

Was ist Human Design?

Human Design System= Wissenschaft der Differenzierung



HDS wurde im Jänner 1987 an **Robert Allen Krakower**- gebürtiger Kanadier- übermittelt. Er lebte als Eremit auf Ibiza, erfuhr eine 8 Tage/Nächte andauernde schockierend bestärkende Trance, informativer Strom, 'The Voice'→ Formel für das HDS, Informationen über Entstehung & Mechanismen des Universums und Entwicklung des Bewusstseins. Als **Ra Uru Hu** aus dieser Einweihung herausgetreten, mit einer neuen Perspektive über das Sein, bis zu seinem Tod im März 2011 Erforschen & Vermitteln des HDS

HDS beschreibt:

unser individuell genetisches Potenzial= die Mechanik unserer einzigartigen Lebendigkeit (Bauplan)

& **WIE** wir unser angeborenes Potenzial entfalten, das Leben erfüllend erfahren können

= ~~Wahrheit glauben?~~ Werkzeug, praktischer Schlüssel, konkrete Praxis→ ~~richtig, falsch~~ Ausprobieren! ,korrekt' für mich

*'Du kannst dich nicht auf mich verlassen, es ist Dein Weg. **Es geht nicht darum mir oder irgendjemandem zu folgen.** Du kannst schon etwas von mir lernen, aber **Du kannst nur Deinem eigenen Weg folgen** und Du kannst es nur alleine tun. Das heißt nicht, dass du keine Gefährten haben wirst, jedes 'Stück' ist immer voller Charaktere...*

Es geht um Deinen Prozess, es geht darum, ob Du bereit bist, dir selber ein wenig 'erleuchtete Selbstsucht' zuzugestehen, dich mit der Tatsache auseinanderzusetzen, dass Differenzierung oder Veränderung von den Anderen nicht immer mit offenen Armen empfangen wird, und ob du bereit bist etwas zu leben...

Human Design bietet keine sofortige Erleuchtung, alles braucht seine Zeit...

*Human Design bietet Dir **einen Zugang zu deinem Weg**, einen Weg, den niemand jemals gegangen ist, den auch niemand je wird gehen können, außer Dir. Wenn Du Deinen Weg nicht einschlägst, gibt es einen Zugangsweg weniger für globales Bewusstsein. Niemand kann diesen Weg deiner statt gehen, niemand. Es geht darum deinen Weg zu 'leben', jeden Atemzug. Und jeder einzelne Schritt ist der Prozess und das Wunder...*

Wenn Du Deinen Verstand aus der Rolle entlässt dein Leben zu leiten, wow wird er beginnen zu sehen, zu verstehen! Wir sind alle begnadet das zu vollziehen- es ist die Grundlage für Bewusstheit und Erwachen.

Gib dich deiner Form hin- dem Leben deines Körpers- lass ihn sein Leben führen. Setze nichts voraus, lass dich nicht von Erwartungen blenden, dass es so oder so sein sollte- du kannst es nicht wissen und das spielt auch keine Rolle. Es wird ohnehin das Leben sein. Hör auf, dich in Dein Leben einzumischen, hör auf Deinem eigenen Erkenntnisvermögen im Wege zu stehen. Überlasse deiner Strategie und Autorität das Steuer und beginne aufzuwachen. Geh Deinen Weg als Du Selbst. Es ist in Deiner Hand, nicht in der eines anderen.'

Ra Uru Hu, 2011 (https://www.jovianarchive.com/Media_Library/Videos/19/The_Human_Design_System)

HDS propagiert:

Wir Menschen sind designed, in uns selbst verankert zu sein, uns an unserer inneren Autorität zu orientieren, mit Selbstvertrauen, selbstverständlich gesunde Entscheidungen zu treffen, überraschend friedvoll, gemeinsam erfolgreich und erfüllt im Einklang mit dem Leben zu sein. (keine äußere Autorität & Verstand keine Entscheidungsinstanz!)

° warum dann Ohnmacht, Verunsicherung, Krieg und Konkurrenz?

seit Jahrhunderten Orientierung am Verstand und an äußeren Autoritäten = strategische Ausrichtung & Paradigma von Macht, über' hat uns in früheren Entwicklungsepochen an die Spitze der Spezies gebracht und Gesellschaft mit dem Fokus auf Effizienz errichtet → Preis Fragmentierung



Seit 1781 anderes Entwicklungsthema! Verstand ist nicht in der Lage uns im Fluss mit dem Lebendigen anzuleiten → Widerstand und leidvolle Erfahrungen. Kontrolle über das Leben und über unseren Körper → Illusion.

