

NATURAL WAY
THE FOUR ELEMENTS

Nature's Way



THE FOUR ELEMENTS

Heart Sparrow



Deze Qr is belangrijk in dit boek. Gelieve deze te scannen om toegang te krijgen tot de hulpfiches en de tabellen verder toegelicht in het boek.

Natural Way The Four Elements

Heart Sparrow - Salvatore Alexiou

ISBN/EAN BOEK: 978-94-64920-95-6

Copyright © Salvatore Alexiou 2023

Eerste druk

Uitgever: Brave New Books

Voorwoord

Eerst en vooral dank ik jou om mij (het boek) tot je te nemen. Nu je gekozen hebt om “Natural Way- the 4 Elements” te ontdekken, laat mij mezelf (de schrijver van het boek) even voorstellen.

Mijn roepnaam is Salvatore.

Zelf ben ik op het moment dat ik dit schrijf 51 jaar.

Niettegenstaande voel ik me nog steeds alsof ik de spirit heb van iemand die 25 jaar is.

Ik ben vooral dankbaar dat ik na lang zoeken door mijn lichaam, mijn mindset, mijn energie (spirit) en de verbinding, mezelf heb mogen ontdekken en deze spirit kan waarmaken.

Ik geloof er sterk in dat alles energie is en dat de natuur steeds met ons in contact staat. Dit kan met behulp van voeding, de zon, verschillende healingbehandelingen en nog zoveel meer.

Zelf ben ik in 2009 in contact gekomen met de energetische werking doordat ik de cursus Reiki mocht doorlopen en het energetische hierrond kon ervaren.

Sindsdien is mijn honger naar meer kennis van en een diepere verbinding met energetisch werken, steeds groter geworden.

Ja, sindsdien ben ik een verslaafde energie-junkie geworden op spiritueel vlak.

Ook kwam de kans op mijn levenspad om een cursus gezondheidstherapie te volgen via de Europese Academie te Genk. Hierin ontdekte ik de ware wereld van het ‘mens zijn’ en kreeg ik zoveel bevestiging van zaken die ik sinds lang dacht, die nu eindelijk werden aangetoond.

Ik ontdekte vakken als anatomie, kruidenleer, Bachbloesems, voedingsleer, iriscopie, de 4 temperamenten, fysionomie, typologie en nog zoveel meer.

Het heeft mij sindsdien nog dichter bij mijn natuur gebracht dan voorheen.

Ook voorheen voelde mijn innerlijke wezen ook wel dat de natuur een binding had, maar na deze studie werd het nu wel echt bewezen door de verschillende vakken en therapieën die ik volgde.

Het is daarom dat ik jullie graag bewust wil maken van beide, Reiki en de cursussen, die toch één zijn, (want al is verbonden met al).

Want, ja, dit is wat ik moet doen: jullie op mijn luchtige, speelse manier bewust maken van wat jullie eigenlijk al weten.

Ik geef ook cursussen, workshops, ceremonies, voorstellingen, readings, verbindingsmomenten en weldra ook retreatprogramma's.

Ik word ook vergezeld door mijn trouwe vriendin, die ook mijn leermeesteres is. Haar naam is Roxy. Zij is 10,5 jaar oud, een kruising van een Duitse herder en bordercollié.

Samen zijn we nog sterker en voelen de anderen een kracht van rust en vertrouwen omdat we een echte eenheid vormen als natuur zijnde.

Met deze korte samenvatting hebben jullie al een stukje van mijn zijn mogen ontdekken.

Laten we daarom naar de inleiding verdergaan om stilaan te ontdekken waar deze journey over gaat.

Nogmaals welkom.

Inleiding

Tijdens deze journey neem ik jullie mee op een reis door de verschillende elementen.

De 4 natuurelementen zijn zeer bekend, maar weinig mensen begrijpen hoe ze ermee verbonden zijn.

Men zegt weleens dat we rekening moeten houden met de natuur.

In deze tijd is propaganda alomtegenwoordig, waarschuwingen over hoe om te gaan met onze ecologische voetafdruk.

Denk aan de bossen, oceanen, rivieren, beken, dieren, enzovoort.

Toch staan weinig mensen stil dat ook u, ja u, de natuur bent.

Hierin ligt een deel van het verborgen geheim.

