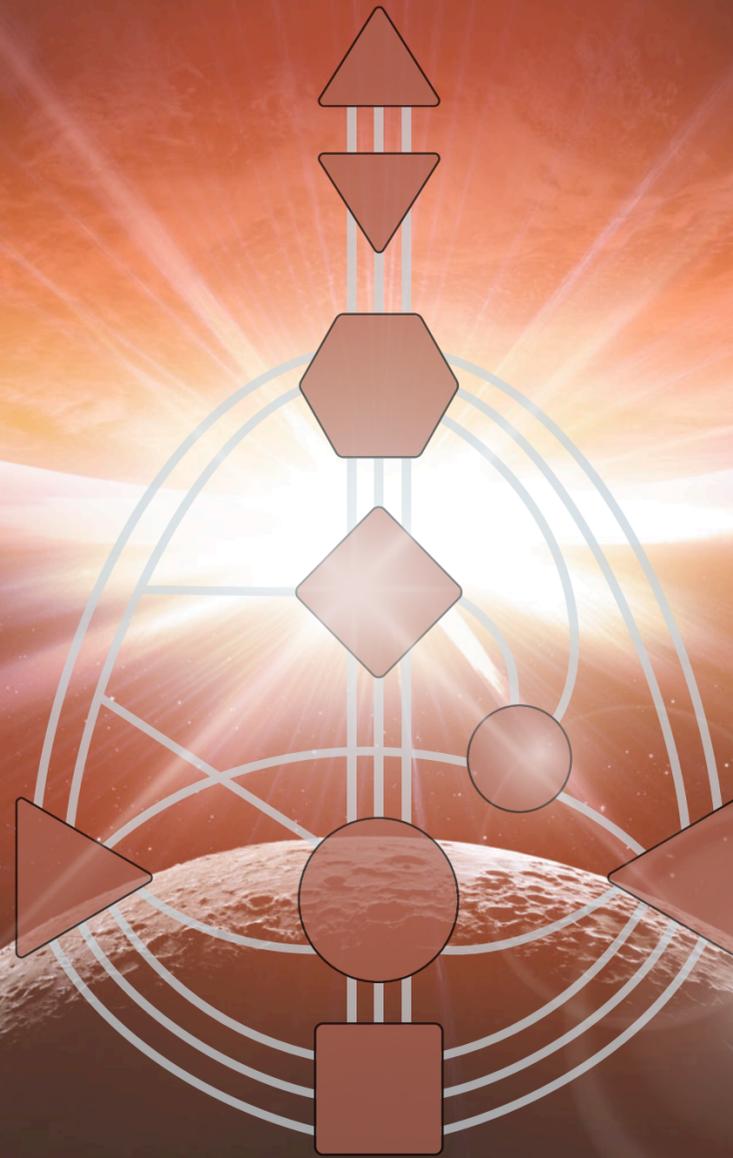


MODUL 2

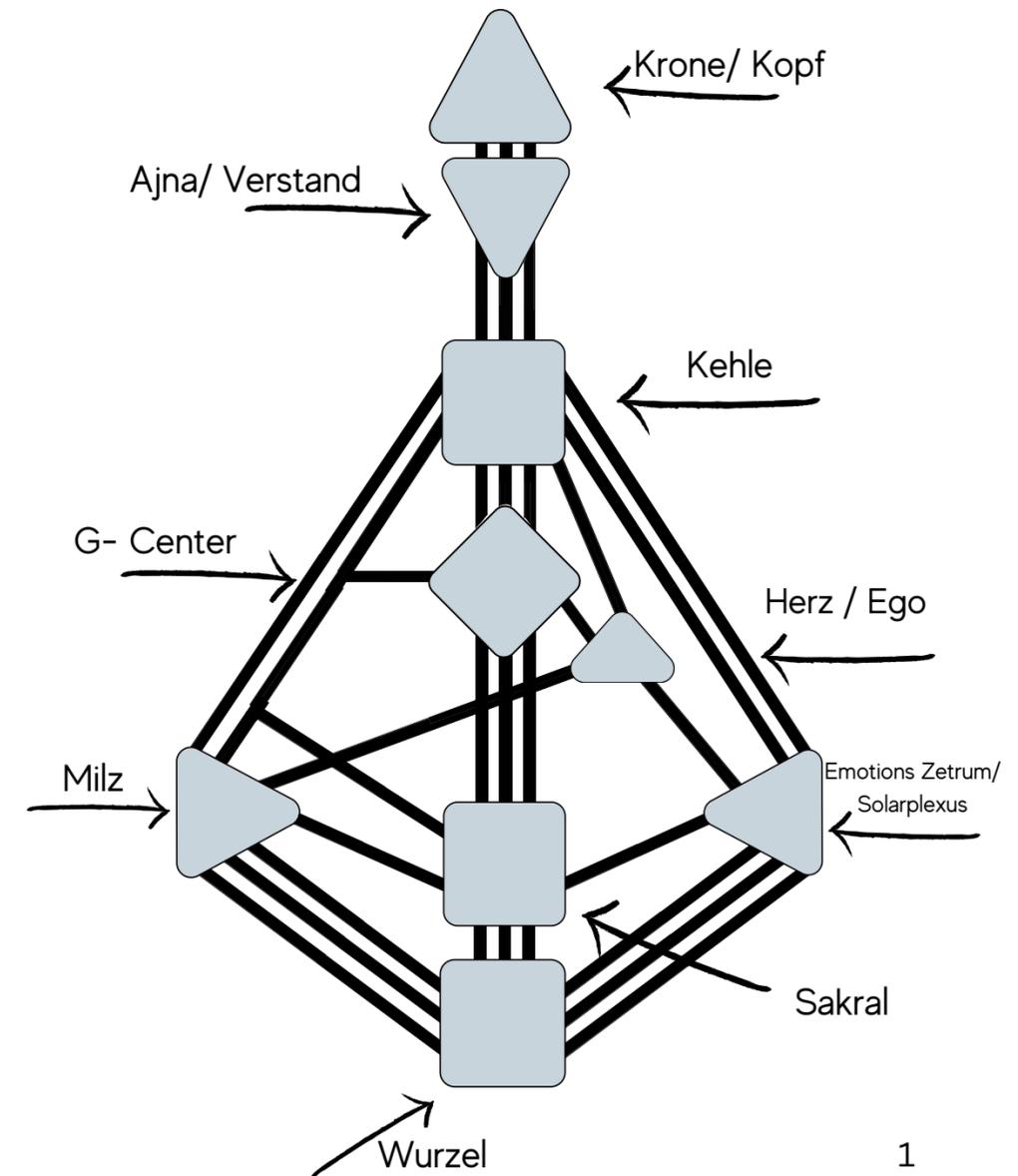
DIE 9 ZENTREN



die 9 Zentren und ihre Energetische Wirkung

Insgesamt findest du 9 Zentren in der Chart, dass sind von unten nach oben:

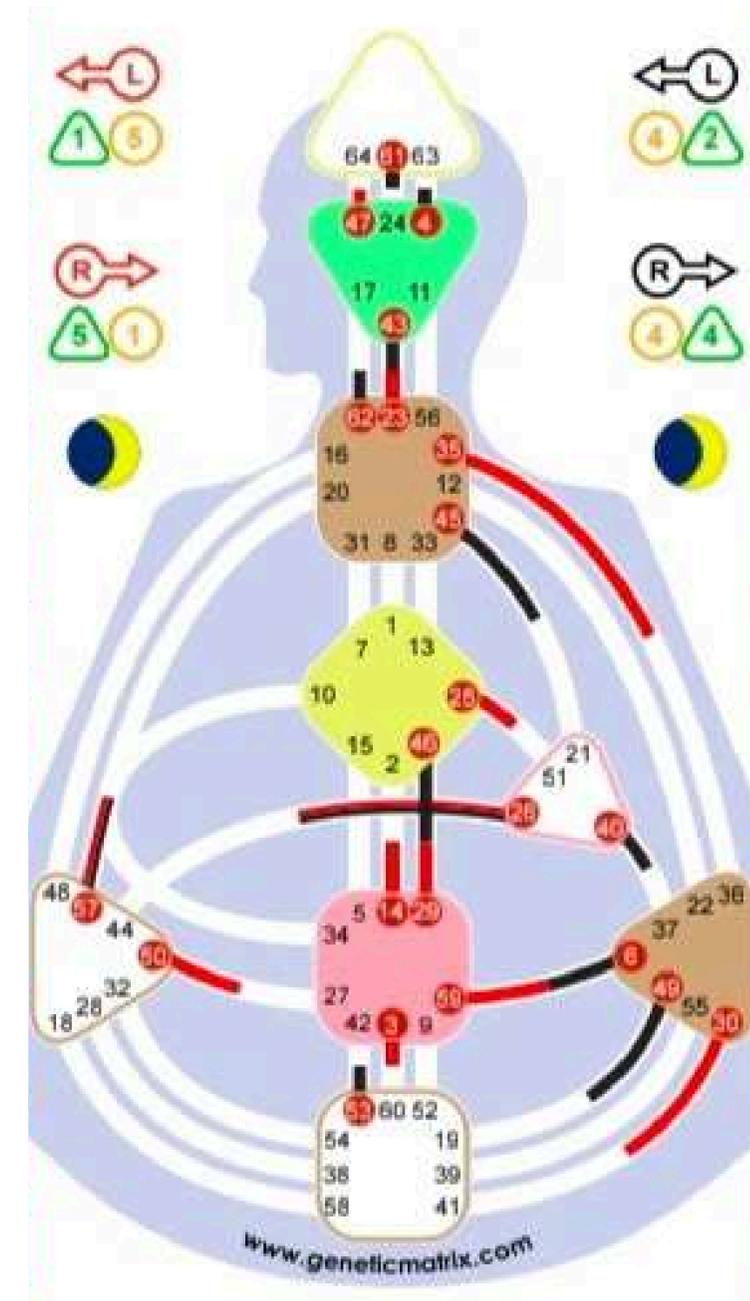
- Wuzelzentrum
- Emotionszentrum
- Sakralzentrum
- Milzzentrum
- Herz/ego Zentrum
- G- Center/ Selbstzentrum
- Kehlzentrum
- Verstandeszentrum/ Ajna
- Kronenzentrum /Inspirationszentrum



Die Energiezentren aus dem Human Design System leiten sich aus der indischen Chakrenlehre ab - der 7-zentrig Mensch hat sich im 18. Jahrhundert zum 9-zentrig Menschen weiterentwickelt.

Dabei hat sich das Solarplexus-Chakra unterteilt in das Milz- und das Solarplexuszentrum und das Herz-Chakra hat sich unterteilt in das Selbst- und das Egozentrum.

