

# Affirmations positives pour chant énergétique des chakras

## Chakra racine

Rouge, LAM, do (C)

### Affirmations

- ◆ Je suis enraciné et connecté à la terre
- ◆ Je suis en sécurité (financièrement)
- ◆ Je prends soin de moi
- ◆ Je laisse aller mon passé
- ◆ Je suis ouvert aux nouvelles idées



## Chakra sacré

Orange, VAM, ré (D)

### Affirmations :

- ◆ Je suis gentil, sensible et compatissant
- ◆ Je me sens bien dans mon corps
- ◆ Je suis créatif
- ◆ Je sais quand agir et quand attendre
- ◆ J'exprime mes émotions de façon positive
- ◆ J'ai le droit d'être heureux et de trouver le plaisir
- ◆ Je maîtrise mes désirs



## Chakra plexus solaire

Jaune, RAM, mi (E)

### Affirmations :

- ◆ Je suis assez et ce que je fais est assez
- ◆ J'accepte que je suis en train d'apprendre
- ◆ Je m'aime. Je me valorise. Je me fais confiance
- ◆ Je suis puissant, rayonnant et magnifique
- ◆ Je me permets de profiter pleinement de tout ce que je fais
- ◆ Mon travail a une facilité et un flux



## Chakra cœur

Vert, YAM, fa (F)

Affirmations :

- Je m'aime et m'accepte tel que je suis
- Je mérite l'amour, la santé, le bonheur et la prospérité
- Je donne et reçois l'amour naturellement et inconditionnellement
- Je me sens plus fort, plus vivant et énergisé chaque jour
- Je me pardonne et je pardonne aussi les autres



## Chakra gorge

Bleu, HAM, sol (G)

Affirmations :

- Je parle facilement de ma vérité
- C'est sécuritaire d'exprimer mes besoins
- J'aime utiliser ma voix et m'exprimer librement
- Je possède mon pouvoir et je me sens pleinement vivant
- Je suis calme, confiant et centré
- J'ai confiance que ma vie se déploie exactement comme elle devrait



## Chakra troisième œil

Indigo, OM, la (A)

Affirmations :

- Je suis passionné, puissant et productif
- Je suis guidé par ma sagesse intérieure
- Je suis connecté à ma plus haute vérité
- Je connais ma propre voix
- J'expérimente la clarté tous les jours
- En tout moment, je suis en sécurité, aimé, guidé et protégé



## Chakra couronne

Mauve, OM ou AUM, si (B)

Affirmations :

- J'honore mon corps qui est le temple de mon âme
- Je suis amour, joie, paix et liberté
- Je suis complet et un avec l'énergie divine
- Je suis en paix, entier et équilibré
- Tout est connecté

