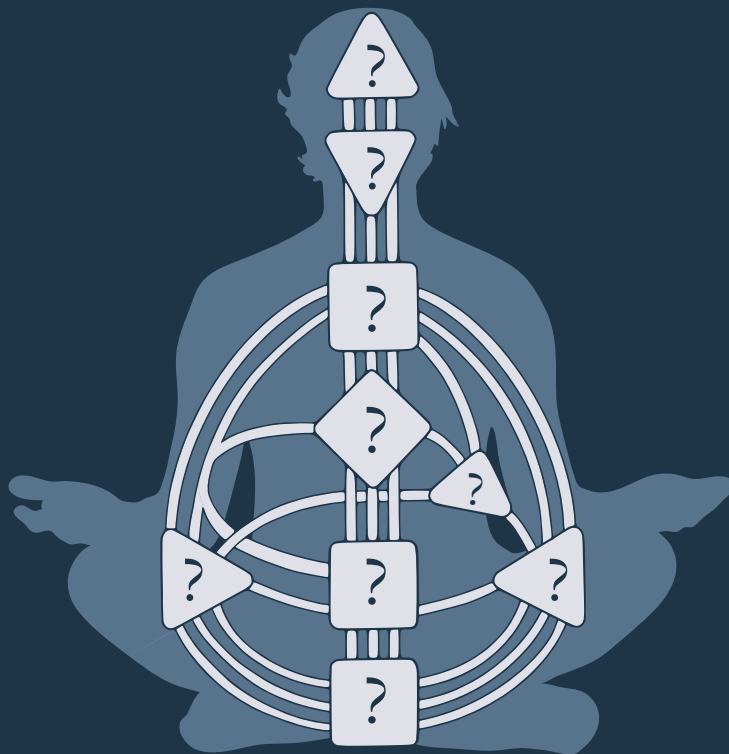

WAS LENKT DICH GERADE VON DEINEM WAHREN WEG AB?



Der große Test zum Aufspüren
deiner dominanten
Nicht-Selbst Muster

Hallo und herzlich willkommen!

Ich bin Eva, 5/1 G-Projektorin mit nur 3 definierten Zentren und als Expertin für Human Design und persönliche Weiterentwicklung begleite ich Menschen dabei, ihr wahres Selbst zu entdecken und unbewusste Muster loszulassen. Dieser Test ist speziell dafür entwickelt, dir einen ersten, wertvollen Einblick in deine aktuellen Nicht-Selbst-Themen zu geben und dir zu helfen, Klarheit über die Einflüsse zu gewinnen, die dich möglicherweise unbemerkt von deinem authentischen Weg abbringen.

Nicht-Selbst-Themen sind oft unbewusste Konditionierungen, die uns antreiben, über Dinge nachzudenken und zu handeln, obwohl sie eigentlich nichts mit unserem wahren Kern zu tun haben. Vielleicht kennst du das Gefühl, dich in Themen und Herausforderungen zu verlieren, die sich nicht wirklich stimmig anfühlen, oder du merkst, dass bestimmte Entscheidungen aus einem unangenehmen Gefühl oder Druck heraus getroffen werden. Das sind typische Anzeichen dafür, dass dein Nicht-Selbst aktiv ist.

In diesem Test kannst du auf einfache Weise herausfinden, welches Nicht-Selbst-Thema aktuell am dominantesten in deinem Leben ist. Die Ergebnisse können dir helfen, unbewusste Muster klarer zu erkennen, sie aufzulösen und dich anschließend darauf zu fokussieren, was wirklich wichtig für dich ist. Nutze diesen Test als einen ersten Schritt in Richtung größerer Selbsterkenntnis und innerer Balance – und freue dich auf viele Aha-Momente, die du dabei erleben wirst!

Anleitung zur Bearbeitung des Tests

- 1. Beantworte die Aussagen auf den nächsten Seiten:** Zu jedem der neun Zentren gibt es sieben bunt gemischte Aussagen, die du je nach Zutreffen bewerten kannst.
- 2. Verwende die Skala zur Bewertung:**
 - 0 = Trifft überhaupt nicht zu
 - 1 = Trifft selten zu
 - 3 = Trifft manchmal zu
 - 5 = Trifft häufig zu
- 4. Übertrage die Punkte in die Summen-Tabelle und zähle sie zusammen:**

Die Zentren sind hier noch als Buchstaben von A bis I dargestellt, so dass du nicht schummeln kannst ;-)
- 5. Dein Ergebnis ansehen:** Die Buchstaben A bis I führen dich zur detaillierten Auswertung der Zentren auf den folgenden Seiten, wo du erfährst, welches Nicht-Selbst-Thema aktuell bei dir am dominantesten ist.