Zwei wichtige Grundlagen für die Arbeit mit unserer Energie:
Die Energie in unserem System will immer fließen und auf energetischer Ebene suchen wir immer nach Vervollständigung

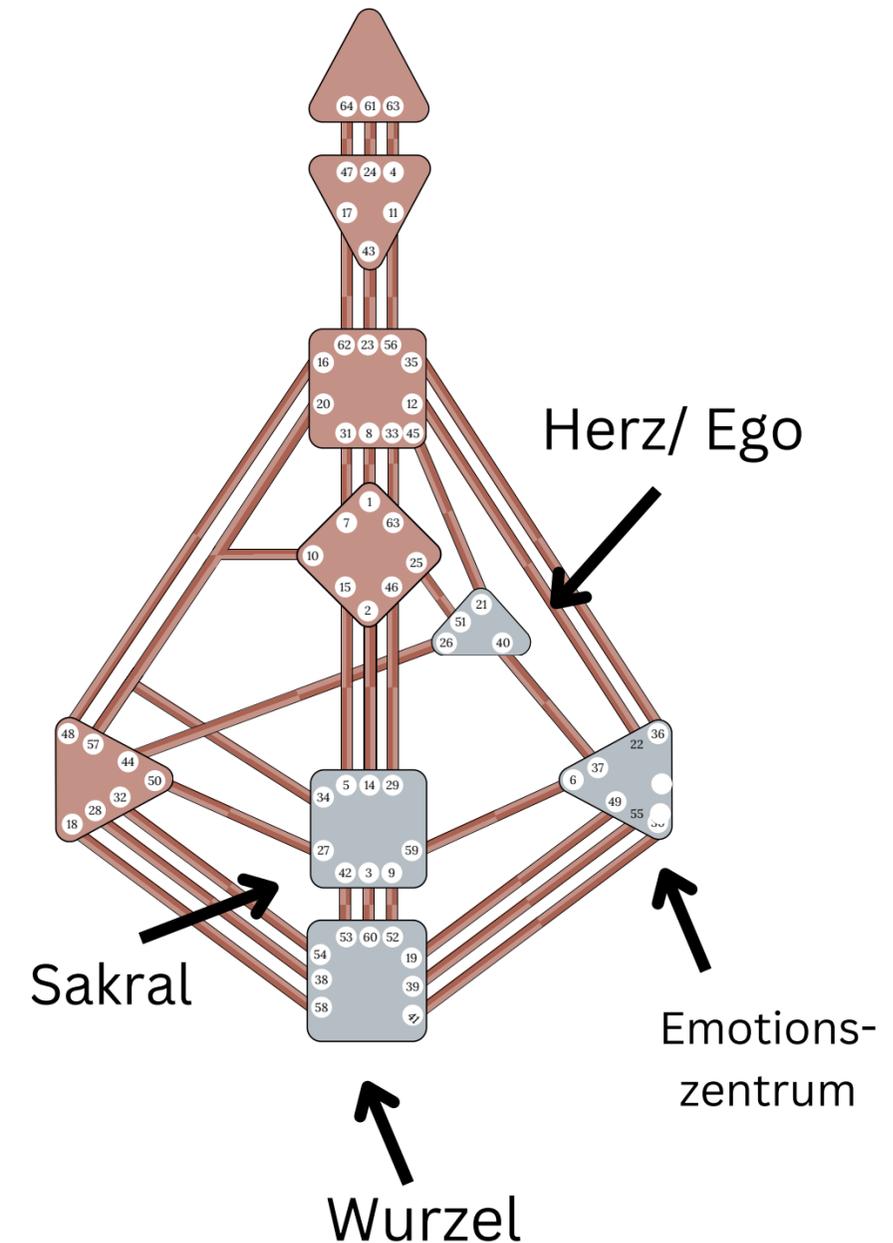


Die 4 Motorzentren liefern Energie und treiben dich im Leben an.

Zu den Motoren gehören:

- Die Wurzel
- Das Emotionszentrum (auch Bewusstseinszentrum)
- Das Sakralzentrum
- Das Herz/ Egozentrum

Auf ihre unterschiedliche Art und Weise, sorgen diese Zentren für Antrieb und Schubkraft.





DIE BEWUSSTSEINS- ZENTREN

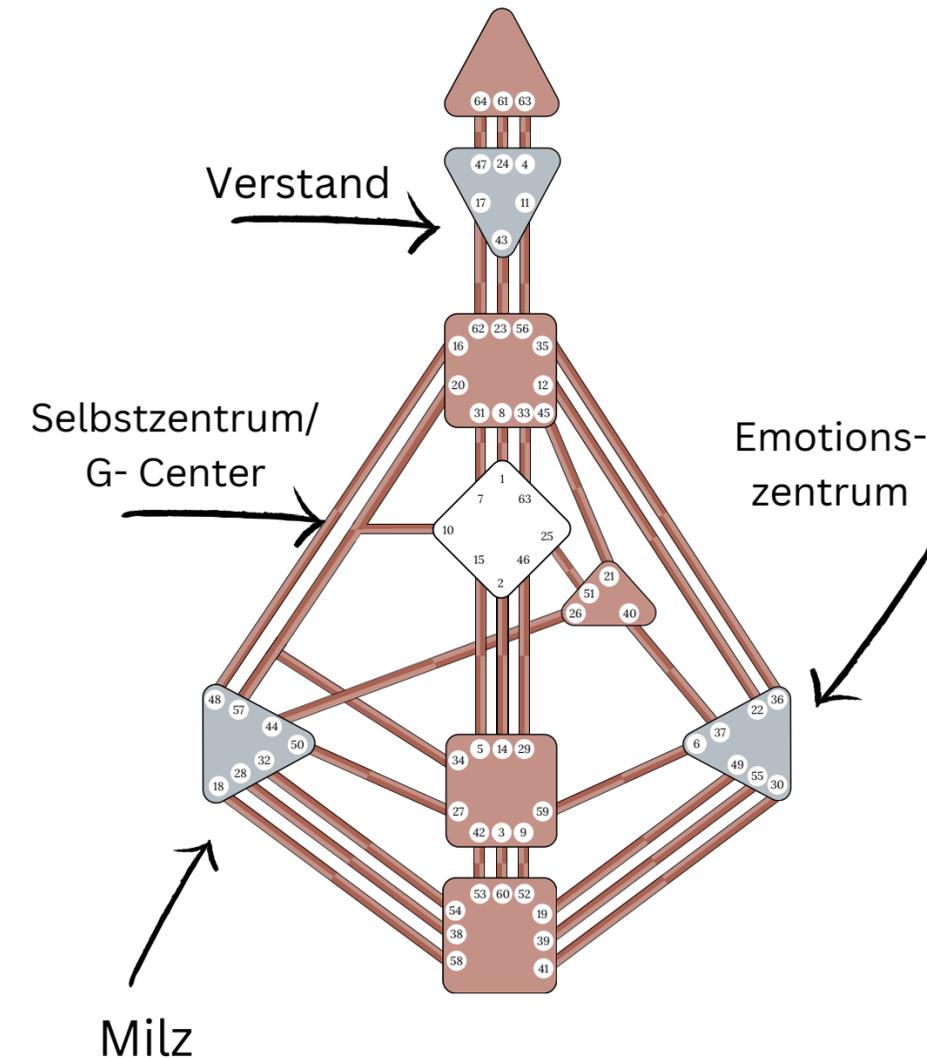
Die Bewusstseinszentren sorgen, dafür, dass du bestimmte Dinge klar erkennen kannst.

Hierzu gehören:

- Die Milz (als intuitives Bewusstsein)
- Verstandeszentrum (Mentales Bewusstsein)
- Das Emotionszentrum (2 Funktionen, Motor und Bewusstseinszentrum)

In diesen Zentren findest du auch die Fundamentalen Ängste, mit denen wir uns alle mehr oder weniger intensiv, in unseren Leben auseinandersetzen dürfen.

- das Selbstzentrum steht für sich, weil es in diesem Zentrum für deine Identität ist.
- Hier geht es darum wer du wirklich im leben bist





ZENTREN

Was ist das Not Self das Nicht - Selbst?

Es ist die falsche Strategie der Menschen betreffend ihres Types oder ihrer undefinierten Zentren. (da geht es darum was da hoch kommt.....)

- gesehen werden
- wertgeschätzt werden
- geliebt werden
- konventionelle Vorstellungen anzupassen, weil "man" gelernt hat, dass das nur so funktioniert.
- Projektionen und Vorurteile

Auf die Zentren Ebene zu gehen und sich zu fragen wie ist es bei mir? (wo kommt es her?)

Es ist eine Strategie unseres Körpers, um uns zu schützen. Jeder hat Situationen im Leben, die nicht gut eingeordnet werden konnten, wenn uns unser Gegenüber beispielsweise anschreit, seine emotionalen Wellen nicht unter Kontrolle hatte usw. Unser Körper hat diesen Schmerz gespeichert, und ihn in Zukunft zu vermeiden, handeln wir im Nicht Selbst.

GRUNDSÄTZLICHES

Die Voraussetzung, um ins Experiment zu gehen:

- Verständnis dafür, dass Mechanik Mechanik ist
- Bereitschaft hinzuschauen, ohne sich selbst Vorwürfe zu machen
- Wissen über die einzelnen Mechaniken
- Konsequentes Anwenden des Wissens in allen Lebensbereichen
- Sich Zeit nehmen, um die Erkenntnisse sacken zu lassen
- Beobachten ohne zu werten
- Die volle Eigenverantwortung übernehmen
- No-Choice und das Verständnis des magnetischen Monopols
- Anfangen

GRUNDSÄTZLICHES

definiert

- Lebe ich den vollen Ausdruck dieses Zentrums?
- Kann ich die Energien in meinem Alltag wahrnehmen?
- Übernehme ich die Verantwortung für meine fixe Energien?

undefiniert

- Was davon gehört zu mir? Wie fühlt es sich an und welche Geschichten erzähle ich mir dann hier?
- Kenne und achte ich meine Grenzen?
- Wie ist mein Umfeld gerade?
- Reinige ich meine Zentren regelmäßig? (Natur, Meditation, Öle usw..)
- Wie spreche ich mit mir?

ES GIBT NICHTS ZU REPARIEREN !

Das Human Design System lehrt uns damit umzugehen, anstatt dass wir versuchen es zu reparieren.

Es gibt nichts zu reparieren.
Denn es ist nichts kaputt.





Wir leben in einer welt des Verstandes.
Es ist so wichtig die Mechanik deines
Fahrzeuges zu verstehen, den das ist
unsere einzige Chance.

WURZEL

Zentrumstyp: Druckzentrum, Motor

Funktion: Adrenalin

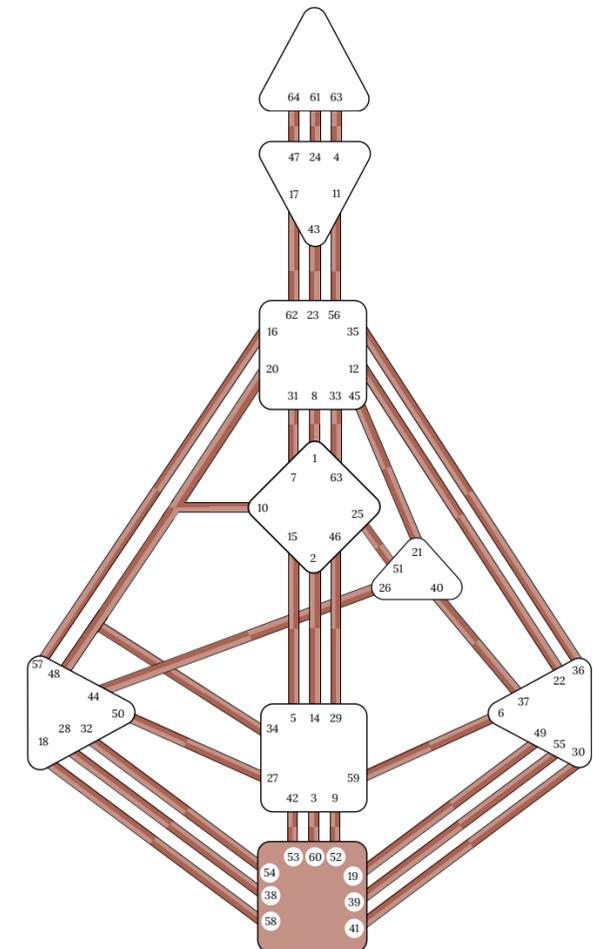
Biologische Assoziation: Nebennieren, Kundalini

Die Wurzel steht für Antrieb und den Druck zu starten. Hier entsteht der Druck zu Handeln, etwas zu leisten und Vorhaben zu starten. Es ist eine Antriebsenergie und bringt automatisch auch Erdung mit. Das Adrenalin sitzt in der Wurzel und ist diese beschädigt, fehlt uns auch Selbstvertrauen.