Uzelf bent verbonden met de grote schakel in deze aardse wereld. Zolang u niet ontdekt dat het van groot belang is om als ware mens in de meeste natuurlijke vorm te leven, zullen al die andere factoren, die ook heel belangrijk zijn, niet in balans te krijgen zijn. Hiermee bedoel ik, dat zolang wij excuses blijven verzinnen om onszelf niet te ontdekken, te geloven in ons eigen kunnen of onszelf liefde te mogen schenken, dat we dan steeds tijdens onze levenswandel langs onszelf heen lopen. En hierdoor blijven we de andere factoren onbewust saboteren. Door de schakel van eenheid waarin al met al verbonden is.

Het is als een fiets.

Je stuur is ok, je zadel is goed, je banden zijn prima, maar je ketting schiet los.

Jij beslist plots om uit deze schakel een stukje te halen, gewoon een zot idee.

Maar dan is die beter gespannen en zal er niet zo snel afvallen.

Je ontdekt dat net die ene, ja die ene schakel, de enige echte eenheid maakte om heel die fiets te laten werken.

Eén klein schakeltje verschil.

Dit is ook zo met de aarde en al wat hier leeft.

Van mier, rat, hond, bloemen, bomen, mensen en zoveel meer.

Ontdek wie u bent, groei, ontplooi, wees eindelijk je natuur.

En ontdek dat je tot een grotere eenheid behoort zodra je jouw schakel hierin (h)erkent.

U ontdekt in deze reis van verwondering dat u reeds één van deze 4 natuurelementen bent: vuur, aarde, water en lucht. Of een combinatie ervan.

In dit boek gaan we ieder element apart ontdekken.

De verbinding tussen gezichten herkennen en gedrag, die aantonen welke elementen zich bekendmaken.

Door kernkwaliteiten als ook de combinatie-elementen, die steeds duidelijk maken welke element zowel positief als negatief herkenbaar wordt.

Hoe gezondheid bij ieder element tot u spreekt, indien u in onbalans bent, zoals een kompas via uw organen die verbonden zijn per element.

Ja, ook kinderen zullen hierin eindelijk begrepen en ontdekt worden wie ze waarlijk zijn in hun pure natuurvorm als mens.

Als kers op de taart ontdekken we nog leuke oefeningen, die zorgen dat je meer in balans raakt met jouw natuurelement, alsook hoe je extra spirit aan je element toe kan voegen indien je wat minder in kracht bent met je element.

Ik ben vooral tot deze kennis gekomen doordat ik verschillende ervaringen heb gehad. Het is ook gebaseerd op de 4 temperamenten via de leer van Hippocrates. (**Bron 1**).

Die heb ik ontdekt via de Europese Academie te Genk, waar u verschillende interessante cursussen kunt volgen, zoals Herborist, Gezondheidstherapeut, Voedingsconsulent, Biologische dierenverzorger en zoveel meer.

europeseacademie.be

Door de 4 temperamenten te leren kennen, ben ik mij hierin meer gaan verdiepen.

Er is ook de Chinese elementenleer.

Zij beogen hout, vuur, aarde, metaal en water.

The Hero Tribe maakt gebruik van deze leer.

U ontdekt hen verder in het boek bij de oefeningen.

Deze elementenleer wordt hier echter niet beschreven.

Beide zijn zeer interessant om zowel te ontdekken als ook toe te passen.

Maar laten we beginnen bij het begin, de basiskennis.

Ik geef jullie een basis mee, zodat jullie al een beetje meer voeling en kennis ophalen over de basiselementen.

Uiteraard bent u vrij om dit wel of niet naar u zelf te willen (h)erkennen of te gebruiken.

Het staat nog steeds in de kinderschoenen, waardoor er weinig op deze manier naar buiten is gebracht.

Daarom is het belangrijk dat je voor jezelf aanvoelt hoe deze reis met jou resoneert en dat je dan beslist welke meerwaarde deze reis jou schenkt.

Ik geloof sterk in de eerlijkheid van energie, dus luister vooral naar je gevoel hierin en kijk dan wat het met je doet.

Hoe je het ook beleeft, hou het vooral luchtig.

Waarom is het belangrijk de 4 natuurelementen te herkennen?

In de eerste plaats om jezelf echt te ontdekken.

Het kan zijn dat je je al heel lang onrustig voelt, terwijl het leven eigenlijk goed voor je gaat. Innerlijk blijf je een onrustig wezen.

Of je bent iemand die steeds iets wil doen, maar geen keuze kan maken.