Wir sind in dieser speziellen Krisen- und Wandlungszeit aufgefordert, uns mit einem anderen Bewusstsein auf das Leben zu beziehen.

° Möglichkeit: mit unserem Design & dem Leben im Einklang sein

HD- Praxis: Orientierung an Empfänglichkeit und Resonanz = warten darauf wie das Leben auf uns zukommt um mit unserem Körperwissen (innere Autorität) zu antworten und zu wählen wie wir uns beziehen wollen. Fokus' auf Präsenz & Erfahren des Lebendigen



Platz des Verstandes= Beobachter (wir sind nicht unser Denken- auch andere therapeutische und spirituelle Richtungen!)

HD bringt differenzierte, individuelle Bewusstseinspraxis hervor: für manche v.a. in Stille, meditative Praktiken, für manche v.a. durch intensive Bewegung und energetischen Auslass, Tanz, für manche im Alleinsein, für andere in Gespräch, Austausch und Dialog.

HDS= Synthese alter & neuer Wissenschaften

Astrologie, I- Ging', Chakren- Lehre, Kabbala

Astronomie, Genetik, Biochemie, Quantenphysik

Rave- Mandala:

astrologisches Rad 12 Tierkreiszeichen,
äußeres Rad 64 Hexagramme des I Ging
(Zusammenhang mit 64 Codons)

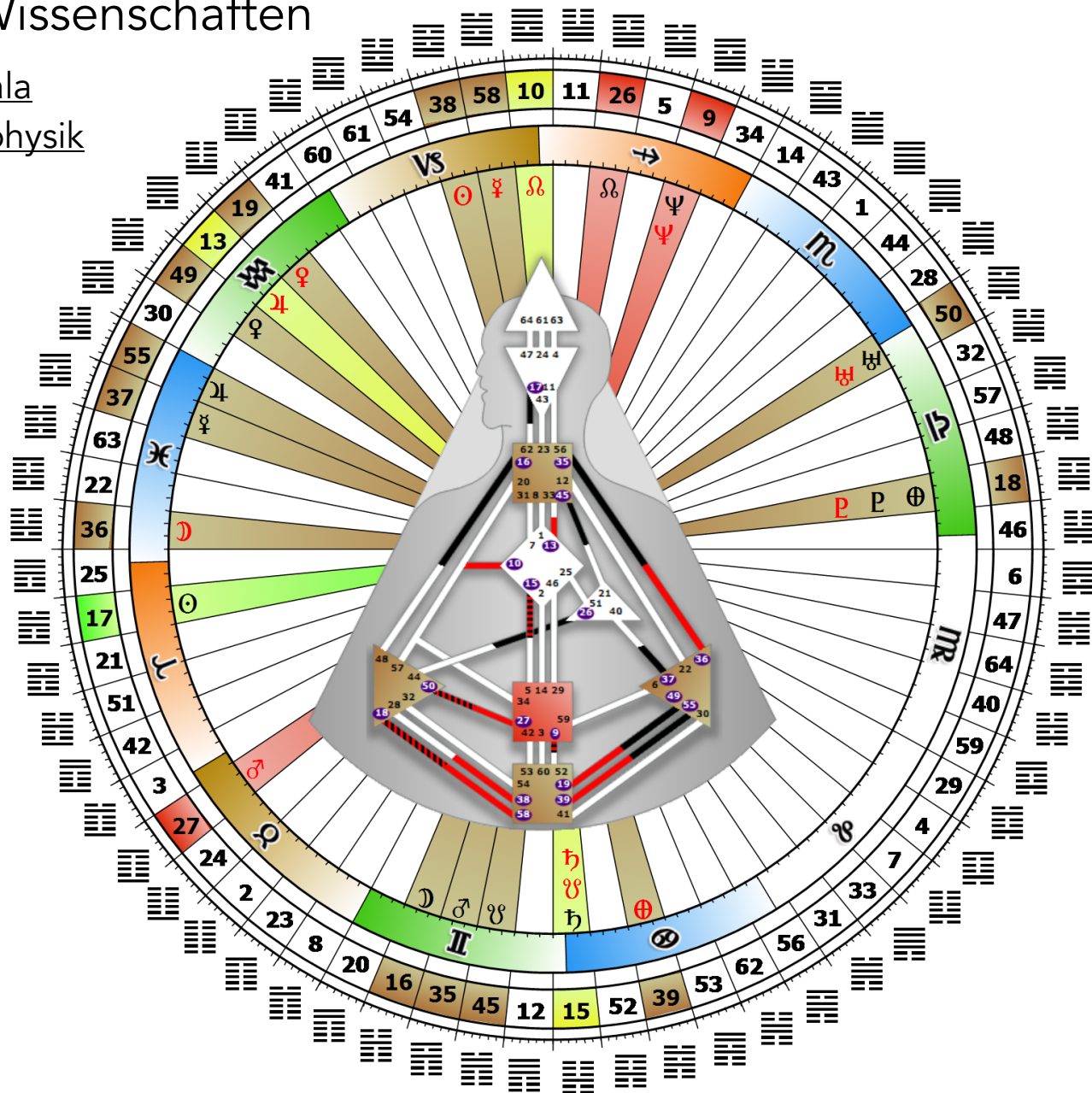
Im Zentrum - das Herzstück des HD Charts:
die **Körpergrafik**, ein Abbild unseres
genetischen Bauplans

