Chakra affirmaties

1 – Wortelchakra
“Ik ben veilig. Ik ben gegrond. Ik vertrouw op het leven.”

2 – Sacraalchakra
“Ik sta open om te voelen en te ontvangen. Mijn levensenergie stroomt vrij. Ik geef mezelf toestemming om te genieten.”

3 – Zonnevlechtchakra
“Ik sta stevig in mijn eigen kracht. Ik vertrouw op mezelf. Ik mag mijn ruimte innemen.”

4 – Hartchakra
“Mijn hart is open voor liefde. Ik geef en ontvang liefde in balans. Ik ben liefdevol verbonden met mezelf en anderen.”

5 – Keelchakra
“Ik spreek vrij. Mijn stem mag gehoord worden. Ik geef helder uiting aan mijn behoeften en grenzen.”

6 – Derde oogchakra
“Ik vertrouw op mijn intuïtie. Ik vertrouw op mijn innerlijk weten.”

7 – Kruinchakra
“Ik ben verbonden met de Bron en mijn hogere zelf. Ik geef me over aan de stroom van het leven.”