HÖCHSTER AUSDRUCK DES WURZELZENTRUMS:

Im Wurzelzentrum liebst du den Ausgleich von Anspannung und Entspannung und möchtest dich gelassen fühlen. Hier bist du bereit für die Herausforderungen des Lebens, möchtest neues erschaffen und das, was sinnvoll ist, bewahren. Im Wurzelzentrum wird die Geschwindigkeit des Lebens reguliert.

Die offene Wurzel möchte frei von Druck sein, die definierte möchte ihren Druck ausleben dürfen.





DEFINIERT - CA. 60% DER MENSCHEN

- Adrenalin, Druck, Wellen ,(Dinge zu leisten, zu verbessern usw..)
- arbeitet in Phasen - Pausen (fungiert nicht wie ein Marathon sondern in Sprints), Pausen gönnen
- eigene Art mit Druck umzugehen, können gut mit Stress und Druck umgehen)
- Stabilität
- finanzielle Sicherheit (In Beziehungen meist der Part die in Finanzieller Sicherheit die ruhe bewahrt)
- Deadlines
- mehr Erdung vorhanden
- Sport (Jedes Motorzentrum darf bewegt werden) Schlafen oft schlecht (kraft bleibt drinnen stecken)
- Nervosität durch Adrenalin



DEFINIERTE WURZEL IM SCHATTEN MODUS

- fühlst dich den ganzen Tag getrieben und spürst einen inneren Druck um voran zu kommen
- eine lange To do liste , die abgearbeitet werden will - am besten heute noch, kaum eine Sache erledigt, schon mit dem nächsten begonnen

EIGENTLICH HAT DIE TURBO ENERGIE DER WURZEL EINEN ON OFF MODUS

- Turbo an, Dinge erledigen
- Turbo aus - entspannen und regenerieren

Im Grunde zeigt es dir der Körper ganz klar, wann Pausen einzulegen sind. Nur übergehen wir diese zeichen bis der Körper lauter werden muss.



Undefiniert/ Offen (ca. 40%)

- Körper produziert dieses Adrenalin nicht um Dinge zu starten, sehr empfänglich für Druck und Stress von außen, Hektik, Erdung wichtig
- nicht gemacht für diese Art von Druck (wie kann ich es mir gestalten, dass nicht so viel Druck entsteht zbsp, Business) Aufschieberitis weil dieses Adrenalin nicht da ist.
- Stress ist nicht Korrekt für diesen Körper - schwer fokussieren
- starke innere Unruhe
- ständig im Tun um Druck loszuwerden (aus der niedrigen Frequenz)
- hohe Frequenz welcher Druck ist deiner und welcher nicht
- Mittel und Wege finden Stress nicht entstehen zu lassen
- tägliche Erdung
- meide Koffeinhaltige Getränke

Wenn ein fremder Druck und Stress kommt ...hilft...BEWUSSTSEIN....sobald mir bewusst ist, mein Mann spricht gerade mit mir und das erzeugt gerade einen wahnsinnigen Druck in mir....Wahrnehmen!
Spring ich auf den Zug auf? Oder kann ich das für mich gut nehmen?



NICHT SELBST THEMEN:

Prinzipiell finden die nicht selbst Themen in der undefinierten Wurzel statt. Man kann auch diese Themen in der definierten Wurzel auch leben, da ist wichtig dir die Frage zu stellen: Was wurde mir über Stress erzählt? Über Stress in der Kindheit zbsp.

Mögliche Themen:

- Wie kann ich besser werden?
- Ich muss mich beeilen und das noch fertigstellen.
- Ich hab so einen Stress, ich werde nie fertig, ich muss schneller werden.
- Ich muss jetzt was Neues starten.
- Was kann ich verändern, damit mein Leben schöner wird.
- Was ist als nächstes dran?
- Ich muss gebraucht werden.
- Ich möchte keine Zeit verlieren.
- Ich mache das noch schnell fertig, damit ich frei bin und mich entspannen kann.
- Ich muss etwas in meinem Leben erreichen.



Frage Dich:

- wer hat mich in meinem Leben besonders geprägt?
- hab ich ein Verhalten angenommen, das gar nicht meines ist?

Du kannst mit den Fragen vom letzten Modul sehr gut damit arbeiten. (damit kannst du sehr viel Klarheit und Bewusstheit für dich schaffen)



EMOTIONS- ZENTRUM

Zentrumstyp

Motor und Bewusstsein

Funktion

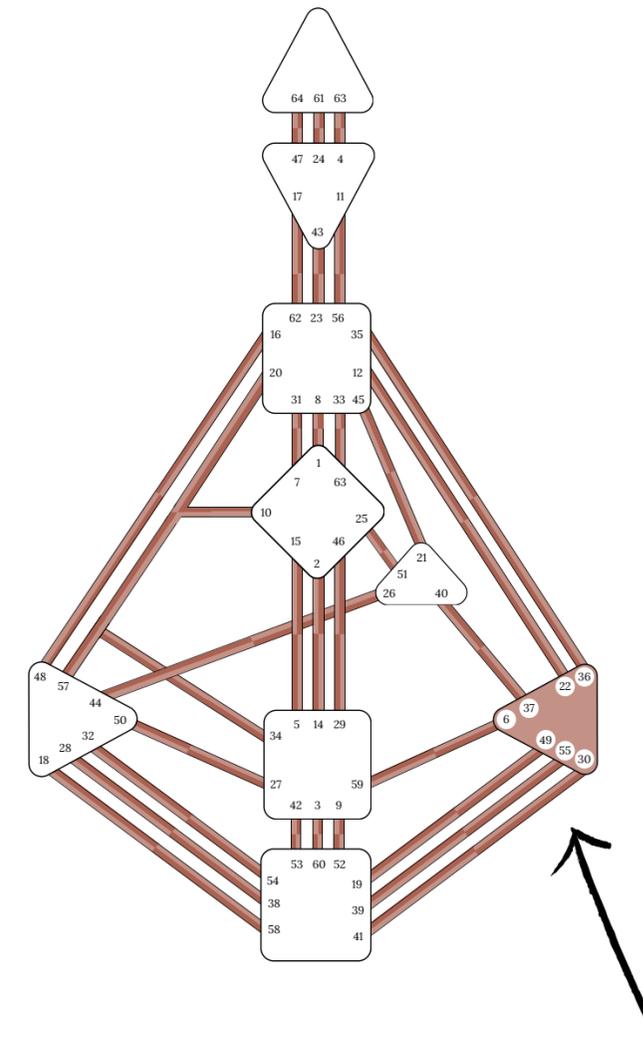
Emotionen & Sensibilität

Biologische Assoziation: Nieren, Bauchspeicheldrüse,
Lungen, Prostata

Das Emotionszentrum ist das einzige Zentrum, das eine Chart automatisch dominiert. Sobald dieses Zentrum definiert ist, hat der Mensch auch immer eine Emotionale Autorität.

Es geht hier um die Bedürfnisse Leidenschaft und Verlangen -
um Emotionen.

Die Aktivität des Motors besteht aus dem Freisetzen der
emotionalen Welle es ist keine konstante Energie. Hier lernen
wir unsere Gefühle zu verarbeiten mit dem Ziel Klarheit zu
erlangen.





DEFINIERT CA. (50%)

- Stimmung färbt die Wahrnehmung
- Emotionale Welle - Körper ist beschäftigt Emotionen zu erzeugen- ohne Grund im Außen
- dieser Prozess läuft in der DNA ab
- immer Emo Autorität
- keine Klarheit im hier und Jetzt
- fühlen, abwarten - Welle kennen lernen-
- je nach Toren und Kanälen - sehr Impulsiv, plötzliche Gefühlsausbrüche
- Emotionstagebuch
- sorgen Emotionales Chaos in ihrer ((Umgebung) niedrige Frequenz



UNDEFINIERT / OFFEN CA. 50%

- nimmt Gefühle auf und verstärkt sie
- nimmst Gefühle wesentlich Stärker wahr, sehr emphatisch
- gehen oft Konflikte aus dem Weg
- Achtung People Pleasing
- Grenzen setzen
- immer wieder alleine sein, Natur , lüften
- Achtung bei Dramen anderer Menschen



NICHT SELBST THEMEN DES UNDEFINIERTEN EMOTIONSZENTRUMS

Sprichst du nicht deine Wahrheit, aus Angst vor der Reaktion und den Konsequenzen, wenn dein Gegenüber sich aufregt?

drückst du dich lieber sanft aus, damit die Gefühle nicht hochkochen?

- ich bin möglichst nett, damit ich gemocht werde - People Pleasing
- ich habe Angst zu sagen, was ich denke oder fühle, weil es den anderen aufregen oder verärgern könnte.
- ich möchte niemanden verletzen oder aufregen
- ich möchte mich nicht streiten
- ich bin freundlich und sage , was sie hören wollen, damit sie mich mögen
- ich möchte niemanden enttäuschen oder zurückweisen



AUTHENTISCHER ZUSTAND

- ich weiß, dass ich emotional neutral und ruhig bin
- ich bin nüchtern und klar
- Ich kann heftige Gefühle von anderen gut aushalten
- ich spüre die Emotionen, behalte aber im Kopf, dass es nicht meine Gefühle sind
- ich liebe Ruhe und ziehe mich zurück, wenn es mir zu viel wird
- ich identifiziere mich mit den Wellen anderer nicht
- ich spreche Mutig meine Wahrheit und weiß genau, wann es Zeit ist in Konflikte zu gehen

HERZ/ EGO

Zentrumstyp Motor
Funktion Ego, Wille und Selbstwert
Biologische Assoziation: Herz, Magen, Thymus und Gallenblase

Dieser Motor sorgt für Willenskraft, Motivation, Selbstwert und Selbstachtung.