Regelmatig een andere job, steeds iets anders, maar nooit wat je écht past.

Waarom overkomt mij dit?

Je studies, wat is echt jouw keuze?

Niet wat mama en papa dromen of anderen jou toegooien.

Wat is jouw keuze?

Wie ben je, wat is jouw droom?

Je bent algemeen gezond bezig en toch heb je vaak last van pijn, ontstekingen, depressie, burn-out. Nu eens gezond, dan weer ziek.

Waarom ik altijd?

Je hebt het goed voor met je partner vanuit je hart, het is je ware liefde.

En toch botsen jullie vaak over kleinigheden.

Wat doe ik mis? Waarom begrijpen we elkaar niet echt?

Al deze en nog zoveel andere levenservaringen die onbegrepen blijven, zijn aan elkaar gelinkt doordat we de elementen van onszelf en anderen niet herkennen, waardoor we een miscommunicatie krijgen, de verborgen signalen niet ontvangen en daardoor niet begrijpen.

Gelukkig voor u heeft u de magie in handen om wat verborgen is, tevoorschijn te laten komen.

Hoe?

Juist door te ontdekken welk kernelement of welke combinatie van elementen u bent en dit ook te kunnen herkennen bij anderen.

Op deze manier begrijpt u de grillen en tonen beter zowel van uzelf als van de anderen.

Laten we eens naar een kort voorbeeld kijken van een koppel.

De man is een lucht-vuur-element en de vrouw is een aarde-vuur-element.

De zon schijnt, de man beslist impulsief om naar zee te gaan.

Hij stelt het, met een glimlach, luchtig voor aan de vrouw.

Maar plots vliegt ze uit dat dit niet zomaar kan.

Want ze heeft een schema en ze houdt niet van plotselinge veranderingen, die niet eerder besproken zijn.

Ze wil structuur en stabiliteit.

Deze zeereis gaat niet door.

Wat is hier gebeurd? Want de man deed het met een goed hart en wou de vrouw laten genieten van de dag.

Het aarde-element heeft graag planning, structuur, zekerheid.

Dit zijn enkele kwaliteiten.

Lucht, een element dat lijnrecht tegenover aarde staat, is veel losser en kan ieder moment zomaar iets willen doen.

Dit botst.

Indien de man een aantal dagen op voorhand de weersvoorspelling had gezien en dan aan de vrouw had gevraagd of het mogelijk was om de volgende zaterdag naar zee te gaan, dan had de vrouw haar planmatigheid, haar structuur en zekerheid gehad, waardoor de zeetrip zeker in haar planning mogelijk was.

U ziet, door kennis te hebben van welke kwaliteiten ieder element met zich meedraagt, dat we hierdoor elkaar ook beter ontvangen en begrijpen.

Door deze betere communicatie krijgen we een betere samenleving, zowel met partner als met anderen in uw leven.

Ook voor bedrijven is het een must om te weten welke elementen zich goed voelen.

Stel u voor: u krijgt op uw bedrijf een puur vuur-element.

U beslist om deze de boekhouding te laten doen.

Blijkt dat deze persoon nogal onrustig is na een paar uur stilzitten, dat hij het werk wel snel kan, maar zich verveelt en het maar saai vindt, dat hij ook vaak luidruchtig praat.

Dit lijnrecht tegenover een aarde-element dat houdt van structuur, orde, correct handelen en eerlijk zijn.

Hierin herkent u dat administratie wel toepasbaar is voor het aardse wezen.

Terwijl het vuur-element kwaliteiten heeft als leiderschap, gedrevenheid, vurigheid, energie en hartstocht.

Dit element zet je beter in een leiderspositie.

Dus ook bedrijven winnen hiermee, doordat we de ware natuur herkennen en deze ook plaatsen in een rol die hun natuur hen al meegeeft.

Zo creëren we een gezondere leef/werk-omgeving wat in de toekomst minder ziekteverzuim kan opleveren.

Indien we echt op lange termijn denken-durven-doen, is dit een weg waar we zeker mogen nadenken over hoe dit toegepast kan worden in het bedrijfsleven.

En laten we uiteraard beginnen bij het begin: kinderen staan zeer kort bij hun natuur.

Enkel door onze onwetendheid halen we ze onbewust uit deze natuurlijke kracht.

Dus als we van jongs af aan het kind in de elementen, die ze zijn, kennen en ondersteunen, zowel in gezinsleven maar vooral ook in scholen, dan hebben zij meer de kans om zich in hun natuurlijke kracht te ontwikkelen.

