

Selbst-Zentrum

Quelle: Lisa Mestars

Hinweis: Die Energiezentren sind entweder konstant Energie sendend (bewusst und unbewusst definierte Zentren) oder mehrheitlich Energie empfangend, aufnehmend, lernend und gleichzeitig «verwundbarer» (undefinierte Zentren) – und zwar je nach Zentrum auf eine spezifische Art und Weise. Weder definierte noch offene Zentren sind besser oder schlechter. Du kannst jedes Zentrum in seinem höchsten Potenzial oder in seinem (tiefsten) Schatten leben.

«Einen weisen Menschen macht aus, dass er mit (seiner) Energie und der Welt um sich herum interagiert. Er ist aufnahme- und lernfähig und behält gleichzeitig seine innere Richtung und Stabilität bei.» [Lisa Mestars]

Bewusstsein und Wachstum entstehen immer im Zusammenspiel von offenen und definierten Zentren. Dein Sinn des Lebens entsteht durch die Center-Konstellationen: In die Weisheit und höchste Form deiner offenen Zentren gelangen und die Energie der definierten Zentren nutzen.

Zentrums-Art

➔ **Identitäts-Zentrum (das einzige)**

Allgemein – Bedürfnis des Zentrums

- Wie nimmst du dich wahr, was ist dir wichtig? Das Selbst hat nur weibliche Energie
- Zeigt die Richtung für deine Bestimmung. Hält das Design und die Persönlichkeit zusammen: Du darfst mit deinen Gegensätzen leben
- Identität, Richtung und Selbstliebe; komplette Verhaltenssteuerung, spirituelles Bewusstsein, Verbundenheit mit allem und jedem und Zeitlosigkeit, Unendlichkeit
- Wunsch/Ziel des Zentrums: Sich selbst zu erkennen, für andere anziehend zu sein, möchte Liebe finden, Eins-Sein mit allem, verbunden und sich ganz fühlen, das Leben nach eigenen Vorstellungen gestalten
- Selbstbewusstsein ist hier verankert
- Manifestationsenergie: Setzen wir mit unterschiedlichen Toren frei!

Ängste des Selbst-Zentrums

- Angst vor Identitätsverlust und fehlender Selbstfindung
- Sorge, den eigenen Lebenszweck nicht zu erkennen oder zu erfüllen
- Furcht vor fehlendem Lebenssinn oder davon, keine wirkliche persönliche Bedeutung im Leben zu haben

Definiert

Undefiniert

Definiertes Zentrum 58%	Undefiniertes Zentrum 42%
Höchstes Potenzial: Wenn ich auf andere anziehend wirke, kann ich eine Richtung gestalten + meine Identität einbringen. Ich definiere die Bühne meines Lebens.	Höchstes Potenzial: Ich bin mit meiner Identität wandelbar und kann mich an das Umfeld anpassen. Ich wähle die Bühne meines Lebens
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Fühlt die eigene Identität ▪ Möchte individuelle Richtung verfolgen ▪ Hat Wirkung auf andere durch das eigene Verhalten ▪ Zieht das an, was zu ihm gehört ▪ Sucht festgelegte Rolle, gleiche Werte ▪ Empfindet Liebe, Identität und Richtung, hat inneres Gefühl für den Lebensweg ▪ «Ich weiss, wer ich bin und was mich ausmacht» ▪ Lebt eigene Art von Liebe und wählt höhere Liebe; strahlt innere Stärke und Stabilität aus, Fels in der Brandung ▪ Wenn sie sich von ihrem wahren Weg entfernen, kommen Frustration, Langeweile, Angst, Überforderung; Du fühlst dich dann nicht wohl, bist nicht kongruent mit deinem Seelenweg ▪ Starker innerer Kompass (der weiss lange im Voraus, was dein Ziel ist) ▪ Du bist für andere gut greifbar ▪ Kannst im Business starke Marke aufbauen: Aber dafür musst du dieses Zentrum authentisch leben. Wenn du deinem inneren 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ist in der eigenen Identität nicht festgelegt und kann es nicht so richtig greifen ▪ Bekommt Lebensrichtung eher durch andere ▪ Verhalten sich so, wie die Umgebung ist, und werden wie die Umgebung ▪ Wählt aus, zu was oder wem es gehören will ▪ Frei in der Rolle, die es jeden Tag neu wählen kann ▪ Flexibel wie ein Chamäleon, sehr facettenreich und anpassungsfähig ▪ Sehr gutes Einfühlungsvermögen für andere ▪ Können jede Identität, jede Art von Lebensrichtung sehr gut nachempfinden ▪ Nehmen schnell das Identitätsempfinden von anderen auf → wie ist das Umfeld? → Umfeld-Hygiene sehr zentral! Musst dich mit den richtigen Menschen verbinden ▪ Aufhören, es anderen Recht machen zu wollen: Was willst <u>du</u>? ▪ Beim Lebenspartner oder in der Arbeit: Möchtest du so sein, wie diese? ▪ Richtungsänderungen finden vor allem durch Umfeldveränderungen statt

