



AFFERMAZIONI

PER EQUILIBRARE I CHAKRA

Chakra Radicale (Muladhara):

Sono centrato, sicuro e connesso all'energia della Terra.

Il mio corpo è una casa sicura e stabile per il mio spirito.

Confido nel processo della vita e lo lascio svolgere con facilità.

Sono finanziariamente sicuro e le mie necessità sono sempre soddisfatte

Sono radicato, stabile e pieno di vitalità

Chakra Sacrale (Svadhithana):

- **"Accolgo e godo della mia sessualità con gioia e piacere."**
- **"La creatività fluisce attraverso di me e la esprimo liberamente."**
- **"Sono in contatto con le mie emozioni, permettendo loro di guidarmi ed emanciparmi."**
- **"Merego di sperimentare piacere e abbondanza in ogni aspetto della mia vita."**
- **"Le mie emozioni sono equilibrate e le onoro come messaggeri validi."**

Chakra del Plexo Solare (Manipura):

- **"Sono sicuro e potenziato in tutto ciò che faccio."**
- **"Confido nel fatto che ho il potere di creare cambiamenti positivi nella mia vita."**
- **"Merito successo, realizzazione e abbondanza."**
- **"Onoro il potere dentro di me e lo uso per il bene comune."**
- **"Le mie azioni sono in linea con il mio potere personale e con l'integrità."**

Chakra del Cuore (Anahata):

- **"Dò e ricevo amore liberamente e incondizionatamente."**
 - **"Il mio cuore è aperto alla compassione e alla comprensione degli altri."**
 - **"Perdono me stesso e gli altri, lasciando andare ogni sentimento di rancore o rabbia."**
 - **"Sono connesso all'amore universale che fluisce attraverso tutta la vita."**
 - **"Irradio amore e compassione, avendo un impatto positivo sul mondo."**
- 



AFFERMAZIONI

PER EQILIBRARE I CHAKRA

- Chakra del Terzo Occhio (Ajna):
 - "Sono in sintonia con la mia intuizione, seguendo la guida della mia saggezza interiore."
 - "Vedo chiaramente oltre le apparenze, comprendendo la verità più profonda in ogni situazione."
 - "La mia mente è chiara, calma e aperta a nuove prospettive."
 - "Confido nelle mie percezioni e le utilizzo per prendere decisioni sagge."
 - "Sono in armonia con il flusso della vita, seguendo il mio percorso con fiducia."
 - Chakra della Corona (Sahasrara):
 - "Sono connesso all'energia universale, sperimentando un profondo senso di unità e spiritualità."
 - "La mia coscienza si espande oltre i confini del corpo, aprendo la porta alla conoscenza divina."
 - "Accolgo la luce divina e la saggezza in ogni aspetto della mia vita."
 - "Mi apro alla consapevolezza del momento presente, sperimentando la pace interiore."
 - "Sono un canale aperto per l'amore e la consapevolezza divina, contribuendo alla crescita del mio spirito e dell'umanità."
- 