

Arborvitae

Vertrouw op de genade van het leven zelf.

Ik vertrouw op de overvloedige genade van het leven zelf en nodig deze nu in mijn leven uit.

Basil

Vernieuw je fysieke kracht

Ik sta in mijn kracht en neem voldoende tijd voor mijn herstel.

Bergamot

Accepteer jezelf zoals je bent

Ik geloof in mijzelf en mijn talenten en ik weet dat ik de kracht heb om van mezelf te houden.

Birch

Vind kracht in je flexibiliteit

Ik ben flexibel door de diepte van mijn wortels. Ook als ik alleen sta wordt ik gevoed door de dingen die ik aangereikt krijg.

Black Pepper

Werp je maskers af

Ik ben integer en waarachtig en sta mezelf toe om mezelf te zijn.

Black Spruce

Vertrouw op je uithoudingsvermogen

Ik heb inzicht in de pijn die ik van mijn (voor)ouders kreeg. Ik ben hier om die pijn te overwinnen en te transformeren naar levensenergie en -ruimte.

Blue Lotus

Mijn spirituele kracht ontwaakt.

Ik zet de volgende stap in mijn spirituele reis en doe volledig wat er in mijn vermogen ligt in de beperkte tijd die ik heb. Mijn zachtste kant is waar mijn grootste kracht ligt.

Blue Tansy

Leef het leven dat jij wil

Ik zet mijn passie om in concrete actie en ik neem de leiding terug over mijn eigen leven en het realiseren van mijn dromen.

Cardamom

Zie de zuivere waarheid

Ik omring mezelf met zachtmoedige gedachten en krijg de controle over mijn gevoelens weer terug. Ik vertrouw!

Cassia

Je bent uniek en zeer bijzonder

Ik ben een bijzonder mens en stel me nu open voor al mijn potentieel en mijn vaardigheden. Ik erken mijn kracht en leef nu vanuit mijn kracht.

Cedarwood

Verbind je met vrienden en familie

Ik ben altijd door goede vrienden, mijn familie en andere lieve mensen omringd en mijn vertrouwen in mijzelf en de wereld om me heen wordt met de dag groter.

Cilantro

Laat de controle los

Ik sta weer in verbinding met mijn ware zelf en geniet van de stroom van mijn leven.

Cinnamon

Leef je intimiteit en seksualiteit

Ik ben vrij om mijn verleden los te laten en beleef een diepgaande en liefdevolle seksualiteit.

Cistus

Heel je gebroken hart

Ik heel diep gelegen wonden waarvan ik eerder niet dacht ze te kunnen helen en verbind met met de helende kracht van liefde.

Citronella

Weer ongewenste gasten af.

Ik weer moeiteloos kleine irritaties af en hou ze uit mijn energieveld.

Clary Sage

Wees duidelijk en weet wat je visie is

Ik ken mijn waarheid en ontwikkel voortdurend nieuwe creatieve ideeën die me aan het levenspad herinneren dat het leven voor mij heeft gekozen.

Clementine

Geluk zit in kleine dingen kunnen doen.

Ik ben gezegend om te doen wat ik kan doen. Ik haal geluk uit de kleine dingen en hoe ik daarmee het verschil kan maken. Ik ben niet meer bezig met toekomst of verleden.

Clove

Bepaal wat goed voor je is

Ik ken mijn weg en bewandel hem op integere wijze. Ik bevrijd mezelf en ben mezelf weer.

Copaiba

Omarm je verleden.

Ik voel me verbonden met mijn voorouders. Ik erken dat ik ben wie ik ben door hen. Ik ben doordat zij waren.

Coriander

Blijf bij jezelf

Ik erken mijn eigen behoeften en respecteer ze. Ik ben bereid om voor mezelf op te komen en mijn uniekheid tot uitdrukking te laten komen.

Cypress

Blijf in de stroom van je leven

Ik ben volledig ontspannen en vertrouw er op dat ik word geleid. Ik blijf in de stroom en beleef het ene wonder na het andere.

Davana

Wees flexibel

Ik pas me aan aan wat jij nodig hebt zonder over mijn eigen grenzen heen te gaan om gezondere relaties aan te gaan dan ik in het verleden heb gedaan.

Dill

Het is makkelijk om nieuwe dingen te leren en logisch na te denken.