Definiertes Zentrum 58%	Undefiniertes Zentrum 42%
<p>Wertekompass nicht folgst, bist du nicht erfolgreich!</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Kann in einer Beziehung aber auch sehr dominant sein, den Weg von allen bestimmen zu wollen ▪ Andere suchen bei dir auch ihre eigene Identität 	<p>→ im Aussen Dinge verändern, führen zu Veränderungen nach innen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Dein Auftreten ist bunter als bei definierten Zentren, lebe deinen Facettenreichtum ▪ Für andere Menschen bist du wie ein Spiegel: Die anderen erkennen sich in deinem Selbst ▪ Bist super sensitiv für Orte und Menschen: Geh weg, wenn es sich nicht gut anfühlt ▪ Fühlt sich gut an, wenn du in den Flow kommst ▪ Wichtig, für unterschiedliche Formen der Liebe offen sein ▪ Zeit für dich alleine schaffen. Wer bin ich? Was will ich?
Schatten definierte Zentren	Schatten undefinierte Zentren
<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Übertreibung: Die eigene Identität und Werte anderen aufzwingen</i> ▪ <i>Unterdrückung: Von sich zu glauben, dass man nicht aufrichtig lieben kann, weil man sonst die Angst hat, sich zu verlieren</i> ▪ <i>Dominanz: Andere Lebensrichtungen, Werte werden nicht zugelassen</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Um zu spüren, wer du bist, bist du ständig auf der Suche nach Liebe</i> ▪ <i>Weil ich nicht weiss, wer ich bin, kann ich mich selbst nicht lieben (Bin ich wirklich lebenswert?)</i> ▪ <i>Ständig nach der Suche der eigenen Richtung</i> ▪ <i>Zu denken, du musst eine klare Richtung haben (es wird sich immer wandeln)</i> ▪ <i>Immer nur den Weg der anderen zu gehen</i> ▪ <i>Dich zu sehr anderen Menschen anzupassen</i>

Tore des Selbst-Zentrums

Tore Selbst-Zentrum: 4 Tore der **RICHTUNG** + 4 Tore der **LIEBE**

Zusammenarbeit + Führung

7
(Z)

- Fähigkeit, Richtung zu geben oder zu empfangen, indem es nach vorne in die Zukunft schaut; führt durch Vorbild und Einfluss. Sieht alle Menschen gleich.
- Schatten: Du drängst dich ständig in den Vordergrund, musst in der ersten Reihe stehen. An Altem festhalten. Alter Führungsmodus 'Ich bin der Chef!'
- Gabe: Die Erkenntnis, dass die Stärke einer Führungskraft in den Menschen liegt, die sie umgibt. Tiefes Verständnis, welche Art von Führung, Menschen benötigen und sie unterstützen.

✓ Manifestationsenergie: Wie mächtig fühlst du dich in deinem Leben?

Bestimmung + Selbstausdruck

1
(J)

- Ist immer im Hier und Jetzt, lebt voller Kreativität. Ich bin. Einzigartiger Selbstausdruck. Liebe zur Kunst. Ideen effektiv umsetzen. Mit diesem Tor ziehst du Aufmerksamkeit auf dich.
- Schatten: Wut anstauen, runterschlucken. Sich dumpf fühlen, das Gefühl, nicht gut genug zu sein.
- Gabe: Du bringst Kreativität, frische und neue Perspektiven in die Welt.

