

# Doe de Chakra Test

Het gaat er om dat je herkent in welke richting jij neigt. *Het is maar een grove indicatieve schaal.*  
Zet ergens op de balk een (denkbeeldig) kruisje: daar wat het meest bij je past.  
Zit je in het midden dan is er rust. Neig je naar links of rechts, dan is er wellicht nog werk te doen?

## Chakra 1: Recht van bestaan



Ik ben vlug nerveus en voel mij snel onwelkom.

Ik sta met beide benen in het leven en neem de nodige zorg voor mijn gezondheid en mijn bestaanszekerheid.

Ik eis veiligheid en heb een grote hekel aan veranderingen.

## Chakra 2: Voelen en genieten



Wat ik voel is soms best lastig. Vaker negeer ik maar wat er speelt. Seks en intimiteit vermijd ik of het raakt me niet werkelijk.

Ik ervaar en accepteer mijn gevoelens hoe ze zich aandienen. Mijn seksualiteits- en intimiteitsbeleving is voor mij een rijke bron.

Ik ben hooggevoelig en emotioneel, kan me met iedereen verbinden. Seks en intimiteit is een lastig onderwerp.

## Chakra 3: Willen en kracht



Ik stel mij meestal passief op; ben vlug verlegen en kan niet makkelijk beslissingen nemen.

Ik voel mijn eigen potentie en kracht en zet mijn verlangens om in actie.

Ik ben vaak dominant en krijg per se wat ik wil.

## Chakra 4: Liefde en (zelf-)waardering



Ik kan soms koud en afstandelijk overkomen.

Ik ken mijn eigen kwaliteiten en weet die te waarderen. Liefdevol ga ik met anderen om.

Soms verlies ik mezelf door mijn liefde en aandacht voor anderen.

## Chakra 5: Expressie en communicatie



Ik ben introvert, soms verlegen en praat niet makkelijk.

Ik laat zien wat er bij mij speelt en vind wegen om mij zelf en mijn creativiteit tot uitdrukking te brengen.

Ik praat veel en (te) makkelijk, maar houd eigenlijk mensen op een afstand.

## Chakra 6: Inzicht en kennis



Ik ben vrij star in mijn manier van denken; ben rechtlijnig en ik raak makkelijk in de war.

Ik doorzie de grote lijnen en ontwikkel mijzelf door het inzetten van mijn kennis en fantasie.

Ik kan me verliezen in dagdromen en zie overal wel de symboliek van in.

## Chakra 7: Spiritualiteit



Ik sta er uiteindelijk alleen voor; ik geloof niet wat ik niet kan zien of begrijpen.

Ik maak deel uit van een groter geheel; ik weet dat er meer is dan 'ik' en ik verbind me met anderen.

Dit aardse leven is niet belangrijk; ik richt me op de geestenwereld en het Hogere.