Nr.	Aussage	0-1-3-5
1	Im Moment habe ich das Gefühl, alle Aufgaben sofort erledigen zu müssen, auch wenn sie nicht dringend sind.	
2	Ich halte momentan an Menschen oder Situationen fest, die mir nicht guttun.	
3	Es fällt mir schwer zu erkennen, wann meine Kraftreserven aufgebraucht sind.	
4	Gerade vermeide ich eine Konfrontation, weil ich Angst vor der emotionalen Belastung habe.	
5	Ich habe ständig das Gefühl, mich beweisen zu müssen.	
6	Ich versuche gerade herauszufinden, wer ich wirklich bin.	
7	Ich merke, dass ich oft versuche, Aufmerksamkeit zu bekommen oder im Mittelpunkt zu stehen	
8	Manchmal gebe ich vor, mental sicher zu sein, auch wenn ich mich innerlich unsicher fühle.	
9	Ich beschäftige mich oft mit den Problemen oder Fragen anderer, die eigentlich nichts mit meinem Leben zu tun haben.	
10	Ich fühle mich unwohl, wenn ich nichts zu tun habe.	
11	Ich habe Angst, etwas loszulassen, obwohl ich weiß, dass es längst überfällig ist.	
12	Ich arbeite weiter, auch wenn ich eigentlich erschöpft bin.	
13	Ich fühle mich oft verantwortlich für die Emotionen anderer.	

Nr.	Aussage	0-1-3-5
14	Wenn ich nichts vorzuweisen habe, fühle ich mich gestresst und wertlos.	
15	Ich habe Angst, mich zu verändern, weil ich mich in meiner aktuellen Identität sicher fühle.	
16	Ich initiiere oft Gespräche, nur um beschäftigt zu wirken oder nicht übersehen zu werden.	
17	Ich versuche oft, andere davon zu überzeugen, dass ich klug bin.	
18	Ich kann mich nicht entspannen, weil ich das Gefühl habe, ständig nach Antworten suchen zu müssen.	
19	Ich merke, dass ich mich beeile, nur um den Druck loszuwerden.	
20	Ich treffe öfter spontane Entscheidungen, die ich später bereue.	
21	Der Druck mithalten zu müssen, weil alle anderen so viel leisten, belastet mich.	
22	Ich mache oft bestimmte Dinge, nur um die Harmonie zu bewahren.	
23	Wenn ich etwas nicht erreiche, fühle ich mich sofort wertlos.	
24	Oft passe ich mich den Erwartungen anderer an, nur um geliebt zu werden.	
25	Pausen in Gesprächen machen mich unruhig und ich sage oft nur etwas, um die Stille zu füllen.	
26	Ich halte oft an bestimmten Ideen oder Konzepten fest und verteidige sie, obwohl sie eigentlich nicht mehr wichtig sind.	

Nr.	Aussage	0-1-3-5
27	Ich habe das Gefühl, dass ich mehr Inspiration von außen brauche, um weiterzukommen.	
28	Unter Stress reagiere ich oft impulsiv, anstatt mir die Zeit zu nehmen, Dinge in Ruhe zu erledigen.	
29	Gerade verlasse ich mich mehr auf das Gefühl von Sicherheit, das andere mir geben, als auf mein eigenes Wohlbefinden.	
30	Ich sage oft Ja, obwohl ich eigentlich Nein meine.	
31	Ich merke, dass ich mich von der Stimmung anderer Menschen oft beeinflussen lasse.	
32	Manchmal mache ich Versprechen, die ich am Ende gar nicht einhalten kann.	
33	Ich suche ständig nach der „richtigen“ Liebe oder einen Platz, wo ich hingehöre.	
34	Oft passe ich meinen Ausdruck an, um anderen zu gefallen.	
35	Ich möchte immer Recht haben und fühle mich schlecht, wenn das nicht der Fall ist.	
36	Oft denke ich über Themen nach, die eigentlich gar nicht relevant für mich und mein Leben sind.	
37	Ich habe oft das Gefühl, von den Erwartungen anderer getrieben zu werden.	
38	Ich fühle mich oft, als ob ich von meinen Ängsten gesteuert werde.	
39	Ich fühle mich manchmal wie ein “Sklave” meiner Arbeit.	