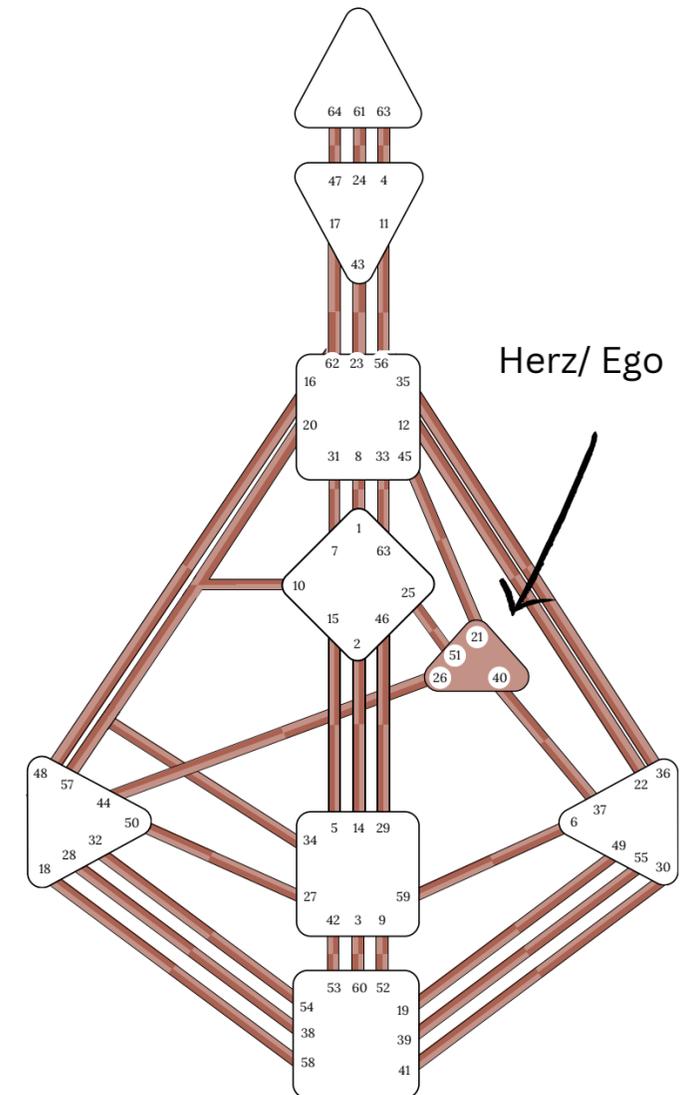
Die Mehrheit der Menschen hat einfach kein definiertes Herz / Ego Zentrum, daher ist der Umgang damit für viele nicht vertraut.

Es ist mit einem gewissen Konkurrenzgeist ausgestattet (oder auch nicht). Es geht darum, ob man langfristig die Willenskraft hat Dinge durchzuziehen und dafür gibt es uns auch die nötige Motivation dazu gibt. Das Herz hat ein mächtiges Auftreten, ist Zielorientiert.

Global gesehen haben nur 30% der Menschheit ein definiertes Herz / Ego Zentrum, und deshalb ist der Umgang damit oft komisch, es fühlt sich nicht vertraut an, weil es Eben 70% nicht haben, so kommt es zu einer Gesellschaftlichen Konditionierung. Weil es dann nicht normal sein kann.

Es geht darum, hast du den Willen langfristig Dinge durch zu ziehen.

Es steht für Vorankommen im Leben, auch auf Materieller Ebene.





DEFINIERT CA. 30%

- übernimmt gerne Kontrolle über eigenes Leben und Ressourcen
- in hoher Frequenz , stetiger Selbstwert und Selbstliebe - du weißt was du und deine Arbeit Wert sind (wertfrei, du fühlst dich nicht schlecht damit)
- gesunder Egoismus (liebevoller Egoismus)
- Willenskraft
- Motivation und andere Motivieren
- Wettbewerbsfähigkeit (die können mal links und rechts schauen , wie macht das der usw.) denen tut der vergleich nicht so weh (gesunder Selbstwert) wollen auch erster sein (Gesellschaft suggeriert es ist nicht in Ordnung)
- Queen energy (treten anders auf, triggert 70% die undefiniert sind
- arbeitet in sprints und nicht in Marathons,(gehen klar von A nach B - Pause)
- haben häufig materielle wünsche (erlaubst du es dir)?
- können meist klar nein sagen, weil sie genau wissen was sie wollen



UNDEFINIERT/ OFFEN CA. 70%

- beweisen wollen (um zu zeigen ich bin mir etwas Wert dann sehen die Menschen dass ich gut bin)
- kein stetiger Zugang zum Selbstwert
- sollte keine versprechen und Verpflichtungen eingehen, für die keine Energie vorhanden ist
- gibt von Herzen gerne , verlangen dafür keine Gegenleistung
- Motivation von außen (ist in Ordnung)
- Ziele sind nicht immer Sinnbringend,(Gesellschaft suggeriert Ziele sind so wichtig) Liebevoll mit dir zu sein dass es anders Funktioniert bei dir, bzw. beim Mentor /in motivieren lassen, verurteile dich nicht dafür. (Toni Robbins)
- wenn ein Trigger kommt, hinschauen und schauen was darf da heilen (undefiniert)
- DU MUSST NICHTS LEISTEN UM ETWAS WERT ZU SEIN!
- ein undef. Herz gibt von Herzen gern. Können teilen und geben und verlangen dafür keine Gegenleistung,.
- unverständnis wenn andere Dinge durchziehen (bewertung)



Denke ich, dass ich etwas beweisen muss?

- ich muss xy noch tun und besser werden, damit ich wertvoll bin.
- Ich muss so tun, als würde ich mich wertvoll genug fühlen, dann erkennen die Anderen meine Wert
- ich muss zu einem mir nahe stehenden Menschen halten, damit er/sie merkt, wie treu ich bin.
- loyal und wertvoll ich bin, egal was ich eigentlich denke.
- ich muss alles unter Kontrolle haben.
- Ich fange erst gar nicht an, ich habe eh keine Motivation.
- ich muss mich beweisen.
- ich muss es durchziehen.

Authentischer Zustand:

- Ich mache mir selbst und anderen kein Versprechen.
- ich bin zufrieden mit mir so wie ich bin, auch wenn ich nicht permanent meinen Wert greifen kann.
- ich muss nichts beweisen.
- ich kann von Herzen und bedingungslos geben und teilen, nichts ist an eine

Gegenleistung geknüpft.

- Ich vergleiche mich nicht, ich weiß, dass jeder seinen Wert hat.



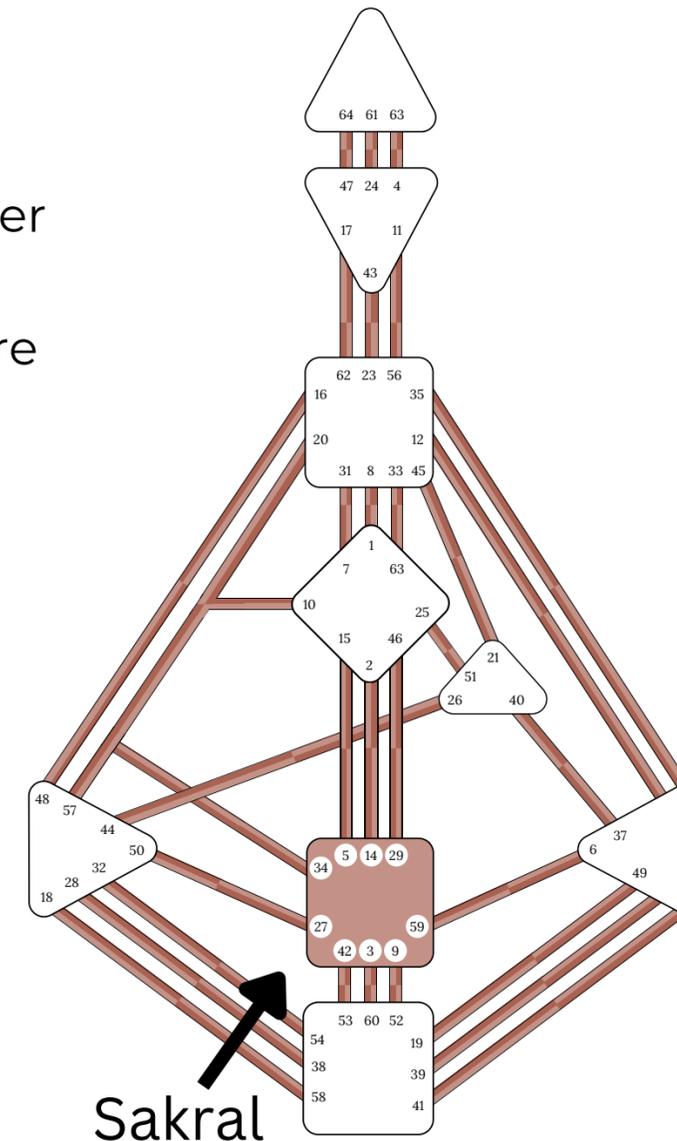
Sakralzentrum

ZENTRUMSTYP: Motor (der stärkste der Chart)
Funktion: Lebenskraft, Fruchtbarkeit, Ausdauer
Biologische Assoziation: Eierstöcke und Hoden
(Kann man auf Genetischer ebene tiefer anschauen , welche Tore sind aktiviert)

Das Sakralzentrum ist der stärkste Motor in der Chart und für langfristige Umsetzungen zuständig. Es steht für Lebenskraft und Durchhaltevermögen.

Das ist das Zentrum wo Generatorinnen und MG's ihr Bauchgefühl spüren. Nur bei Generatoren und Manifestierenden Generatoren kann das Zentrum definiert sein.

Es ist immens wichtig, dass diese Menschen der Freude folgen und tun was sie lieben. Denn dann produziert der Motor Energie und zwar auch so viel, dass andere etwas davon abhaben können. (bei Überschuss können andere andocken)





DEFINIERT CA.70%

- konstanter Zugriff auf "Arbeits" und Lebensenergie
- versorgt dich ununterbrochen mit Energie (flamme auf höhe Bauch)
- Umsetzung und Durchführung
- steht unter Strom - Energie verbrennen (Sport/ Bewegung wichtig)
- Freude und Begeisterung folgen
- Energie ist Wertvoll - eigene Leidenschaften folgen
- Gedanken mit "ich sollte" loslassen. (ist eine Konditionierung) Menschen spüren diese Kraft unbewusst, deshalb wollen alle etwas von den Generatoren und MG`s haben. Und lernen somit, dass sie irgendetwas machen, weil die Kraft da ist.
- Sakral ladet sich über Nacht auf
- Sport, um Motor wieder aufzuladen
- festgelegt, wie Sexualität gelebt wird
- Bauchstimme und Geräusche (zbsp. ein Mmmm)



UNDEFINIERT CA. 30%

- kein Motor der dich konstant mit Lebensenergie versorgt
- erkennst nicht wann genug ist, obwohl dein Körper nicht mehr kann
- Sprints nicht Marathon
- Vertraue im Flow des Körpers
- löse dich von den Gesellschaftlichen Erwartungen
- 3- 4 stunden Arbeitszeit
- delegieren lernen (Dinge abgeben für diese man keine Kraft hat)
- Sexualität wird mit jedem Partner anders empfunden, nicht festgelegt



NICHT SELBST THEMEN

- weiß ich wann genug ist? Gönnen ich mir Pausen, wenn ich ruhe brauche?
- Grenzen? Kenne ich nicht
- ich muss da heute Abend unbedingt hin, ich verpasse vielleicht was
- ich helfe dir gleich, ich muss das noch fertig machen
- nur einen kurzen Kaffee, ich mache gleich weiter
- ich kann das noch dazu machen, gar kein Problem
- Und um wem kann ich mich jetzt kümmern?
- Klar arbeite ich auch 10 Stunden durchgehend, wenn es notwendig ist.
- irgendwas stimmt mit meinem Libido nicht
- ich fühle mich nahe einem Burnout
- Warum bin ich immer so ko?



