

Svadhithana Heiligbeen chakra



Affirmaties

Ik ben creatief
Ik sta open voor nieuwe ervaringen
Ik straal vreugde en geluk uit
Mijn emoties zijn gezond en healend
Ik geniet van mijn seksualiteit
Ik waardeer en respecteer mijn lichaam
Ik ben passievol
Ik sta open voor healing
Ik zet ideeën om tot actie

Svadhithana Heiligbeen chakra



Edelsteen therapie



abrikoos agaath: werkt troostend en beschermend



carneool: werkt motiverend en helpt creativiteit



oranje calciet: brengt diepe ontspanning en helpt oude patronen doorbreken



tangerine kwarts: bevordert creativiteit en acceptatie van veranderingen in je leven