Nr.	Aussage	0-1-3-5
40	Ich fühle mich manchmal emotional überfordert	
41	Der Vergleich mit anderen gibt mir oft das Gefühl, nicht mithalten zu können.	
42	Manchmal wechsele ich meinen Wohnort oder Arbeitsplatz in der Hoffnung, dass der nächste Ort besser passt.	
43	Ich verändere oft die Art und Weise wie ich spreche, je nachdem, mit wem ich gerade zusammen bin.	
44	Es macht mich nervös, wenn ich keine Antwort auf eine Frage habe.	
45	Manchmal versuche ich, Geheimnisse oder Rätsel zu lösen, die nichts mit mir zu tun haben.	
46	Ich bin oft gestresst, auch wenn es keinen wirklichen Grund dafür gibt.	
47	Ich Sorge mich ständig um meine Gesundheit, auch wenn es keinen wirklichen Grund dafür gibt.	
48	Nach sozialen Interaktionen fühle ich mich oft ausgelaugt.	
49	Manchmal handle ich impulsiv, um eine emotional geladen Situation schnell zu entladen.	
50	Ich setze mir oft Ziele, die eigentlich unrealistisch sind, nur um mich selbst zu bestätigen.	
51	Ich bin momentan wie besessen davon, eine feste Richtung im Leben zu finden.	
52	Ich möchte immer die perfekten Worte finden und mache mir Druck, wenn das nicht klappt.	

Nr.	Aussage	0-1-3-5
53	Ich habe das Gefühl, dass ich mich immer weiter informieren muss, um mich sicher zu fühlen.	
54	Ich verbringe viel Zeit damit, nach Lösungen für meine aktuellen Probleme zu suchen.	
55	Der äußere Stress bestimmt gerade meine Entscheidungen und mein Leben mehr als ich selbst.	
56	Ich ignoriere oft die Warnsignale meines Körpers, weil ich denke, dass ich weitermachen muss.	
57	Ich habe das Gefühl, ständig aktiv sein zu müssen, um nicht zurückzufallen.	
58	Ich vermeide es oft die Wahrheit zu sagen, um niemanden zu verletzen.	
59	Ich gebe oft Geld aus, um meinen Wert durch materielle Dinge zu demonstrieren.	
60	Ich fühle mich oft orientierungslos und hoffe, dass das Außen mir hilft, einen Weg zu finden.	
61	Ich fühle mich gestresst, wenn ich nicht sofort weiß, wie ich mich ausdrücken soll.	
62	Ich denke oft zu lange über verschiedene Optionen nach, ohne zu einem klaren Schluss zu kommen.	
63	Es stresst mich, wenn ich keine klare Antwort auf eine Frage habe.	

Perfekt, das wäre geschafft!

Bitte übertrag jetzt all deine Punkte in die Tabelle auf der nächsten Seite.

Deine persönliche Auswertung

A	1	10	19	28	37	46	55	Summe
B	2	11	20	29	38	47	56	Summe
C	3	12	21	30	39	48	57	Summe
D	4	13	22	31	40	49	58	Summe
E	5	14	23	32	41	50	59	Summe
F	6	15	24	33	42	51	60	Summe
G	7	16	25	34	43	52	61	Summe
H	8	17	26	35	44	53	62	Summe
I	9	18	27	36	45	54	63	Summe

Deine persönliche Auswertung: Entdecke dein aktivstes Nicht-Selbst-Thema

Die Tabelle oben zeigt dir durch die höchsten Punktzahlen, welches Nicht-Selbst-Thema aktuell in deinem Leben am stärksten präsent ist. Die Buchstaben A bis I stehen jeweils für eines der neun Zentren und werden auf den folgenden Seiten aufgeschlüsselt.

Diese Auswertung hilft dir, die typischen Anzeichen zu erkennen und zu verstehen, wie es deine Aufmerksamkeit auf Themen lenkt, die möglicherweise gar nicht relevant für dich sind. Durch das Erkennen, was dich gerade zurückhält, kannst du dich selbst besser zu verstehen und den Weg zu mehr Klarheit und innerer Balance zu finden.

Ergebnis A - C

A

WURZEL-ZENTRUM: DER STÄNDIGE DRUCK UND DIE SUCHE NACH ERLEICHTERUNG

Wenn dein Wurzel-Zentrum am stärksten aktiviert ist, erlebst du vermutlich einen intensiven Druck, alles schnell erledigen zu müssen, um Erleichterung zu finden. Das Nicht-Selbst in diesem Zentrum kann dich in eine Spirale aus Stress und Perfektionismus ziehen und verleitet dich dazu, ständig neue Aufgaben anzunehmen, um den inneren Druck zu verringern – doch diese Erleichterung bleibt oft unerreichbar. Du kannst lernen, den äußeren Druck bewusst wahrzunehmen und zu entscheiden, wann du ihn für dich nutzen möchtest - und wann nicht.