Bestandteile der Körpergrafik:

9 Zentren (Drüsen)

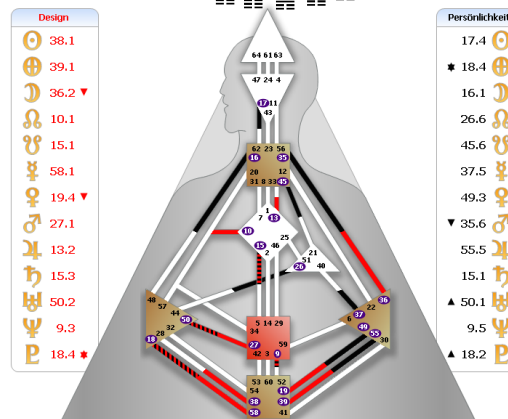
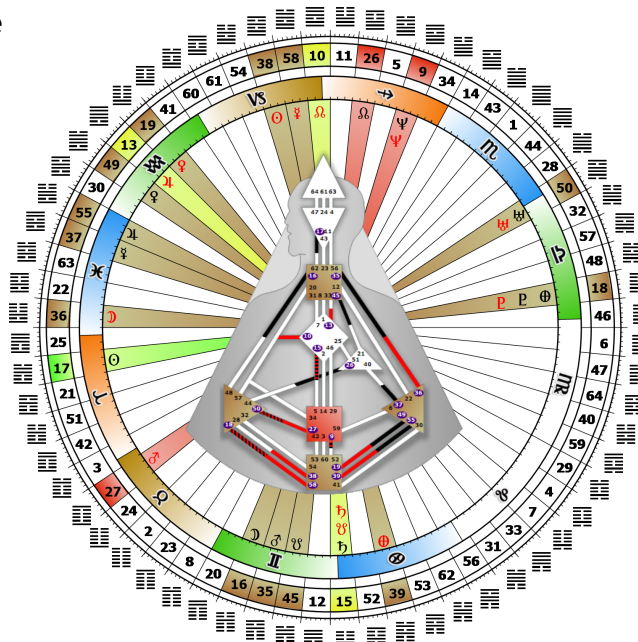
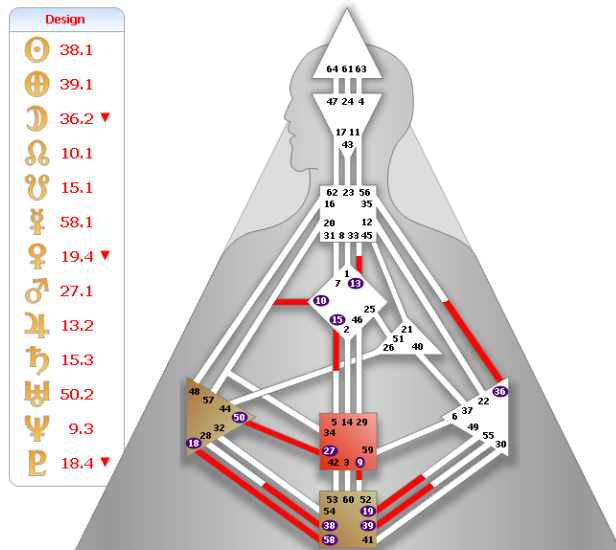
36 Kanäle (Lebenskräfte)

