geest bezig te houden, vooral met een paar uur stoffen en vegen in het vooruitzicht. Een simpele tip: zet lekkere muziek op en fluit of neurie mee terwijl je opruimt en schoonmaakt. Je kunt je beter concentreren waardoor het sneller gaat en je hebt meer lol. Bijkomend voordeel: je versterkt er ook je longen mee, want neuriën is een soort mini-ademhalingsoefening!

KOESTER JE HERINNERINGEN



Met Venus als heersende planeet is Weegschaal een romanticus in hart en nieren die het heel leuk vindt om steeds opnieuw herinneringen op te halen. Een mooie manier om je favoriete herinneringen telkens opnieuw te beleven is door aandenkens te bewaren. Stop ze in een schatkistje en als je niet zo lekker in je vel zit haal je je 'schat' tevoorschijn om een opbeurende reis naar het verleden te maken en mooie herinneringen op te halen. Koop vooral ook een mooi bewerkt kistje om je esthetische verlangens te bevredigen!



EET ZWARTE KERSEN

Met hun zoete smaak en prachtige donkere kleur zou de zwarte kers eigenlijk het boegbeeld moeten zijn voor de sensuele planeet Venus. Zwarte kersen zijn niet alleen heerlijk, maar ook nog eens heel gezond! Een van de voedingsstoffen in zwarte kersen draagt bij aan het voorkomen van ontstekingen en vroegtijdige veroudering. Deze stof bestrijdt vrije radicalen die ontstoken weefsel en celbeschadiging kunnen veroorzaken. Kersen bevatten ook melatonine, een natuurlijke ontspannende stof die de altijd actieve Weegschaal kan helpen bij het in slaap vallen.

Hoe kun je je nu niet goed voelen als je met een grote bak kersen op de bank ligt? Venus keurt deze sensuele vorm van self-care in ieder geval goed...