Ik verwerk moeiteloos informatie tot bruikbare ideeën en heb geen moeite om onderscheid te maken tussen wat belangrijk en niet belangrijk is.

Douglas Fir

Laat oude patronen los.

Ik groei uit boven de patronen die me in het verleden klein hielden. Ik leer van anderen door te kijken wat zij anders doen dan ik en ik leer hiervan.

Eucalyptus

Wees klaar voor een gezond lichaam

Ik wil volkomen gezond en vitaal zijn en dat word ik ook. Ik vertrouw erop dat mijn lichaam in staat is om te genezen..

Fennel

Neem verantwoordelijkheid en wees overtuigd van jezelf

Ik ben verbonden met alles wat is en ik geloof in een hogere lichaamsintelligentie die in mij werkzaam is.

Frankincense

Herken je spirituele waarheid

Ik geloof dat het leven van me houdt, me kracht geeft en me wil zien groeien in de vaderlijke kracht en ik weet dat ik altijd in het licht zal zijn.

Galbanum

De aarde heelt mij

Ik vertrouw op de kracht van het universum om van me weg te nemen wat me klein houdt, zwaar voelt, of pijn doet en er inspiratie voor terug te krijgen.

Gardenia

Verlicht mijn hart

Ik ben benaderbaar en vriendelijk. Ik help anderen waar ik kan om hun pad lichter te maken zonder dat ik daarbij over mijn eigen grenzen heen ga.

Geranium

Vertrouwen in liefde

Ik open mijn hart en voel me geborgen in de moederlijke kracht van de liefde. Ik houd van mijn innerlijk kind en voed het. Ik voel me zeker.

Ginger

Succesvol zijn is je geboorterecht

Ik neem mijn leven nu in eigen hand en heb vertrouwen in mezelf en mijn gaven en talenten. Ik geloof in mijn succes en neem de verantwoordelijkheid voor mijn leven.

Grapefruit

Eer en waardeer je lichaam

Ik respecteer mijn lichaam en houd van mezelf zoals ik ben. Ik stel me open voor mijn innerlijke en uiterlijke schoonheid en begin met het waarderen van mijn lichaam.

Green Mandarin

Begroet het kind in jezelf

Ik nodig opnieuw de speelsheid waarmee ik als kind de wereld ontdekte in mijn leven uit. Ik ervaar als het leven als een grote ontdekkingstocht waarin alles een avontuur is.

Guaiacwood

Ontdek jezelf opnieuw

Omarm je grootste uitdaging en ontdek daarin het verloren deel van jezelf. Ook als dat je allergrootste angst is zal blijken dat je sterker bent dan je dacht.

Hawaiian Sandalwood

Geef je over (nadruk op bovenste chakra's)

Ik groei in mijn spirituele waarheid en vertrouw erop dat alles er is en ik altijd alles heb wat ik nodig heb.

Helichrysum

Bevrijd jezelf van je pijn

Ik vind het vertrouwen in mijn leven weer terug en stel me nu open voor de genezing van mijn ziel. Diep van binnen weet ik dat alles weer goed komt.

Hinoki

Ik sta de harmonie toe om te zijn

Ik ben een tempel van natuurlijke orde en van de universele stroom van levensenergie. Wat er in mijn ruimte gebeurd is een uitvloeisel van liefdesenergie.

Hyssop

Bereid jezelf voor

Er is geen enkele reden om aan te nemen dat je iets niet waard bent. Je bent niet verdwaald. Je bent precies waar je nu moet zijn. Je mag de schaamte loslaten.

Jasmine

Geniet van je seksualiteit

Ik laat het verleden achter me en richt mijn aandacht op een liefdevolle en diepgaande verbondenheid en de schoonheid van mijn intieme ervaringen.

Juniper Berry

Herken je angsten

Ik heb de moed om mezelf open te stellen om in het diepst van mezelf genezing te ervaren.

Kumquat

Laat je innerlijke waarheden naar buiten komen.

Dat wat je diep binnenin jezelf hebt weg gestopt mag naar de oppervlakte komen zodat je jezelf beter in balans brengt en een volledige versie van jezelf kunt laten zien.

Laurel Leaf

Triomfeer over dat wat je niet dacht te kunnen overwinnen.

Ik accepteer dat tegenslagen de beste levenslessen zijn en ik vertrouw in mijn kracht om uitdagingen te overwinnen.