B

MILZ-ZENTRUM: DIE ANGST LOSZULASSEN UND AUF SICHERHEIT ZU VERTRAUEN

Wenn dein Milz-Zentrum die höchste Punktzahl hat, bedeutet das oft, dass Unsicherheiten und Ängste gerade eine große Rolle in deinem Leben spielen. Das Nicht-Selbst in der Milz zeigt sich durch das Festhalten an ungesunden Beziehungen oder Jobs, das Ignorieren von Warnsignalen und die Übernahme der Ängste anderer Menschen. Diese Einflüsse können dich daran hindern, deiner eigenen Intuition zu vertrauen. Indem du die Muster erkennst, kannst du beginnen, auf deine eigene innere Weisheit zu hören und die Verantwortung für deine Gesundheit und Sicherheit bei dir selbst zu suchen.

C

SAKRAL-ZENTRUM: DER UNSTILLBARE DRANG, IMMER WEITERZUMACHEN

Mit dem Sakral-Zentrum als höchstem Wert im Test verspürst du wahrscheinlich einen starken Drang, ständig aktiv zu sein, auch wenn du erschöpft bist. Das Nicht-Selbst im offenen Sakral zeigt sich häufig in Form von Überarbeitung, dem Gefühl immer Ja sagen zu müssen oder der Angst, faul zu wirken. Du könntest in einem Kreislauf der ständigen Aktivität gefangen sein, der dich Energie kostet und langfristig erschöpft. Du kannst lernen, dich zu fragen, ob du die Energie wirklich hast oder eigentlich eine Pause brauchst.

Ergebnis D - F

D

SOLAR PLEXUS: DIE VERMEIDUNG VON (EMOTIONALER) KONFRONTATION

Wenn der Solar Plexus bei dir am stärksten aktiv ist, vermeidest du vermutlich oft emotionale Konfrontationen und versuchst, die Harmonie aufrechtzuerhalten, selbst wenn es dir schwerfällt. Das Nicht-Selbst in diesem Zentrum lässt dich Verantwortung für die Emotionen anderer übernehmen und Entscheidungen treffen, um Konflikten aus dem Weg zu gehen. Indem du diese Muster erkennst, kannst du lernen, die Emotionen anderer von deinen eigenen zu trennen und dich bewusst auf eine neutrale Perspektive zurückzuziehen.

E

EGO-ZENTRUM: DER STÄNDIGE KAMPF UM SELBSTWERT UND ANERKENNUNG

Wenn dein Ego-Zentrum die höchste Punktzahl hat, zeigt sich das oft durch einen starken Drang, deinen Wert zu beweisen und Anerkennung von anderen zu erhalten. Das Nicht-Selbst in diesem Zentrum lässt dich glauben, dass du ständig mehr leisten und unrealistische Ziele erreichen musst, um wertvoll zu sein. Du könntest dich durch Vergleiche mit anderen unter Druck gesetzt fühlen oder dich von Status und materiellen Dingen abhängig machen. Die Erkenntnis, dass dein Wert in deinem Sein liegt und nicht im Erreichen äußerer Ziele, kann dir helfen, diesen Druck loszulassen.

F

G-ZENTRUM (SELBST): DIE RASTLOSE SUCHE NACH ZUGEHÖRIGKEIT UND RICHTUNG

Wenn dein G-Zentrum die höchste Punktzahl hat, spürst du vielleicht eine Unsicherheit darüber, wer du wirklich bist und wohin du gehörst. Das Nicht-Selbst in diesem Zentrum zeigt sich durch das Bedürfnis, sich anzupassen, die richtige Richtung zu finden oder die „perfekte“ Liebe zu erleben. Diese Einflüsse können dich davon ablenken, dich dem Leben hinzugeben. Indem du erkennst, dass du keinen festen Plan oder äußere Bestätigung brauchst, kannst du beginnen, deiner eigenen inneren Weisheit zu vertrauen.