AUTHENTISCHER ZUSTAND

- ich bin nicht hier um hart zu arbeiten. Manchmal habe ich keine Energie und das ist ok so
- Mein Talent besteht darin um andere zu unterstützen effizienter zu arbeiten, so dass ihre Energien besser eingesetzt sind
- ich bin entspannt und arbeite in etwa 3 bis 4 Stunden durchgehend
- Wenn ich Energie verspüre, arbeite ich effizient, und in kurzer Zeit mehr als mir bewusst ist
- ich merke, wann ich mich zurückziehen muss, um fremde Sakrale Energie los lassen sollte
- ich weiss immer wann genug ist

MILZ- ZENTRUM

Zentrumstyp: Bewusstseinszentrum
(Körperlich)

Funktion: Spontanität, Intuition,
Überleben & Gesundheit , Ängste, Mut

Biologische Assoziation: Immunsystem,
Lymphatisches

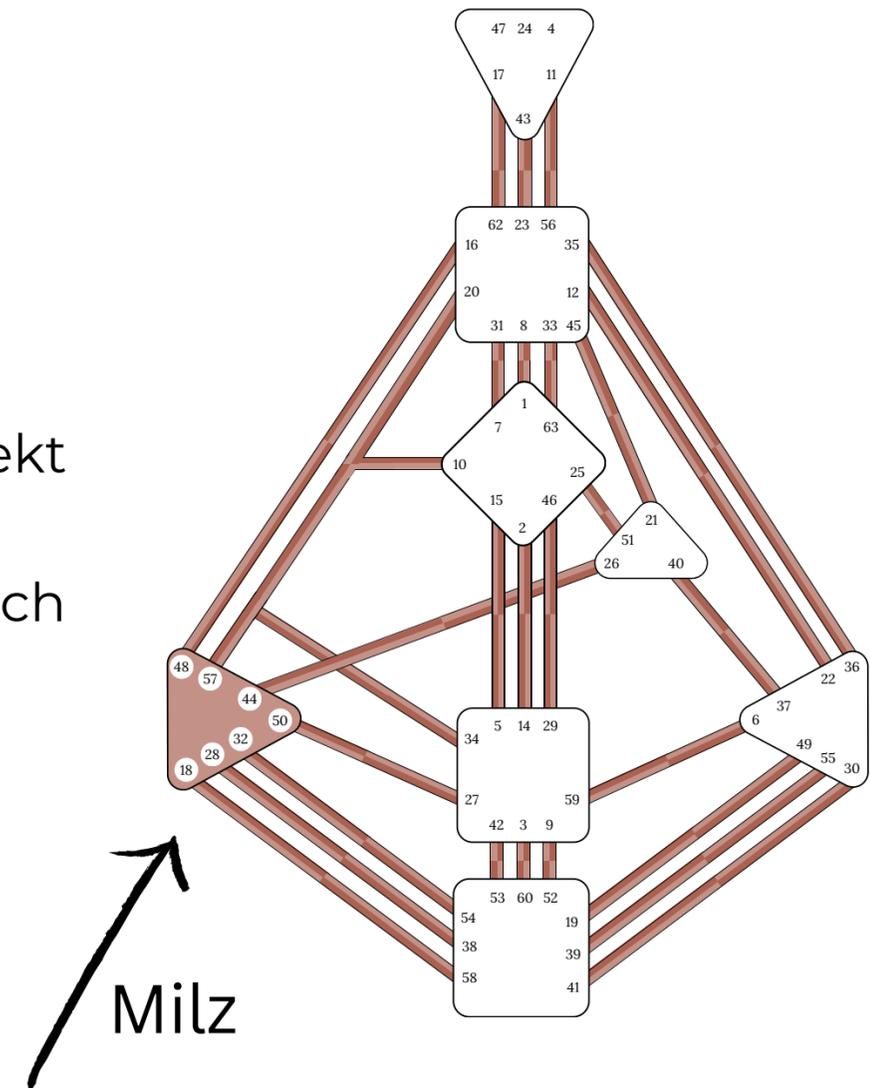
In der Milz sitzen die Urinstinkte, hier geht es um das Überleben . Die Milz direkt mit unserem Immunsystem verbunden.

Hier finden wir auch unseren primären Ängste. Diese Ängste erzeugen zugleich Wachsamkeit und daraus entsteht körperliches Bewusstsein.

In jedem Tor der Milz , sitzt eine spezielle Art der Angst.

Wenn man sich mit den Ängsten beschäftigt, kann daraus auch sehr viel Mut entstehen. Die mutigsten Menschen, hatten große Ängste haben sie aber da sein lassen.

Die Akzeptanz dass die da sein dürfen, macht auch sehr viel mit dem Bewusstsein dahinter.



MILZ- ZENTRUM

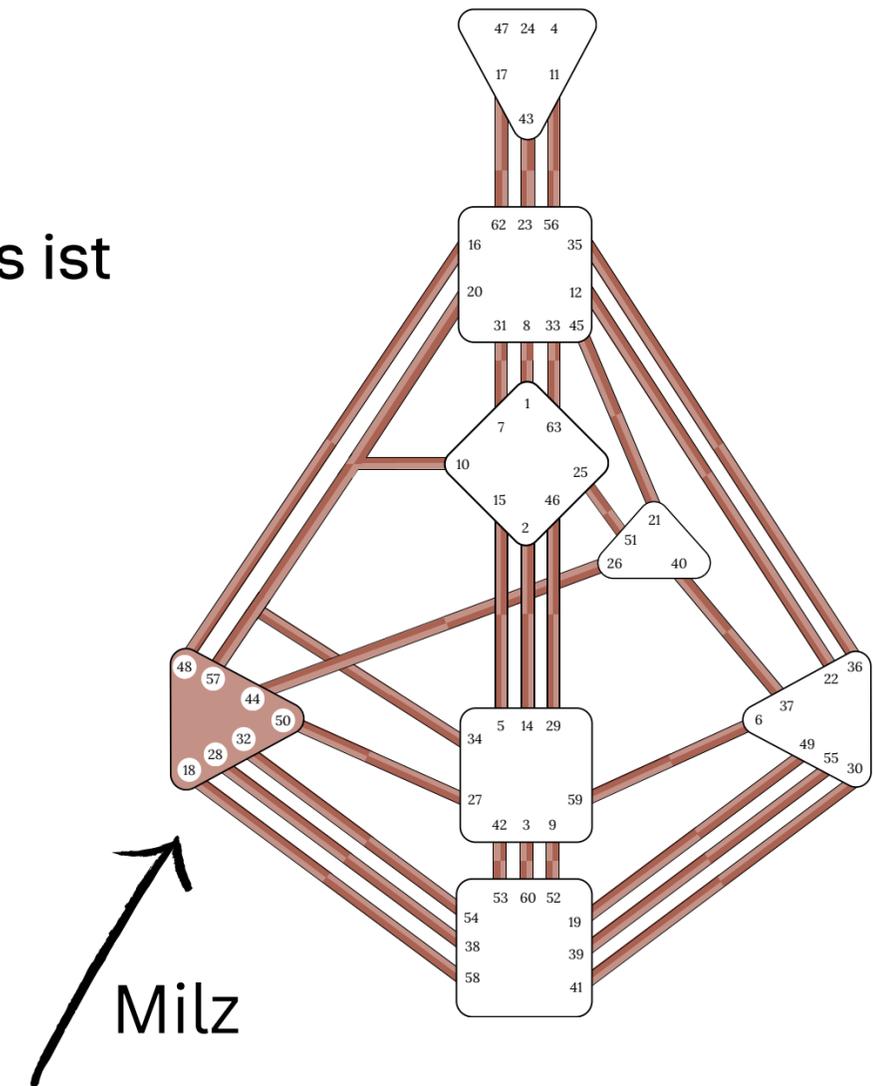
Die Milz funktioniert über die Angst. Die Angst zu überleben und von niemanden gefressen zu werden!

Deshalb reagiert unser Nervensystem auch heute noch mit den selben Reaktionen wie zu der Zeit des Säbelzahntiger - Angriffs. Es ist Korrekt für die MILZ mit Angst zu reagieren.

Aber das AJNA ZENTER ist doppelt so stark wie die Milz und das SOLAR PLEUXS ist doppelt so stark wie das Ajna.

Die Milz ist also das schwächste der Zentren, obwohl es aber hier um Leben und Tod geht.

DESHALB: gut unterscheiden lernen woher die Angst kommt.



DEFINIERT CA. 55%

- verlässliche Intuition, im hier und jetzt - was ist jetzt wichtig?
- nimmt Signale des Körpers wahr - sicher und gesund (Fight ore Flight Modus, handeln aus einem Urinstinkt heraus und machen sofort den richtigen Handgriff)
- haben einen eingebauten Scanner (würden Tasche nie wo liegen lassen wo der Scanner nicht hinkommt)
- starkes Immunsystem
- tief mit Bedürfnissen des Körpers verbunden, kein Zentrum ist so intensiv verbunden.
- Spontanität
- Ängste / Mut - festgelegte Art mit Angst umzugehen(Tor ebene) Bewusst machen sehr hilfreich, Ängste dürfen da sein
- Feel good energy (strahlen eine Körperliche wärme aus)(wenn man hier undefiniert ist, kann es für eine abhängigkeit sorgen) , in Partnerschaften zbsp, tun sich oft schwer im loslassen
- durch feel Good Energy,über Körperliche Grenzen gehen
- anstatt auf deine spontanen Eingebungen zuhören und deinem Körperbewusstsein zu trauen, lässt du dich stark von Aussen beeinflussen.





UNDEFINIERT / OFFEN

CA. 45%

- schwer los zu lassen wer oder was nicht gut tut (einer der größten schmerzpunkte)
- Intuition ist nicht so Augenblicklich
- keinen konstanten Zugang zu Feelgood Energy
- nimmt Intuition auf vielen verschiedenen Wegen wahr Intuition nimmst du wahr, das darf nachsickern, kann ein Prozess (riechen, schmecken..) Superkraft des undefinierten, weiß ganz genau was der Körper des Gegenübers braucht, auch die Ängste (gut darauf achten sind es meine Ängste oder die Kollektive Angst)
- lernen in Verbindung mit dem Körper zu gehen
- wenn du dich schwer tust mit dem Körper dich zu verbinden, könnten Traumatas darauf liegen.
- dein Nerven System lässt es nicht zu, weil es dich beschützen möchte. (FLIGHT/FREEZE MODUS)
- Veränderung findet immer auf Körperliche Ebene statt. Deswegen ist es Notwendig dich mit deinem Nervensystem anzufreunden um es mit ins Boot zu holen um diese Entwicklung auch machen kannst.
- dürfen besonders auf Ernährung und Gesundheit achten
- Kinder mit undefinierter Milz, haben Verlustängste. Tun sich oft schwerer mit alleine sein.



Nicht - Selbst Themen:

Halte ich an Dingen, Menschen, Situationen, Beziehungen fest, die nicht gut für mich sind?

- das verunsichert mich.
- ich hab angst das zu tun
- ich lasse es lieber bleiben, es wird wahrscheinlich eh nicht funktionieren.
- ich habe Angst vor der Zukunft.
- ich habe Angst, dass es uns finanziell schlecht geht.