Lavender

Spreek je waarheid uit

Ik ben zeker van mezelf als ik me liefdevol tot uitdrukking breng en ik heb de moed om mezelf te blijven.

Lemon

Concentreer je

Ik ben zeer opmerkzaam en aanwezig. Ik heb de gave dat ik nieuwe dingen kan leren en heb vertrouwen in mijn talenten. Ik stel me open voor het ontvangen van wijsheid en kennis.

Lemon eucalyptus

Veilige ruimte

Ik ben veilig in mijn eigen ruimte. In mijn ruimte laat ik alleen toe wat goed voor me is, waar ik van kan leren en wat me helpt groeien.

Lemon Myrtle

Helderheid

Welke waarheid blijft als je er echt goed naar kijkt en je alleen maar uitgaat van dat wat je zelf weet?

Lemongrass

Reinig je energieveld

Ik kom weer in mijn kracht te staan en voel me herboren. Alles in mij en in mijn omgeving is puur, vrij en stroomt weer.

Lime

Laat je ongeschonden hart je kompas zijn

Ik herinner me de zuiverheid in mijn hart en laat al het oude los. Ik creeër mijn vrijheid en verbind mijn verstand met mijn hart. Ik kan weer vrij tot ontwikkeling komen en verheug me op alle uitdagingen van het leven.

Litsea

Doe wat je hart je ingeeft

Ik volg mijn levensdoel en creëer waar ik kan. Ik laat me niet meer afleiden door mijn oude overtuigingen. Ik leef in alignment.

Magnolia

Vrouwelijke compassie en leiderschap

Ik kan de moeder zijn die ik zelf niet heb gehad. Zowel voor mezelf als voor anderen. Ik kan leiding geven zonder verlies van gelijkwaardigheid.

Manuka

Je doet ertoe

Het is niet wat ik doe, maar wat ik ben dat echt belangrijk is. Vanuit het centrum van mijn volledige zijn vloeien mijn handelingen natuurlijk voort.

Marjoram

Verbind je met anderen

Ik sta nu helemaal open voor andere mensen, nieuwe vrienden en nieuwe verbindingen en ik weet dat die goed voor mij zijn.

Melaleuca

Erken je grenzen en geef ze aan

Ik heb de moed om mijn grenzen aan te geven en mijn zelfgekozen weg te begaan die goed voor mij is.

Melisse

Laat je licht schijnen

Ik ben nu klaar voor mijn grootste potentieel. Ik volg mijn weg die vol licht is en vertrouw op de liefde in mijn hart.

Myrrh

Voel geborgenheid in het leven

Ik voel me geborgen in de energie van moeder aarde en ben volkomen thuis bij mezelf.

Myrtle

Emotionele groei en progressie

Ik erken de groei van slachtoffer naar overwinnaar in mezelf. Alles werkt samen om mij in de richting te sturen van waar mijn volgende stappen liggen op het pad van mijn zelfverwezenlijking.

Naio Wood

Wees sensitief en beschermt jezelf

Ik breng naar boven wat nog bedekt is en wat ik nu aan mag kijken. Mijn sensitiviteit is mijn talent wat mij in staat stelt om mezelf te beschermen.

Neroli

Heel je lange termijn relaties

Ik laat de harmonie toe in mijn liefdesrelatie(s) en ik open mijzelf om een diepere verbinding aan te gaan.

Niaouli

Doorzie de dreiging

Ik nodig mezelf uit om de groeimogelijkheden te zien in die gebieden waar ik me voorheen tegen afzette of waar ik op ander manieren dacht dat ik mezelf ertegen moest beschermen.

Oregano

Laat los

Ik ben flexibel in mijn opvattingen richt me op nieuwe patronen en positieve gehechtheden.

Osmantus

Wees teder

Verspreid compassie en dankbaarheid

Palmarosa

Emotionele eerlijkheid en volwassenheid

Ik laat oude hartepijn en verdriet naar boven komen zodat ik het los kan laten. Ik vergroot mijn groeimogelijkheden.

Patchoeli

Voel je aanwezig in je lichaam

Ik stel me open voor mijn oprechtheid en ik voel me stabiel en zeer comfortabel in mijn lichaam. Mijn hart en mijn verstand zijn weer één en ik ervaar vitaliteit en speelsheid.

Peppermint

Laat je hart opbloeien

Ik heb mijn levensvreugde weer ontdekt en kan met alles omgaan.

