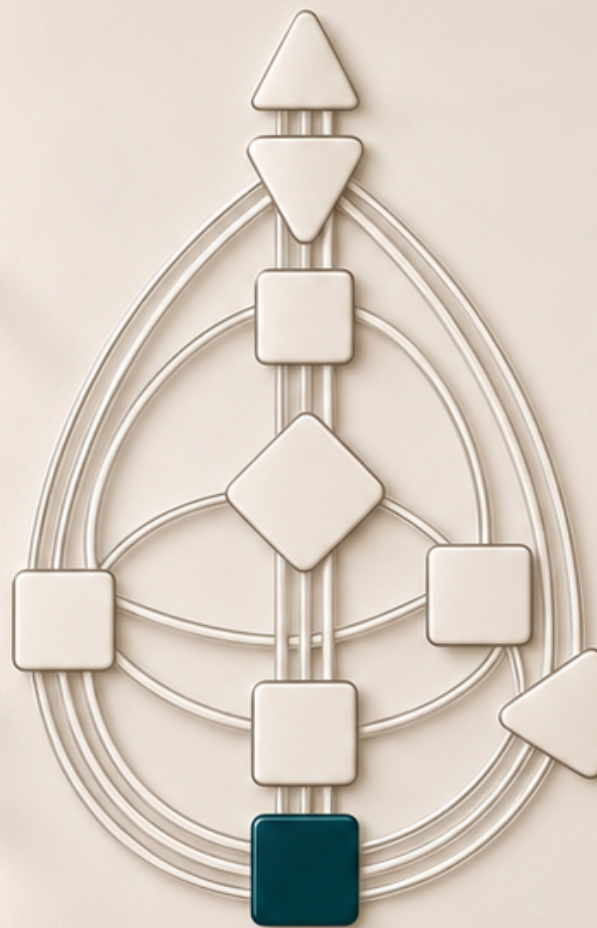


HUMAN DESIGN

DIE SPRACHE
DEINER ZENTREN

WURZELZENTRUM

DRUCK. ANTRIEB. ERDUNG.



aromacoach.academy



BGR

Das Wurzelzentrum – dein Motor für Druck und Bewegung

Das Wurzelzentrum gehört zu den neun Energiezentren im Human Design.

Es ist eines der beiden Druckzentren und schenkt uns Antrieb, Bewegung und die Energie, Dinge in Gang zu bringen.

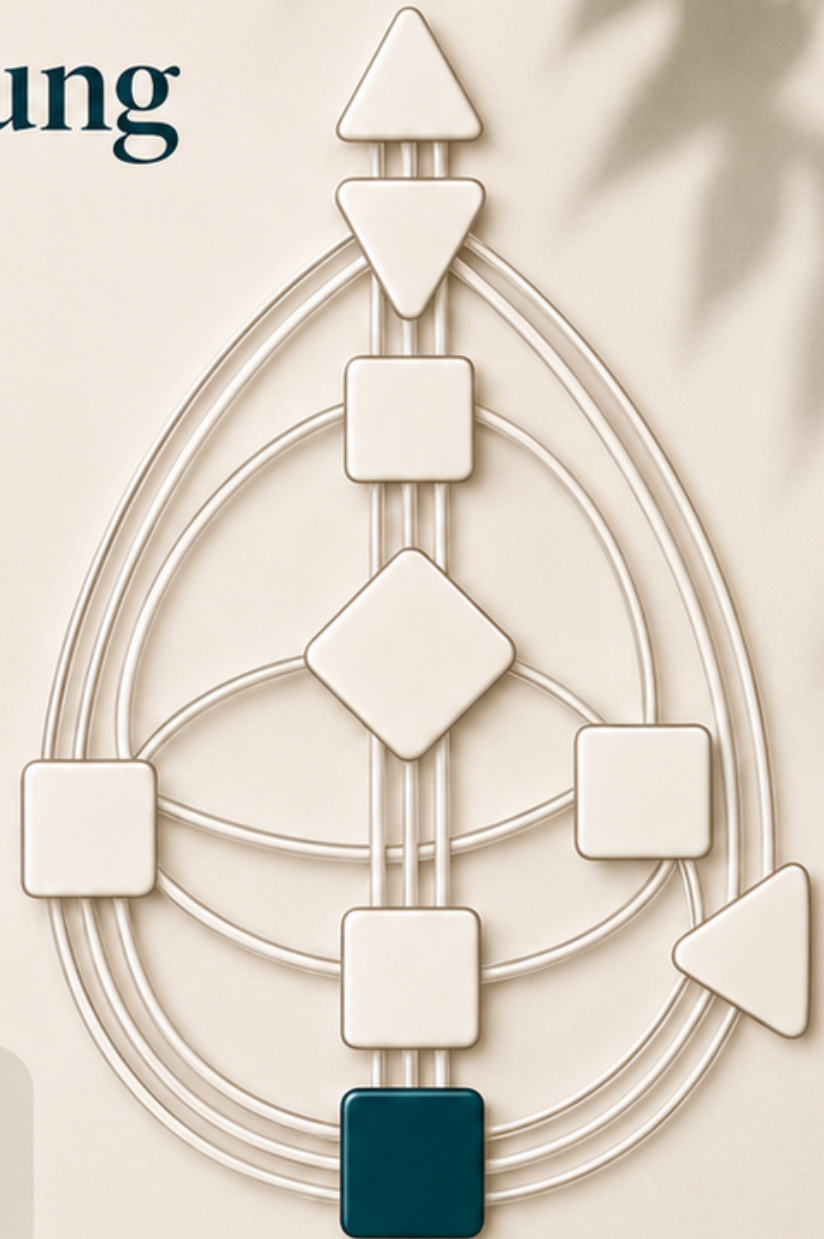
Es unterstützt uns dabei, Herausforderungen anzunehmen, Aufgaben zu erledigen und mit den Anforderungen des Alltags umzugehen.