64 Tore (Potenziale)

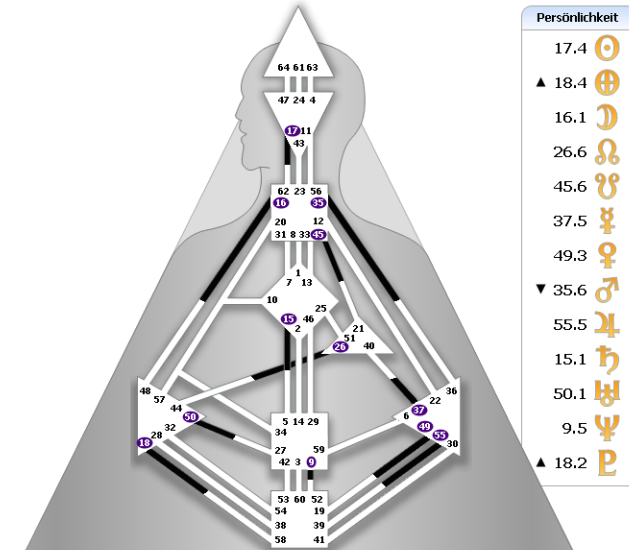


Berechnung: heute Computersoftware (z.B: Maia Mechanics Imaging, www.jovianarchive.com, HD App) zwei Zeitpunkte relevant: Geburt & **88° zuvor** (vorgeburtliche Prägung abgeschlossen, Körper reif, um Seele zu empfangen) = zwei Datensets astrologischer Positionen der 11 Himmelskörper & 2 Mondknoten in bestimmten Hexagrammen und deren Linien → wird übertragen in Körpergrafik und deren Tore

Design, unbewusst



Persönlichkeit, bewusst



Gesamtchart: bewusst & **unbewusst**, Quantum aus beiden Berechnungen erklärt warum Eigen- und Fremdwahrnehmung weit auseinander liegen können

Kanäle und Tore

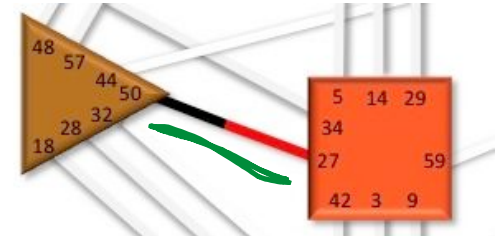
Kanal= fluktuierende Lebenskraft, **Verb**

zwei definierte gegenüberliegende Tore verbinden sich (**rot** oder schwarz)

→ definiert Zentren

schwarze Kanäle wie **Straßen**, rote wie **Tunnel**

(Bsp. 50/27 ,kümmern, erhalten, versorgen, nähren')



Tore= Potenzial, **Adjektiv**

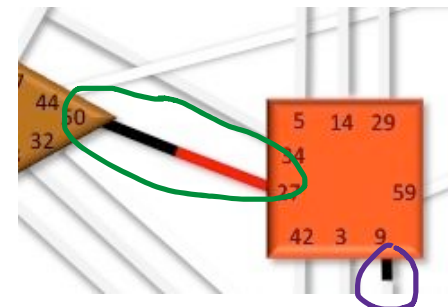
schlummernd an offenem Zentrum

aktiviert an definiertem Zentrum

Bsp. 9 ,detailliert'



...jemand, der sich **detailliert** um die Dinge **kümmert**



Definierte Zentren

Eingefärbt

Festgelegte, verlässliche, konsistente Funktionsweise

legen Typ & innere Autorität fest

konditionieren unser Umfeld

diese Qualitäten- unsere Einzigartigkeit- gilt es auszuleben und einzubringen

Schüler des Lebens

Offene Zentren

weiss

nicht festgelegt, veränderlich, schwankend

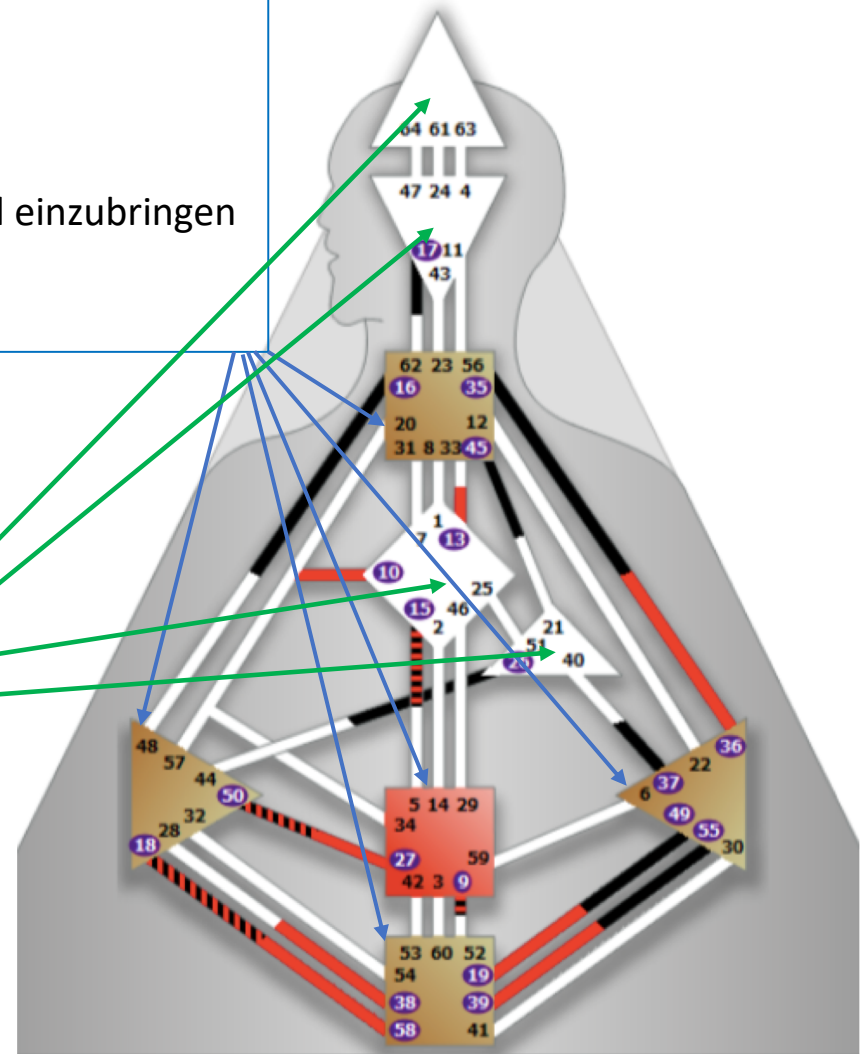
offen und empfindlich für Konditionierung