Authentischer Zustand:

- ich gehe oft in den Wald, das stärkt und reinigt mich.
- ich weiß, was mir gut tut, und was nicht.
- ich merke, wenn ich an Dingen fest halte, die mir nicht gut tun, und lasse sie dann in Frieden los.
- Ich unterscheide meine Ängste, von den Ängsten anderer Menschen, und auch vor der Kollektiven Angst, die gerade sehr groß ist.
- ich kann mit meiner Milz diagnostizieren, was beim Anderen nicht stimmt.
- ich sorge gut für mich, meine Gesundheit, meine Ernährung und sorge für mein Immunsystem.

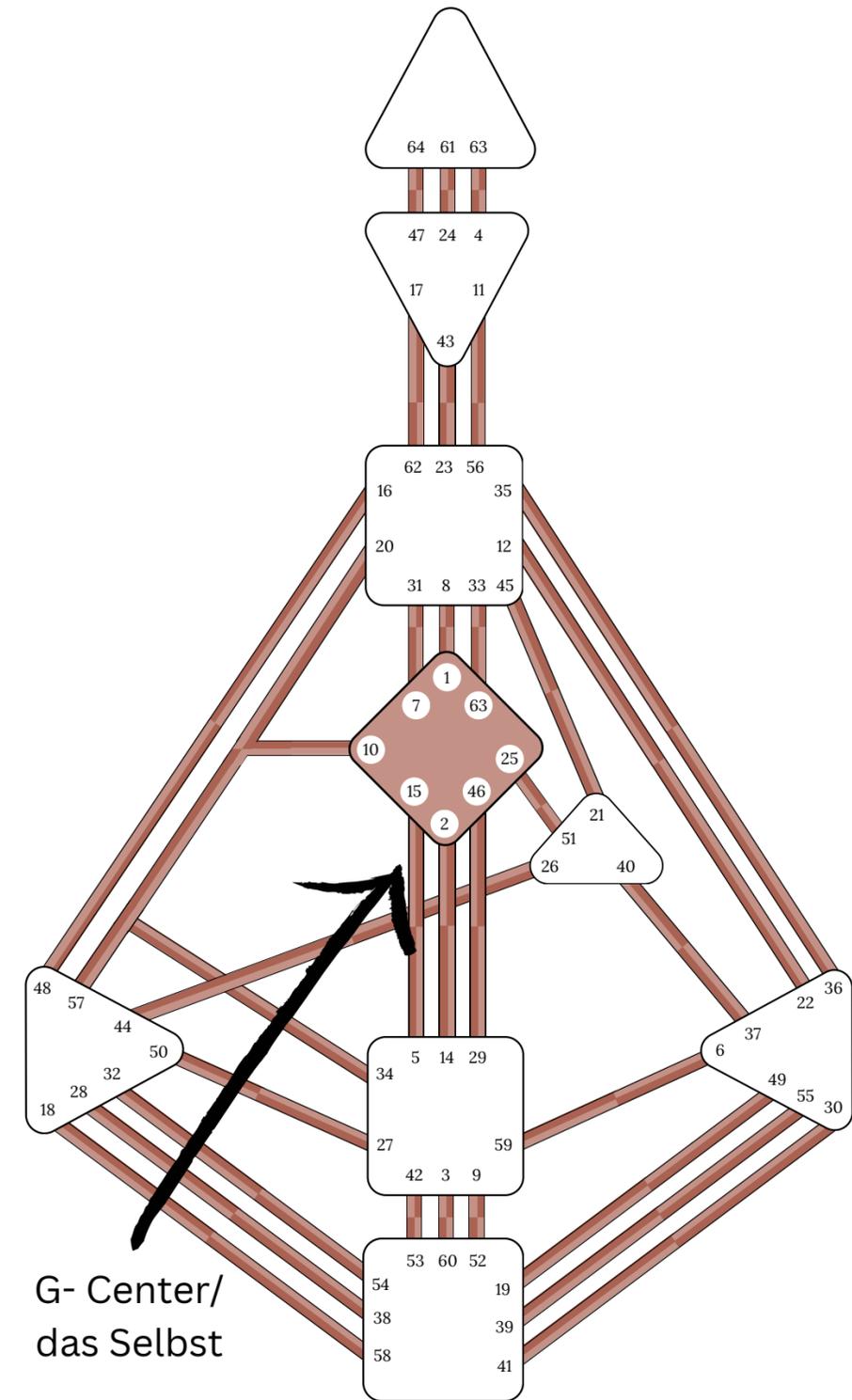


Das G- Center / Selbst

Zentrumstyp: Identitätszentrum
 Funktion: Identität, Liebe und Richtung
 Biologische Assoziation: Leber und Blut

Das G - Center ist der Sitz der Identität. Dort sitzt der magnetische Monopol im Tor 2, die magnetische Kraft. Es leitet uns.

Liebe und Richtung kreisen dieses Zentrum buchstäblich ein. Es ist wie ein Navigationssystem, das uns ausrichtet.



DEFINIERT CA. 46 %

- verlässlichen Sinn für die eigene Identität für die liebe und Richtung in eurem Leben (wissen das oft nicht, weil es so normal ist, wurde nie hinterfragt)
- Fähigkeit andere zu ermutigen, die auf der Suche sind nach Identität und Liebe, (Wenn andere auf der suche sind...)
- man ist ein Magnet für andere Menschen, die sich zu unserer Identität hingezogen fühlen (je echter du dich zeigst mit ecken und Kanten, desto Magnetischer)
- weiß wo es hingehen soll im Leben
- sicheres Gefühl für Liebe zu einem selbst
- Fähigkeit, andere auf der Suche auch Identität und Richtung zu ermutigen
- Magnet, Anziehungskraft
- Nicht Selbst hast du keinen Zugriff auf die Liebe in dir und bist ständig im Außen auf der Suche nach Bestätigung.
- du hast Schwierigkeiten zu erkennen, wer du selbst bist, weil du dich immer nach den anderen richtest anstatt bei dir selbst zu bleiben.



UNDEFINIERT CA. 54%

- kein eigenes, verlässliches Gefühl für eigen Identität und Richtung,
- auf der Suche- wer bin ich ? (sie dürfen aufhören zu suchen wer sie sind, können jeden Tag wer anderer sein) das große Geschenk dahinter ist, sie müssen nicht die eine Richtung finden. Dürfen entscheiden, dass passt jetzt gerade für mich, probiere mich in der Rolle aus, sonst gebe ich diese Rolle wieder weg. Die Erlaubnis dir zu geben damit zu spielen.
- fühlen sich oft verloren und unwohl, wollen so gern stetig Identität fühlen.
- Chamäleon Energie- spüren Identität des Gegenübers- können sich gut auf das Gegenüber Einlassen (Schauspieler)
- Superkraft -du leuchtest in das G- Zenter des Gegenübers und spürst deren Identität (gute Coaches, weil sie sich auf die Identität des Gegenübers einlassen können
- wer will ich heute sein?
- wenn sie niedrig schwingen, verletzlich und empfänglich für Manipulation im Außen
- versteht sich oft mit den unterschiedlichsten Menschen
- Umgebung und Menschen sehr sehr weise wählen (richtige Umgebung kommen auch die korrekten Menschen zu mir)
- können sich gut anpassen, wenn der Mensch für sie richtig ist (spielen plötzlich Tennis) Gesellschaftliche Konditionierung)
- Zertifikate nachjagen weil man dann glaubt zu wissen wer man ist
- Coaching Szene, der eigene Weg muss nicht der Weg für den Coachie sein.



Nicht - Selbst Themen:

Suchst du immer noch nach Liebe, Bestimmung und Richtung?

- Wer bin ich eigentlich?
- Wo geht es für mich hin?
- Werde ich jemals wissen, wer ich bin?
- Werde ich den/die Richtige finden?
- Kann mir jemand wahre Liebe geben?
- Ich suche nach dem Richtigen, der mich vollständig macht. Um wertvoll zu sein und anzukommen.
- Wer kann mir helfen herauszufinden, wer ich wirklich bin?
- Gibt es einen Ort für mich, an dem ich mich angekommen fühle?
- Was soll ich nur in meinem Business machen?
- Ich kann mich nicht für eine Richtung entscheiden.
- Bin ich liebenswert?



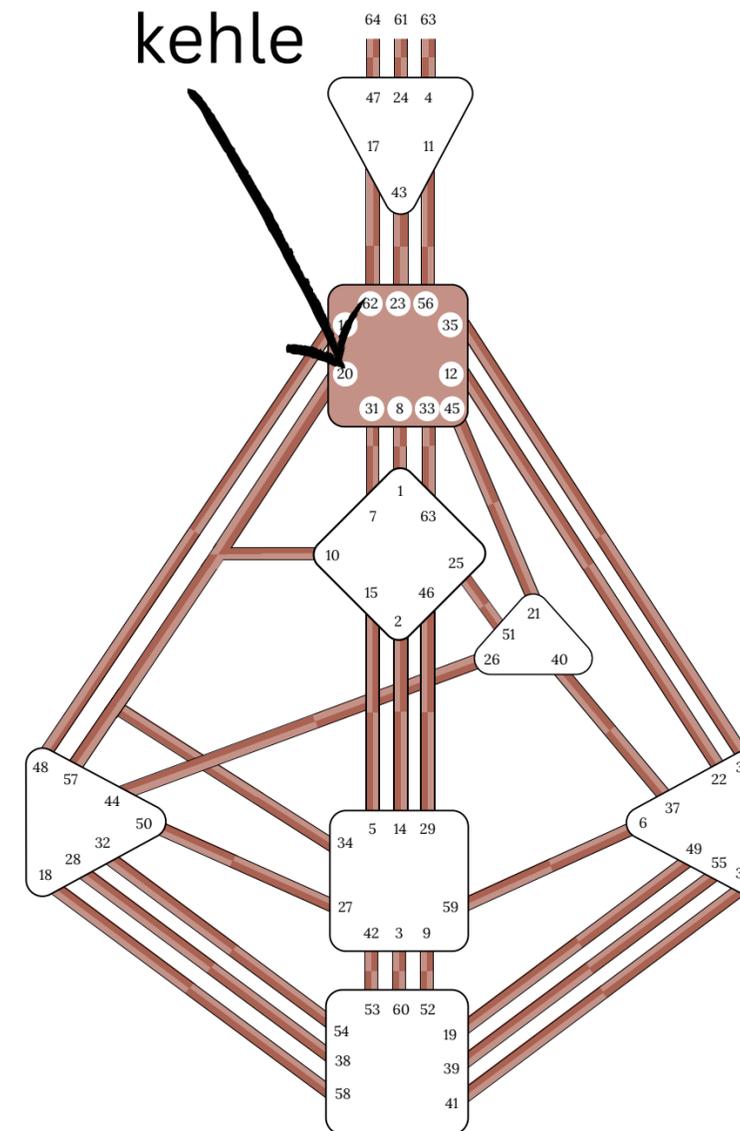
Kehl - Zentrum

Zentrumstyp: Manifestationszentrum
Funktion: Metamorphose, Ausdruck und Transformation
Biologische Assoziation: Schilddrüse und Nebenschilddrüse (Aktivierten Tore)

Die Kehle ist das Zentrum mit der meisten Toren und ist sehr komplex. Die ganze Energie des Bodygraphen versucht zur Kehle zu gelangen. Die Kehle lebt in einem Drucksandwich. Der Druck von oben bringt mentale Ängste, und der Druck von unten bringt Stress. Nicht jeder hat die Verbindung zur Kehle.