Want ja, dit zorgt dan al vanaf de fundering voor een goede basis in de richting van een nieuwe maatschappij dankzij de 4 elementen-generatie.

U ziet het, voor verschillende situaties biedt deze kennis toch wel een meerwaarde om mee te nemen.

Verder zal u ontdekken wat nog meer verborgen is en voor meer verbazing zorgt.

Maar onthou vooral: u zal tevoorschijn laten komen wat verborgen ligt, dankzij uw vurige reis door lucht over water en aarde.

Hoe ontdek ik dit boek?

Je zal ontdekken dat er op bepaalde plekken verhalen in het boek zijn gekropen. In die verhalen zal je zien dat er een aantal woorden in andere kleuren staan.

Hierin zitten dus oefeningen verborgen die u op speelse wijze beter leert onthouden, om dan naderhand te kunnen toepassen.

Ook krijgt u bij het boek een tabel die u verder mag invullen. Per hoofdstuk wordt het nog duidelijker uitgelegd wat je er juist mee moet doen.

U neemt 4 kleurstiften, rood, geel (oker), groen en

Blauw, samen met de extra hulpfiches die als ondersteuning dienen. Ze helpen u om deze oefeningen leuk en soepel te houden.

Uiteraard is er ook tijd om gewoon te lezen en te ontdekken. De hoofdstukken maken ook steeds duidelijk wat er juist van u gevraagd wordt.

Als er al iets te doen is, want soms kan u gewoon lezen en ontdekken.

U kiest uiteraard of u er wel of niet aan meedoet.

Tip: indien u de oefeningen uitvoert, zal het nieuwe gegeven beter in uw systeem blijven.

U zal het dan door de speelse manier beter opslaan en het zal door de verhalen heen echter aanvoelen.

Omdat dit zo nieuw is, vragen we bij het hoofdstuk “Kinderen” om eventueel mee te werken aan een wereldwijd experiment.

Dit om langs beide kanten nog bij te kunnen leren: voor u, dat u hierin meer informatie ophaalt en meedeelt, alsook voor mij en het team. We willen nog steeds bijleren naar kinderen toe, zodat we hier toekomstgericht in kunnen groeien en betere connecties kunnen maken op het vlak van de 4 elementenleer, specifiek op kinderen gericht. Zodoende kan er zich eventueel, dankzij jullie extra bijdrage, nog iets nieuws ontwikkelen, wat meer ondersteunend werkt naar kinderen toe.

Uiteraard bent u vrij in de keuze of u zich al dan niet verbindt met het experiment en of u de ware naam van het kind doorstuurt of een fictieve om de anonimiteit te bewaren.

Hierin bent u volledig vrij. Meer hierover bij het hoofdstuk “Kinderen”.

Uitleg 4 kleuren.

De 4 kleuren die jullie bij dit boek gaan kunnen gebruiken zijn een hulpstuk in de verhaallijnen die in elk element duidelijk worden.

Rood is voor het eerste element vuur.

Geel is voor het element aarde.

Groen is voor het element water.

Blauw is uiteraard voor het element lucht.

In elk element apart beschreven, komen kernkwaliteiten naar voren die bepalen welke natuurelementen bedoeld worden.

Zowel positieve als negatieve kwaliteiten en deze kan je terugvinden op de bijgevoegde hulpfiche waar al de kernkwaliteiten neergeschreven staan.

Indien je zelf nieuwe kwaliteiten vindt tijdens deze ontdekking, mag je ze gerust doorsturen, zodat wij het ook steeds kunnen aanpassen naar de volgende druk toe.

De bedoeling is dat u ze met de kleuren onderstreept en ze ook toevoegt aan de tabel verder in het boek.

U zoekt natuurlijk zelf uit of ze positief of negatief zijn.

Voor elk element zijn er 3 verhalen, bij de eerste 2 verhalen zijn al een paar kenmerken in kleur gezet als voorbeeld.

Verder in het verhaal zoekt u dan zelf de andere verborgen elementen.

Bij het laatste verhaal van elk element zoekt u in het hele verhaal alles zelf.

Ook bij het hoofdstuk "Kinderen" gebruikt u deze techniek in de verhaallijnen die daar voorkomen.

Zowel onderstrepen als toevoegen in de tabel.

Laten we een beetje kleur in ons leven brengen.