



Muladhara Wortelchakra

Betekenis: wortel

Ik ben

Verbonden met: 1e aura laag of
het etherische, fysieke lichaam

Kleur: rood

Rechten: om er te zijn en om te hebben

Tegenkracht: angst

Ligging: onder de wervelkolom

Balans: tevreden, innerlijke kracht, gegrond,
zelfvertrouwen, vitaliteit, zich veilig voelen,
goede fysieke gezondheid



Svadhishthana Heiligbeen chakra

Betekenis: huis van het zelf

Ik voel

Verbonden met: 2e aura laag of
het emotionele lichaam

Kleur: oranje

Rechten: om te voelen en je creaties te uiten

Tegenkracht: schuldgevoel

Ligging: tussen navel en geslachtsdelen

Balans: contact met je emoties,
balans in seksualiteit, goede creativiteit,
acceptatie, elkaar vergeven