Ergebnis G - I

G

KEHL-ZENTRUM: DIE SUCHE NACH DEN RICHTIGEN WORTEN UND AUFMERKSAMKEIT

Dein Kehl-Zentrum als stärkstes Thema weist oft darauf hin, dass du dich häufig beweisen möchtest, indem du sprichst oder dich ausdrückst. Das Nicht-Selbst in diesem Zentrum kann dich dazu drängen, Aufmerksamkeit zu suchen, Gesprächspausen zu füllen und dich sprachlich anzupassen, um Anerkennung zu finden. Wenn du dich darauf konzentrierst, dass dein Wert nicht von deinem Ausdruck abhängt, sondern von deiner inneren Klarheit, wirst du authentisch sprechen und dich nur dann ausdrücken, wenn es wirklich nötig ist.

H

AJNA: DIE STÄNDIGE ANGST, SICH NICHT SICHER ZU SEIN

Wenn dein Ajna-Zentrum die höchste Punktzahl hat, zeigt das oft, dass du mentale Sicherheit suchst und dich an Konzepte oder Überzeugungen klammerst. Das Nicht-Selbst in diesem Zentrum äußert sich in der Angst, falsch zu liegen, und im Bedürfnis, immer Antworten parat haben zu müssen. Du könntest dich dazu gedrängt fühlen, zu jedem Thema eine Meinung zu haben und diese zu verteidigen, um dich 100% sicher zu fühlen. Durch das Erkennen dieser Muster kannst du dir erlauben, offen und flexibel zu bleiben und zu akzeptieren, dass nicht alles im Leben immer festgelegt sein muss.

I

KOPF-ZENTRUM: DER ENDLOSE DRUCK, ANTWORTEN ZU FINDEN

Das Kopf-Zentrum als dominantes Thema bedeutet oft, dass du ständig nach Antworten suchst und das Gefühl hast, alle Fragen lösen zu müssen, auch wenn sie dich nicht betreffen. Das Nicht-Selbst in diesem Zentrum drängt dich dazu, dich mit unwichtigen Gedanken zu beschäftigen und ständig nach Inspiration oder Wissen zu suchen. Die Erkenntnis, dass du nicht jede Frage beantworten musst und deinen mentalen Raum auch freihalten darfst, kann dir helfen, loszulassen und deinen Geist zu beruhigen.



Dein Weg zu mehr Klarheit & innerer Balance

Herzlichen Glückwunsch! Du hast nun ein gutes Verständnis für dein aktuell dominantestes Nicht-Selbst-Thema und damit, was dich gerade von deinem wahren Weg ablenkt. Dieses Bewusstsein ist ein wichtiger erster Schritt auf deinem Weg zu mehr innerer Klarheit und Balance.

Reflektiere deine Ergebnisse

Nimm dir ein paar Minuten Zeit und überlege, wie sich das dominante Nicht-Selbst-Thema in deinem Alltag zeigt. Gibt es bestimmte Situationen, in denen es besonders aktiv wird? Das Erkennen dieser Muster kann dir helfen, im Alltag bewusster darauf zu reagieren und deinen eigenen Weg klarer zu sehen.

Dein nächster Schritt

Dieser Test ist nur der Anfang. Anfang Dezember erscheint mein neues Buch, das dir dabei hilft, das Nicht-Selbst zu erkennen und die blockierenden Muster gezielt zu lösen. Ich arbeite darin mit einer besonderen Methode: der Kombination aus Human Design und der Chinesischen Quantum Methode (CQM), die ich in der WEEL-Methode zusammenführe. Die WEEL-Methode zeigt dir auf verständliche Weise, wie du selbst Schritt für Schritt deine blockierenden Muster auflösen und zu deinem wahren Selbst finden kannst.

Begleitung und Support

Falls du dir zusätzliche Unterstützung wünschst, biete ich verschiedene Möglichkeiten an, gemeinsam an deinen Themen zu arbeiten. In einem persönlichen Human Design Reading entdecken wir gemeinsam die einzigartigen Facetten deines Designs. In einer metaphysischen Begleitung oder einem Business Coaching unterstütze ich dich gezielt dabei, deine Herausforderungen zu meistern und einen Weg zu finden, der wirklich zu dir passt. Weitere Infos dazu findest du auf meiner Homepage: www.macherhammer.com.

Dadurch, dass du deine Nicht-Selbst-Themen erkannt hast, bist du auf einem wunderbaren Weg, dich von konditionierenden Einflüssen zu lösen und dein authentisches Leben zu gestalten. Danke, dass du diesen ersten Schritt mit mir gegangen bist – ich würde mich freuen, dich weiter auf deinem einzigartigen Weg zu begleiten!

Alles Liebe, Eva