Je nachdem Welches Tor aktiviert ist, wird über dieses Tor, dieser Tore gesprochen. Wird dadurch definiert.

Es ist hilfreich klar darüber zu sein über welches Tor ihr euch ausdrückt, welches Tor euch eure Stimme verleitet.

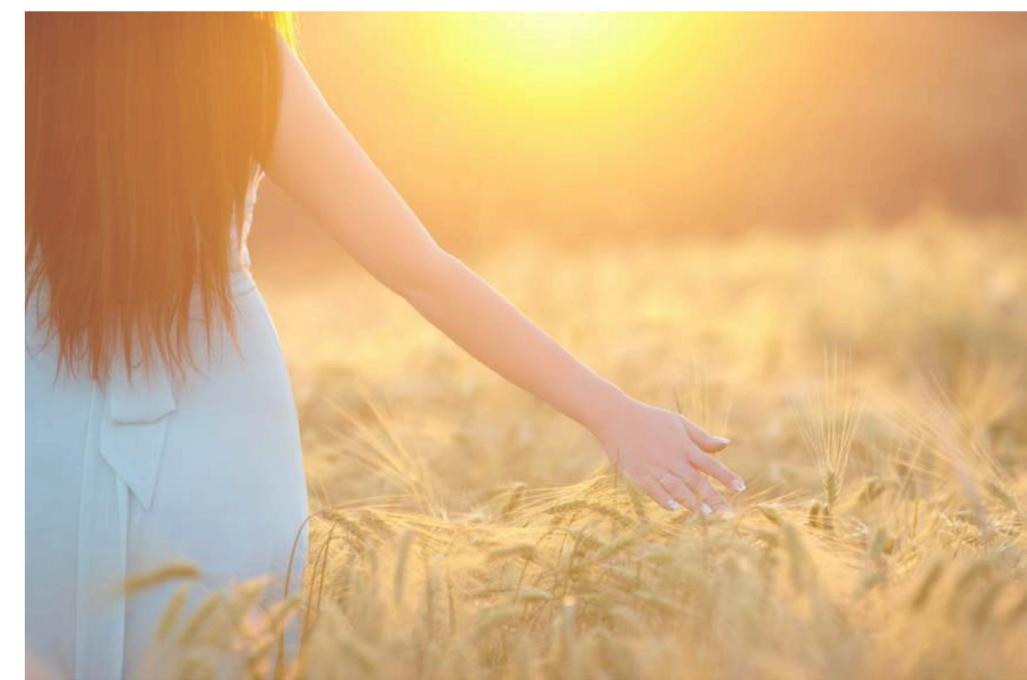


DEFINIERT CA. 70%

- konsistente Art dich auszudrücken und mit anderen zu kommunizieren-
- je nach Kanal bzw. Tor
- Stimme hat viel Macht und Autorität
- beobachte die Kraft deiner Stimme
- findet leicht die passenden Worte für die 'eigene' Wahrheit
- hier sitzen auch Blockaden, wo wir in unsere Kindheit nicht gerade dazu ermutigt worden sind, die eigene Wahrheit auszusprechen

UNDEFINIERT/ OFFEN CA. 30%

- niedrige Frequenz...sucht oft nach Aufmerksamkeit und hat Sorge nicht genügend beachtet zu werden, beim streiten werden sie gerne zuerst laut
- teilt manchmal Gedanken oder Gefühle zu den unpassendsten Momenten
- innerer Druck, sprechen zu müssen
- große Gabe, spüren was gesagt werden möchte Sprachrohr für Andere
- kann Kommunikation an andere anpassen hohe Frequenz weiß man sehr genau wann nicht zeit zu sprechen ist und wann die zeit da ist.
- weiß ob jemand die Wahrheit spricht
- probiere Ausdrucksformen aus (z.B. sprechen, schreiben, singen, tanzen) finde deinen Weg wie du Gefühle für dich auszudrücken. Du musst deine Gefühle nicht benennen.



Bis auf die Krone und Wurzel können sich alle Zentren durch die Kehle ausdrücken.

1. Direkte Verbindung zur Kehle: Motor kann sprechen und handeln

2. Indirekte Verbindung zur Kehle: Motor kann sprechen und handeln, gefiltert und gefärbt

3. Verbindung eines nicht motorischen Zentrums zur Kehle: Zentrum kann sprechen, sich ausdrücken aber nicht handeln.



NICHT SELBST UNDEFINIERTER KEHLE

Versuchen die Aufmerksamkeit zu erlangen:

- Was kann ich sagen oder tun, um Aufmerksamkeit zu bekommen?
- Ich werde nicht gesehen und gehört.
- Wenn ich die Unterhaltung beginne, wird mir jemand zuhören.
- Stille auszuhalten, fällt mir schwer.
- Ich muss sagen was ich denke, sonst platze ich.
- Ich hab auch noch etwas zu sagen.
- Ich spreche gar nicht, es ist doch ohnehin schon alles gesagt.



AUTHENTISCHER ZUSTAND

- Ich muss meine Weisheiten nicht immer verbalisieren.
- Ich schätze meine Fähigkeiten zuzuhören sehr.
- Ich kann gut für andere Menschen sprechen, kann gut auf mein Gegenüber und das Gesagte eingehen.
- Ich weiß was gesagt werden muss und was nicht.
- Ich lasse mich gerne anregen zu sprechen.
- Ich plane nicht was ich sagen will.
- Ich habe ein besonderes Gespür für die Wahrheit.

Verstand / Ajna

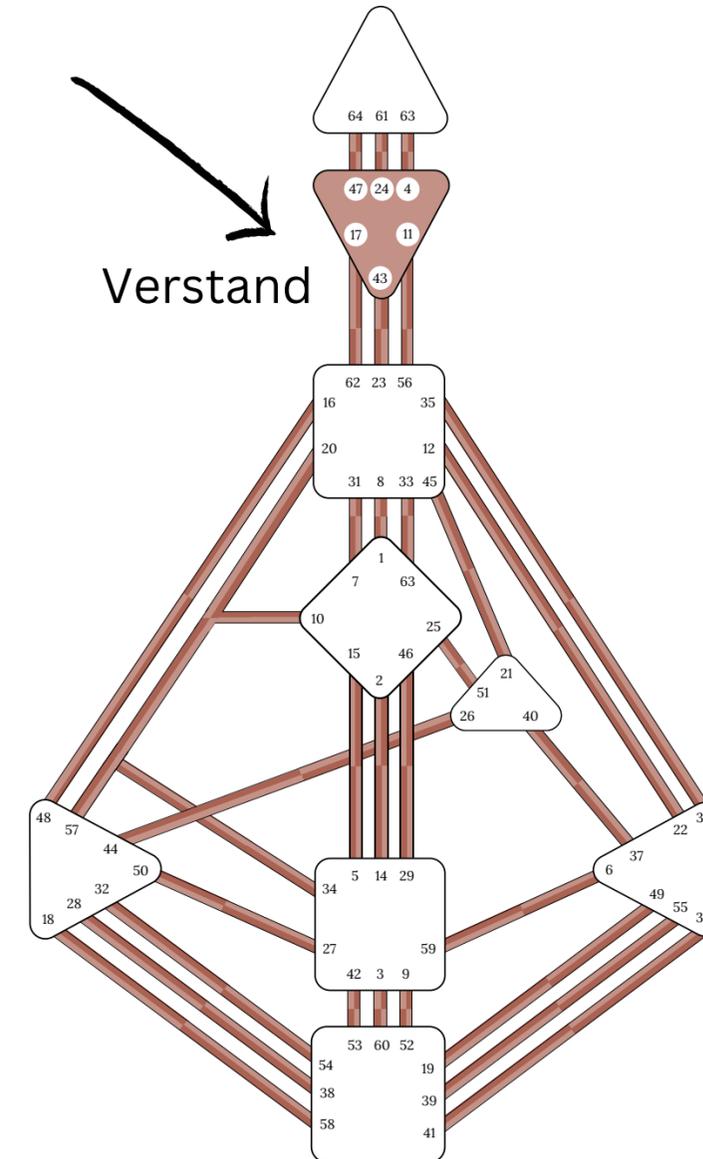
Zentrumstyp: Bewusstseinszentrum (mental)
,Funktion: Konzepte, Meinungen, Theorien und Antworten
Biologische Assoziation: Hypophyse, Neocortex, Augen

Es ist das Zentrum für Denken, Daten, Analysen, Prozesse und Speicherung.
Es ist unser Prozessor, der mentale Dinge verarbeitet.

Das Ajna/Verstandszentrum liebt Recherchen, Konzepte und Analysen und dient als Überlebenskonzept. Mit dem Verstand konstruieren wir unsere Wirklichkeit und er strebt nach mentaler Sicherheit.

Das Ajna/Verstandszentrum wird mit der Hypophyse assoziiert.

50% der Menschen haben ein definiertes Ajna/Verstandszentrum und 50% der Menschen haben ein undefiniertes/offenes Ajna/Verstandszentrum.



Definiert ca. 51%

- lässt sich von Meinungen und Gedanken Anderer nicht leicht beeinflussen
- Herausforderung bei limitierenden Gedanken und Glaubenssätzen (lassen sich schwer überzeugen, dass einem der Glaubenssatz limitiert)
- sind sich ihrer Meinung und Gedanken sicher
- Achtung bei Gedankenspiralen (where attention goes, energy flows), tanze eine Runde laut zur Musik
- sind hier um neue Konzepte und Theorien aufzustellen, mit der Menschheit zu teilen dafür sind sie da (Kanal zu Kehle schauen, wie Kanalisieren)
- logisches Denken, Dinge merken, Wissen sammeln (Pfeile links, speichern das alles viel schneller ab)
- häufig sind Entscheidungen auf dem Verstand basierend (Verstand , Verstand sein zu lassen und mit dem Körper die Entscheidungen zu treffen)
- in niedriger Frequenz sehen oft andere Meinungen als unsinnig, sind engstirnig, weil sie überzeugt davon sind ihre Meinungen sind die einzig richtigen. Kann aber auch in hoher Frequenz gelebt werden.



Undefiniert / Offen ca. 49%

- “open-minded” und sehr flexibel im Denken. (wird gerne vorgeworfen , dass sie sehr beeinflussbar sind)
- können viele verschiedene Sichtweisen einnehmen
- dadurch oft tolerant
- müssen keine spezifische Meinung haben, oder sich für eine Meinung entscheiden (Schmerzpunkt, dass sie glauben eine Spezifische Meinung haben zu müssen)
- sind sich nicht zu 100 % sicher über Meinungen
- logisches, aufeinander aufbauendes Denken nicht erforderlich - Geist ist flexibel
- Achtung bei dem Gefühl von Druck, sich einer Sache sicher sein zu müssen
- müssen und können nicht Antworten auf alle ihre Fragen finden
- wissen, wer Ihnen die Antwort liefern kann, welche Theorien und Konzepte für sie von Wert sind (Gespür dafür haben, ich kann entscheiden welche Theorien und Konzepte mir dienlich sind)

Nicht Selbst Themen:

Gibst du vor Mental sicher zu sein?