Petitgrain

Heel je familielijn

Ik ben hier dankzij alle mensen waar ik uit voortkom. Door mezelf te helen heel ik ook alle delen van de voorvaders en moeders die in mij voortleven.

Pink Pepper

Wees gelijkwaardig aan de ander

Ik stop met mezelf minder of meer waard te vinden dan een ander zodat er gelijkwaardigheid kan ontstaan.

Red Mandarin

Ik heel mijn huid

Mijn huid is een weerspiegeling van mijn innerlijke gezondheid. Zoals ik er van buiten uit zie. Zo voel ik me ook van binnen.

Ravintsara

Ik adem en geef mezelf lucht

Mijn levensenergie stroomt met elke nieuwe ademhaling door me heen. Door te ademen groei ik in mijn zijn. Ik laat los en ontvang met elke ademhaling.

Roman Chamomile

Erken en leef je spirituele weg

Ik heb mijn levenstaak ontdekt en concentreer me nu alleen nog maar op het allerbeste dat het leven voor mij heeft voorzien.

Rose

Laat pure levensenergie je hart vervullen

Ik sta open voor de allerhoogste vorm van liefde en voel dat die liefde mijn hart heelt en mij met compassie vervult.

Rosemary

De bron van hogere wijsheid

Ik sta open voor de allerhoogste kennis en weet precies wat me te doen staat. Ik vertrouw erop dat levensenergie door mij heen werkt en ik met de bron van wijsheid verbonden ben.

Sandalwood

Geef je over (nadruk op onderste chakra's)

Ik groei in mijn spirituele waarheid en vertrouw erop dat alles er is en ik altijd alles heb wat ik nodig heb.

Siberian Fir

Erken je oude wijsheid

Elke dag dat ik ouder word leer ik beter om te gaan met tegenslagen en ze steeds weer om te keren tot levenslessen. Ik vergeef, ik ben zacht en krachtig.

Spanish Sage

Ik herinner

Alleen dat wat echt belangrijk voor me is herinner ik me. Alles wat ik vergeet heb ik niet nodig. Ik heb vertrouwen in mijn geheugen en in mijn cognitieve vermogens.

Spearmint

Spreek je woorden uit

Ik spreek mijn heldere gedachten uit. Ik heb vertrouwen in mijn stemgeluid en in mijn vermogen om woorden te geven aan mijn gedachten.

Spikenard

Wees dankbaar

Ik accepteer het leven precies zoals het is. Ik ervaar geluk in de dingen die ik ervaar en ik geniet ervan om anderen te zien genieten.

Tangerine

Wees creatief en spontaan

Ik bevrijd mezelf van het teveel aan verantwoordelijkheid dat met tegenhoudt. Ik voer mijn taken uit met het gemak waarop een kind speelt.

Thyme

Laat los en vergeef

Ik open mijn hart en maak ruimte voor positiviteit. Ik vergeef mezelf en alle andere mensen.

Tulsi (Holy Basil)

Spirituele ontwaking

Ik ontdek mijn taak op aarde. Ik stel mij open om te ontdekken wat mijn onderbewuste mij probeert te vertellen.

Turmeric

Herstel wat gebroken is

Mijn mentale vermogens om om te gaan met de uitdagingen die het leven me biedt zijn groter dan de handicap van een verloren vermogen. Ik vind warmte in alles wat ik nog wel kan.

Vanilla

Creeer waar je van houdt

Ik verwonder me over wat er gebeurt en wat ik kan creëren als ik, zonder enige vorm van angst of controle, dingen, dieren en mensen aanraak.

Vetiver

Concentreer je

Ik ben weer met mijn ware zelf verbonden en ga al mijn uitdagingen aan. Ik ben vrij en ontdek mezelf opnieuw.

Wild Orange

Open jezelf voor welvaart en overvloed

Ik voel de rijkdom van mijn wezen en ik geef mezelf het vertrouwen om weer te mogen spelen.

Wintergreen

Laat levensenergie door je heen werken

Ik word geleid en weet dat ik er vanaf vandaag op kan vertrouwen dat de kracht van het leven zelf bij me is.

Ylang ylang

Je innerlijke kind bevrijd zich

Ik kan en durf nu alle oude pijn los te laten en ik heb mijn speelse vreugde opnieuw ontdekt.