✓ Manifestationsenergie: Wie authentisch drückst du dich in dieser Welt aus?

Erzählung/Zuhörer:in

13
(V)

- Empathische Zuhörer:innen, die ein echtes Interesse an Menschen hat. Sammelst Geschichten, Erzählungen, um sie zum richtigen Zeitpunkt wieder mit der Welt zu teilen.
- Schatten: Negatives Denken über die Vergangenheit und Zukunft, dir Sorgen machen. Selbstzweifel, Ängste, die dich steuern. Opfermodus.
- Gabe: Du hörst auch das, was sich hinter den Worten und Geschichten verbirgt und bist eine Inspiration für andere.

✓ Manifestationsenergie: Wie sehr hast du deine schmerzhaften Erfahrungen aus der Vergangenheit loslassen können + kannst du dein Leben segnen?

Öffnung für den Flow

2
(J)

- Richtung und Flow: Regisseur:in deines Lebens; im Fluss zu sein. Auf innere Führung vertrauen.
- Schatten: Das Gefühl, es nicht wert zu sein, sich über Leistung beweisen müssen.
- Gabe: Tiefe Dankbarkeit. Kannst anderen Menschen Rat und Orientierung geben, voller Selbstliebe. Dich Eins fühlen.

- ✓ Manifestationsenergie: Wie sehr glaubst du, dass du es verdient hast, das was du brauchst, zu empfangen?

Göttliche Ordnung, Liebe des Universums

25
(J)

- Universelle Liebe für alles; bewahrt die Unschuld, bedingungslose Liebe.
- Schatten: Nur auf die eigenen Bedürfnisse schauen. Das Leben aus der Willenskraft, aus dem Verstand führen, statt mit dem Herzen.
- Gabe: Tiefe Verbundenheit mit dem Universum und diese in die Welt bringen. Tiefes Vertrauen in das Leben.
- ✓ Manifestationsenergie: Wie sehr vertraust du dem Leben und dem Universum?

Verkörperung, Liebe zum Körper

46
(V)

- Liebe zum Körper, zu Gesundheit, zu Ästhetik. Entschlossenheit immer weiter zu gehen. Wachheit, Offenheit im Hier und Jetzt. Geniessen.
- Schatten: Vom Körper getrennt leben, Bedürfnisse deines Körpers ignorieren, was zu psychosomatischen Störungen führen kann.
- Gabe: Tief verbunden mit deinem Körper schaffst du ein «zu Hause», in dem sich deine Seele wohl fühlt. Fluss mit dem Leben.
- ✓ Manifestationsenergie: Wie fit, vital und geerdet fühlst du dich, um zu manifestieren?

Mitgefühl, Extreme

15
(Z)

- Liebe zu den Menschen; kann unterschiedliche Arten, wie Menschen sind, annehmen und lieben
- Schatten: Sich ständig anderen Menschen anzupassen, sich selbst verurteilen. Sorge um Geld und Anerkennung bestimmt das Denken.
- Gabe: Vertrauen in den eigenen Fluss des Lebens und die inneren Rhythmen. Alles hat seine Zeit. Hingabe ans Leben. Inneres Strahlen.
- ✓ Manifestationsenergie: Welche Entscheidungen sind nicht nur für dich gut, sondern für alle gut?

Selbstliebe

10
(Z)

- Die Liebe und der Wunsch, sich selbst zu sein. Grosse Bewusstheit für die eigene Authentizität. Spielerischer Ausdruck.
- Schatten: Stellst dein Licht unter den Scheffel. Fühlst dich als Opfer, machst Situationen oder andere Menschen für dein Leben verantwortlich.
- Gabe: Selbstliebe, Selbstakzeptanz. Authentischer Ausdruck deines Selbst. Hingabe an den Fluss des Lebens. Natürliche Lebensfreude
- ✓ Manifestationsenergie: Wie sehr liebst du dich selbst?