diese Qualitäten sind unser Weisheitspotenzial

ewig lernend

Lebensschule, unsere Fenster zu Welt

AUFNEHMEN & SPIEGELN & VERSTÄRKEN



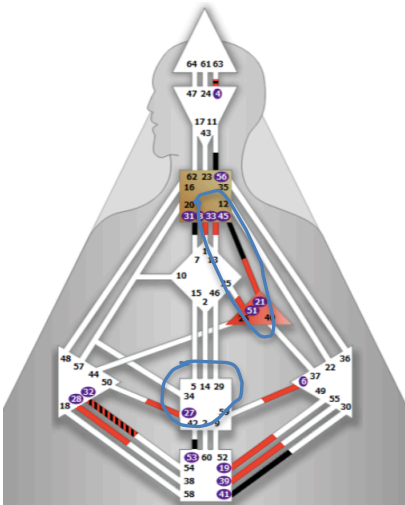
Die 4 Typen (Psychologie, Persönlichkeitstypen = Genetik- Typen, Energiesystem, genetischer Bauplan haben 4 verschiedene Strategien= natürliches in Beziehung treten zur Umwelt, Interaktionsmodus

Manifestoren 9%

Mechanik: offenes Sakralzentrum, Motor zur Kehle

Potenzial: Initiatoren, unabhängig Initiative nehmen & manifestieren, tut sein Ding

Strategie: warten auf Impuls von Innen & Informieren
erkenne deinen Einfluss!
Frieden oder Zorn?

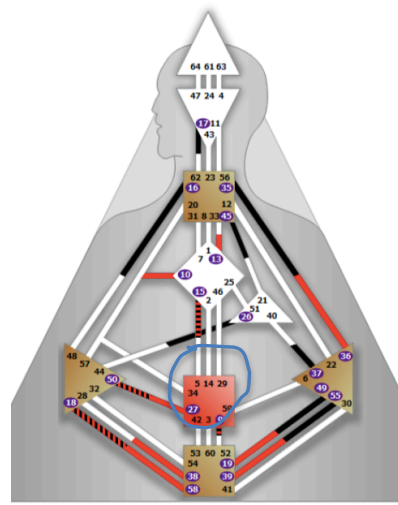


Generatoren 70%

Mechanik: definiertes Sakralzentrum

Potenzial: Erbauer, Erfüllung indem schöpferische Lebenskraft in die richtige Arbeit fließt

Strategie: warten & reagieren
erkenne dich selbst!
Zufriedenheit oder Frustration?