- Was soll ich bloß mit meinem Leben anfangen?
- Was ist mein nächster Schritt?
- Ich muss eine Erklärung finden.
- Ich muss meinen Weg kennen.
- Ich muss die Antwort finden.
- Was ist die Antwort?
- Ich muss Ordnung in mein Leben bringen und das Chaos beseitigen.
- Ich erzähle das besser niemandem, die Leute glauben sonst noch ich bin verrückt.



AUTHENTISCHER ZUSTAND:

- Ich bin offen für anderen Denkweisen und Konzepte, ich bin open minded.
- Ich kann mir andere Denkweisen anhören und entscheide welche Meinung meine Aufmerksamkeit bekommt.
- Ich sage oft zu meinem Gegenüber, vielleicht, oder so kann man das auch sehen.
- Ich erkenne wertvolle Ideen und Konzepte und bin nicht starr in meinen Ansichten.
- Ich bin offen, neugierig und an allem interessiert.
- Ich nehme das Anders-Denken von anderen nicht persönlich.
- Ich übersetzte verschiedene Denkweisen und verknüpfe damit Wissen.



Krone

Zentrumstyp: Druckzentrum (mental)
Funktion: Inspiration, Fragen, Zweifel & Verwirrung
Bilgische Assoziation: zirbeldrüse und graue Substanz des Gehirns

Das Kronenzentrum ist ein Druckzentrum.

Das Kronenzentrum ist die Brücke zwischen dem menschlichen und dem göttlichen Bewusstsein. Es ist das Zentrum für Ideen, Inspirationen und Downloads aus der geistigen Welt (z.B. durch Channeling).

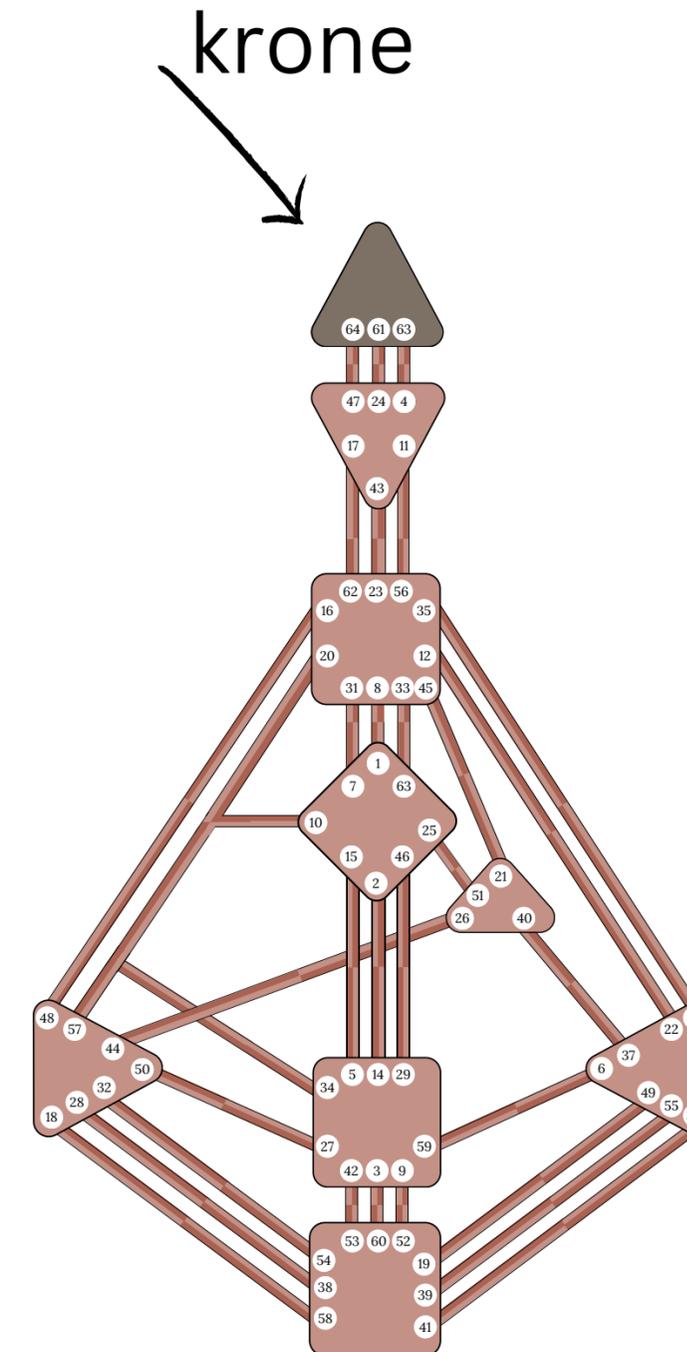
Es ist wichtig, Strategie und Autorität zu nutzen, um herauszufinden, welchen Ideen und Inspirationen wir dabei wirklich folgen sollen.

Das Kronenzentrum ist voller Wissensdurst und hat Fragen, auf die es jedoch keine Antworten hat. Erst die Verbindung zum Ajna kann Antworten liefern.

Das Kronenzentrum wird mit der Zirbeldrüse assoziiert.

30% DER MENSCHEN HABEN EIN DEFINIERTES KRONENZENTRUM
UND

70% ER MENSCHEN HABEN EIN UNDEFINIERTES/OFFENES
KRONENZENTRUM.



Definiert ca. 30%

- inspiration und Fragen entstehen im Inneren
- brauchen keine äußeren Inspirationsquellen
- müssen nicht jeder Inspiration folgen (Herausforderung)
- mentaler Druck, dem man unbedingt folgen möchte
- stellen sich unentwegt Fragen, hegen Zweifel, macht das alles Sinn und verstehen wollen
- Autorität vertrauen, welchen Inspirationen und Ideen gefolgt werden sollen
- sind erst zufrieden, wenn sie etwas verstanden haben
- Menschen mit 'angestregten' Krone, nehmen den Druck persönlich und verlieren sich darin

Undefiniert/ Offen ca. 70%

- kein konstanter Weg mit mentalem Druck umzugehen
- kein konstanter weg Fragen, Gedanken und Ideen zu sortieren , große Herausforderung
- Überforderung und Verwirrung (niedrige Frequenz) plötzlich schießen Dinge rein
- Weil Fragen, Zweifel und Gedanken oft gar nicht deine sind (definierte Krone und plötzlich denke ich andere Dinge) die Gabe , diese Hellsinne zu fühlen was der andere Denkt , zweifelt)
- können genau differenzieren, welcher Inspiration aus dem Außen sie folgen wollen (hohe Frequenz) pausen gönnen, Inspirations Detox
- ignorieren gekonnt, welche Fragen, Zweifel und Gedanken ihnen nicht dienlich sind





Wenn die Krone undefiniert ist und ein Tor (Tor 64, 61 oder 63) definiert ist, kann es zu mentalem Druck kommen, weil sich der Druck dort nicht lösen kann.

Fragen zu den Toren in der Krone:

Tor 64: Wie und was war das? -> Sinn finden, Verwirrung auflösen

Tor 61: Wie ist das? -> Geheimnisse erforschen, neue Wahrheiten finden, alles wissen wollen

Tor 63: Wie und wann wird das sein? -> Verstehen, Infragestellen, logische Muster auch anzweifeln.



Nicht Selbst Themen der Undefinierten Krone:

Bin ich mit Fragen beschäftigt, die nicht für mich von Bedeutung sind?

- Ich muss Inspiration finden.
- Welcher Mentor kann mich inspirieren?
- Wer kann mir die Antwort geben, oder wer kann die Antwort für mich finden?
- Ich muss den Sinn dahinter einfach verstehen.



AUTHENTISCHER ZUSTAND

- Diese Menschen lieben es neues Wissen zu erlangen und neue Inspirationen zubekommen.
- Sie spielen mit dem Wissen.
- Sie nehmen den Druck anderer zwar wahr, aber lassen ihn durch sich ziehen, nehmen es nicht persönlich und sind sich dessen bewusst, dass es nicht ihr Druck ist.
- Sie vertrauen sich und ihrem Wissen und ihrer Intelligenz

- Woher kommt das?
- Warum denke ich das? Warum triggert mich das?

KOMMT ES VON EINEM MENSCHEN, DER GERADE IN MEINER NÄHE IST, KOMMT ES VON MEINEN ELTERN? MEINEN GROSSELTERN? USW...

WEITERE WICHTIGE FRAGEN:

- Wem gehört es?
- Woher leihe ich mir das aus?
- In welchen Lebensbereichen fühle ich mich nicht genug?
- Wo habe ich das Gefühl ich bin zu viel?
- Warum mache ich gerade diese Erfahrung?
- Was muss ich hier verstehen und transformieren, um den nächsten Schritt gehen zu können?
- Wo passe ich mich an?
- Was kann ich tun um wirklich zu spüren was meine Energie ist?
- Kommt es von einem Menschen, der gerade in meiner Nähe ist, kommt es von meinen Eltern, meinen Großeltern usw.?

DEFINIERTE ZENTREN - SÄULEN IM BUSINESS

Im Businessaufbau hilft es mit den Stärken und Potenzialen eurer definierten Zentren raus zu gehen - sie sind wichtig für deine Außenwirkung.

(ACHTUNG- mit deinen definierten Zentren kannst du deine Klienten unbewusst Konditionieren)

- WURZEL: Umgang mit Druck und Stress, Stressbewältigung, Erdung, Antrieb
- SAKRAL: Lebensenergie, Kreativität, (malen, tanzen, etc...)
- EMOTIONSZENTRUM: Leidenschaft, Emotionen, Verlangen, Lebensfreude
- Milz: umgang mit Ängsten, Gesundheit, Intuition
- HERZ / EG: Willensstärke, Motivation, Selbstwert stärken
- G-CENTER: Identitätsfindung, Selbstliebe, Berufungleben und andere damit inspirieren
- KEHLE: mit der Stimme raus gehen (INSTA, Podcast usw) Botschaft vermitteln
- VERSTAND: Konzepte erstellen und andere Menschen damit helfe, Prozesse analysieren
- KRONE: Inspiration sein andere mit den eigenen Ideen und Visionen inspirieren

AUCH HIER GILT WIEDER , DAS HD SOLL EUCH NICHT LIMITIEREN,, UND SOLL EINE ANREGUNG SEIN.



UNDEFINIERTER ZENTREN- DIE MÖGLICHEN SCHEMERZ THEMEN IM BUSINESS



- Wurzel: Stress, Stress, Stress - Unfähigkeit zur Entspannung, solange noch nicht alles erledigt ist
- Sakral: zu viel Fokus auf tun und umsetzen - hustle hier, hustle da
- Emotionszentrum: mangelnde Abgrenzung, People Pleasing, unsichere Positionierung
- Herz/ Ego: Jagd nach Zertifikaten, Underpricing - Overdelivery, Struggle mit Selbstdisziplin
- Milz: Aufnahme fremder Ängste, Schwierigkeiten Dinge/Menschen/Strategien loszulassen
- G-Center: Schmerzthema mit Nische, Positionierung, Wer bin ich. Neigung zum (unbewussten) kopieren
- Kehle: Druck sprechen zu müssen, um Aufmerksamkeit zu erlangen
- Verstand: Struggle unbedingt intelligent, strukturiert und sicher wirken zu müssen
- Krone: Überforderung mit vielen Ideen und dem Druck diese umzusetzen, alle Fragen beantworten zu müssen