ÖL-IMPULS

Vetiver zur Verwurzelung und Stabilität.

Myrrhe – Vertrauen in Mutter Erde.
Mit einem Spritzer Orange, um die Leichtigkeit nicht zu verlieren.



So zeigt sich das Wurzelzentrum im Alltag

Vielleicht kennst du solche Momente:



Du arbeitest deine To-do-Liste ab und findest trotzdem keine Ruhe.



Du entspannst erst, wenn alles erledigt ist.



Du spürst sofort, wenn andere unter Druck stehen.

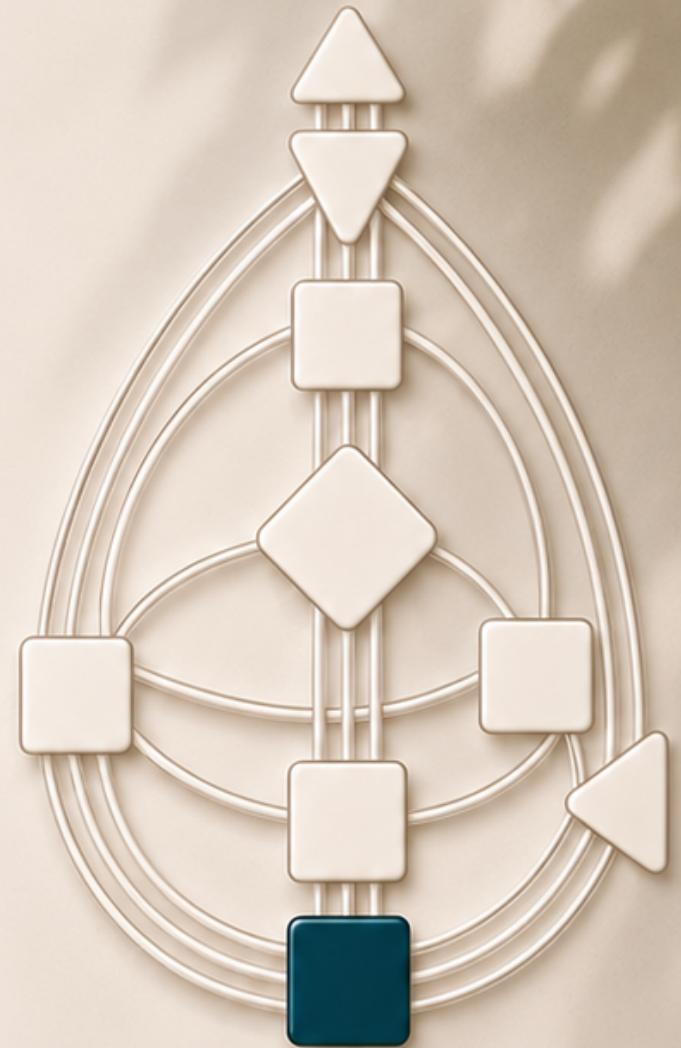


Du übernimmst unbewusst die Hektik deiner Umgebung.

Oder vielleicht kennst du genau das Gegenteil:



Du kannst auch unter Zeitdruck ruhig bleiben und behältst den Überblick.



Das eigentliche Learning

Egal ob **definiert** oder **undefiniert**:
Das wichtigste Learning lautet nicht,
Druck zu vermeiden.



Sondern zu erkennen:

Welcher Druck gehört wirklich zu mir?

Denn nicht jeder innere Antreiber ist
tatsächlich dein eigener.

Je bewusster du das unterscheiden kannst, desto leichter wird es,

-  Pausen zuzulassen,
-  Prioritäten zu setzen,
-  Energie sinnvoll einzuteilen
-  und aus Motivation statt aus Stress zu handeln.



Denke daran:

Es geht nicht darum, keinen Druck zu haben.
Sondern darum, ihn bewusst zu lenken.





Mein Impuls für dich

Beobachte heute einmal ganz bewusst.

Wann entsteht Druck in dir?

Ist jemand in deiner Nähe, wenn das passiert?

Und wo in deinem Körper spürst du den Druck?

Frage dich anschließend:

Ist das wirklich dein Druck?

Oder reagiere ich gerade auf
die Energie meines Umfelds?

*Allein diese kleine Beobachtung kann
den Blick auf den Alltag verändern.*



aromacoach.academy



BGR



Für dich zum Mitnehmen

Human Design zeigt dir nicht,
wer du werden sollst oder
was du verändern musst.

Es erinnert dich daran,
wer du **schon immer warst**.



Für ein Leben,
das sich **stimmig** anfühlt.



Schritt für Schritt
in **deiner Signatur**.



Und mit jedem Schritt
ein Stück näher an **deiner Signatur**.

Bleib neugierig. ♥



aromacoach.academy



BGR