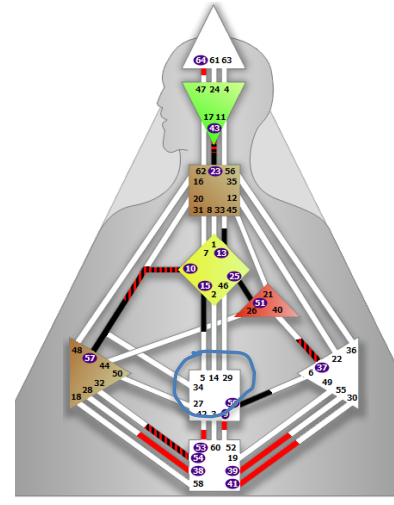


Projektoren 20%

Mechanik: offenes Sakralzentrum, mind. eine Definition,

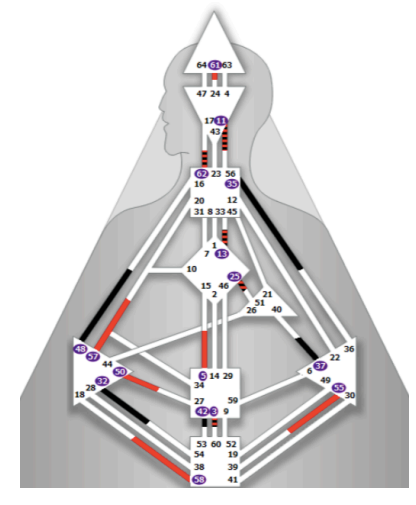
Potenzial: Berater, Energien anleiten
Strategie: Einladung abwarten

erkenne den Anderen!
süßer Erfolg oder Bitterkeit?



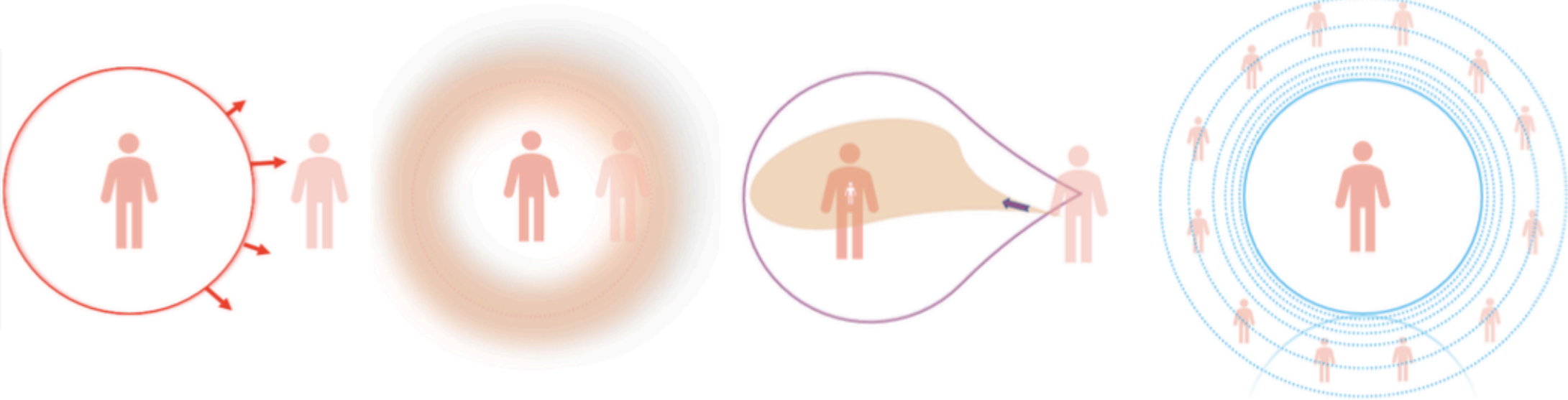
Reflektoren 1%

keine Definition
alle Zentren offen
Potenzial: objektive Ratgeber für Feld, Gruppe
Strategie: Mondzyklus abwarten
erkenne die Anderen!
Überraschung oder Enttäuschung?



Die unterschiedlichen Auren der vier Typen

...machen deutlich, es sind keine Persönlichkeitstypen, sondern Genetik-Typen, ihre Körper und ihre Mechanik sind unterschiedlich
Genetische Hierarchie



Manifestor

**geschlossen, dicht,
zurückweisend, fest**
starke Wirkung &
Einfluss auf andere
Schutz vor Einmischung
Informiert, Tut sein Ding

Generator

offen, einhüllend, anziehend
Wartet,
aus der Empfänglichkeit reagieren
offen sich anleiten zu lassen
kreative Schöpferkraft

Projektor

**fokussiert, penetrierend,
aufnehmend, schmeckend**
Wartet auf Einladung
Energien anzuleiten
studiert die Menschen

Reflektor

**widerstandsfähig, abtastend,
resistent- Teflon, sammelnd**
Wartet, sein Platz ist in der Mitte
objektiv, Nichts ist persönlich,
spiegelt Umfeld

Die 9 Zentren- Körperfunktionen, Drüsen

Kopfzentrum: **Zirbeldrüse**, Inspiration und mentaler Druck

Ajna- Zentrum: **Hypophyse**, mentale Bewusstheit, Denken, Verstand

Kehlzentrum: **Schilddrüse**, Kommunikation, Manifestieren, tun, umsetzen

G- Zentrum: **Leber**, Liebe, Richtung, Identität, Selbstsicherheit

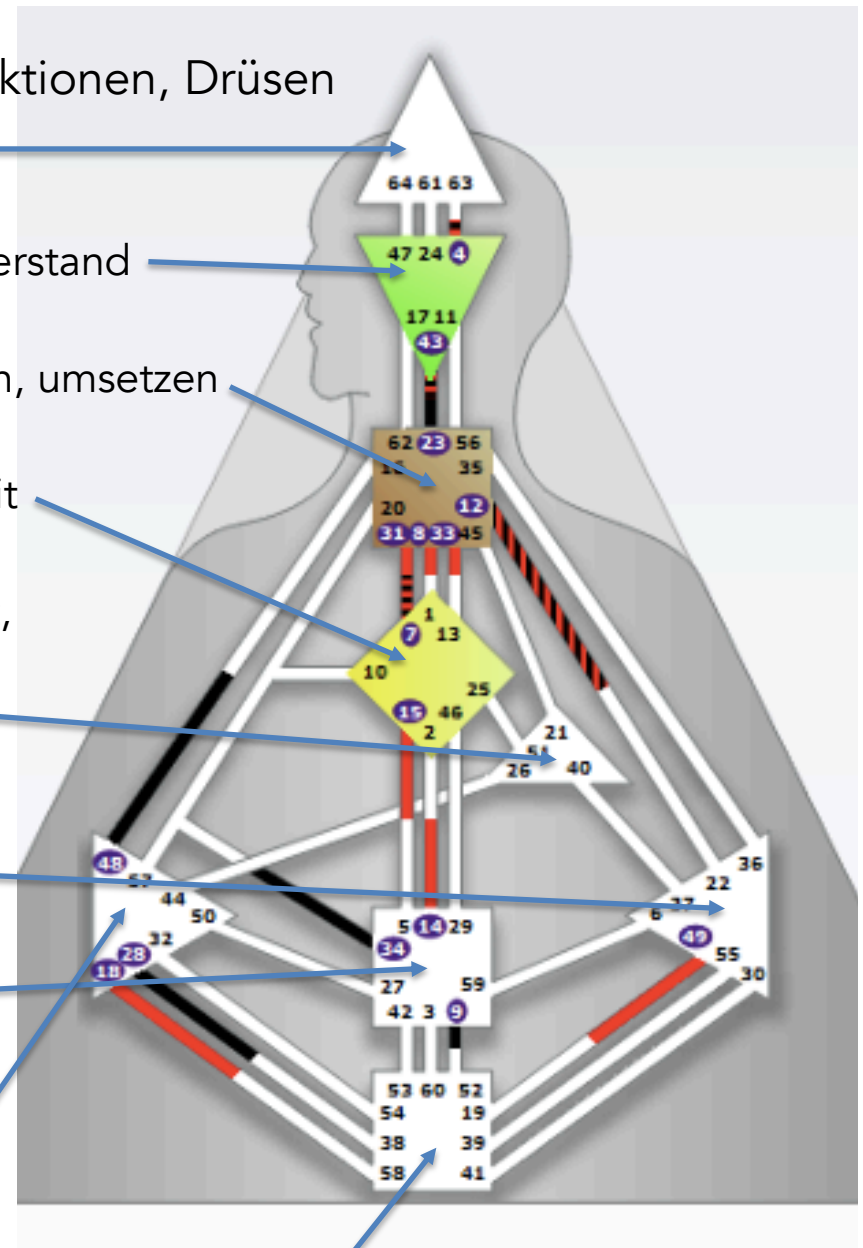
Herzzentrum: **Herzmuskel, Magen, Thymus, Gallenblase**, Mut, Ego, Selbstwert, Motor Willenskraft

Solarplexusz.: **Lunge, Haut, Darm, Niere**, Motor Gefühle, emotionale Bewusstheit

Sakralzentrum: **Keimdrüsen**, Motor Lebenskraft, Vitalität, Sexualität, Schaffenskraft

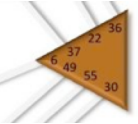
Milzzentrum: **Lymph, Immunsystem**, Waschmaschine, Wohlbefinden, Intuition, Instinkt und Körperbewusstsein

Wurzelzentrum: **Nebennieren, Adrenalin**, Motor Antrieb, existenzieller Druck

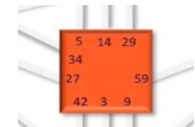


Die innere Autorität- unser Navigationsinstrument & unmissverständlich körperliche Entscheidungsinstanz

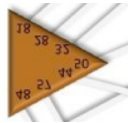
Solarplexus 50% = warten, dem Gefühl Zeit geben, keine Wahrheit im Jetzt (Manifestoren, Generatoren, Projektoren)



Sakral 33% = Bauchstimme, warte und wach sein dafür, worauf/wie man reagiert (Generatoren)



Milz 9,5% = Intuition, Instinkt, Geschmack, spontan, existentiell, Ahnung im Jetzt (Manifestoren, Projektoren)



Ego 1% = Willenskraft sprechen hören, was ist für mich drin? (Manifestoren, Projektoren)

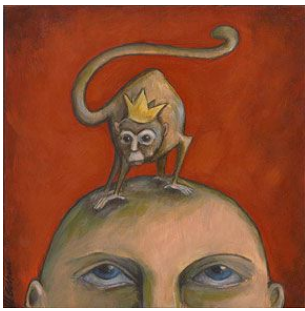


G- projected 2,5% = Einladung abwarten, um zu artikulieren, was macht mich glücklich (Projektoren)

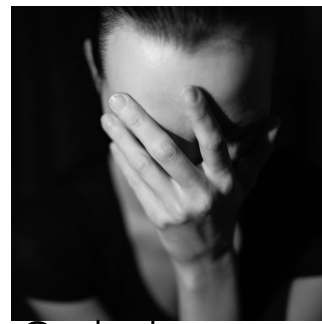


„None“ = „Sounding- Board Decision making Process 2%“ = Einladung von den richtigen Zuhörern abwarten, Gespräche klären mit der Zeit (Projektoren)

Lunar Authority 1% = 1 Monat warten (Reflektoren)



Was kann das HDS für uns tun?



Veränderung, das Unerwartete, Krisen und Schmerz gehören zum Leben dazu.
Leiden nicht, es entsteht durch die Identifikation mit- und Entscheidungen aufgrund von- Gedanken.

Der Ausweg?

das Experimentieren mit Strategie & innerer Autorität
„honoring your strategy, surrendering/following your inner authority & observing your mind“



= WARTEN (Geduld und gaaanz viel Freundlichkeit als Wegbegleiter) & Gewahrsein (Verstand beobachten)
ist einfach, aber gar nicht leicht, weil die Verhaltensmuster Gewohnheiten sind und Dekonditionierung Zeit
braucht, es ist eine zelluläre Transformation, wir können sie nicht ,machen‘

~~Glauben, nicht Glauben~~ → Ausprobieren?

Unser Design zu leben bedeutet nicht, dass wir uns verändern müssen, an uns arbeiten müssen,
oder uns zu entwickeln haben, um an ein Ziel zu kommen → Human Design bietet uns eine
transformierende Praxis an, die uns hilft, alles was wir nicht sind abzustreifen, uns ,sein zu lassen‘
wie wir sind, zu entdecken, zu werden wer wir sind, uns der Führung des Körpers anzuvertrauen
in uns selbst hinein zu sinken, zuhause in uns selbst anzukommen, verwurzelt in unserer Wahrheit.
An diesem Ort in uns selbst können wir uns wohl fühlen mit unserem Wesen und unserem Sein.





Warten bedeutet nicht passiv, resignativ auf der Bank zu sitzen.

Warten bedeutet auch nicht auf etwas Bestimmtes (Frage, Einladung...) zu warten.

Warten ist ein innerer Zustand, wir können Warten praktizieren als ‚state of being‘- wartend bewegen wir uns, essen, arbeiten, lesen... und irgendwann wird aus dem Warten Sein.

Warten macht uns wach für das, was auf uns zukommt. Aus einer wartenden Perspektive können wir reagieren/ die Einladung erkennen/ den Impuls aus dem Inneren wahrnehmen. Wartend sind wir gegenwärtig in unserem Körper, wodurch der nächste Schritt ohne unser ‚Zutun‘ geschieht. Es geht nicht darum etwas zu ‚tun‘, sondern darum es geschehen zu lassen. *‚let your body move= natural pattern, interconnected*

Warten befreit uns von der Illusion, dass unser Verstand in der Lage wäre, das Leben zu planen, zu lenken, zu kontrollieren und zu beeinflussen.

Warten ist ein Schutz vor verstandesgelenkten Entscheidungen.

Wartend können wir den Verstand beobachten (*‚noticing without thinking‘*)

Durch unsere positiven Erfahrungen- Leben ohne Widerstand- beruhigt er sich mit der Zeit. So wird er zum Passagier, der die wundersame Reise durchs Leben bestaunen darf.

Wartend, uns unserer Strategie anvertrauend und unserer inneren Autorität folgend, wächst eine natürliche Form des Selbstrespekt, der Selbstliebe, des Selbstvertrauens.

Wartend entwickelt sich Gelassenheit, eine Entspannung und Hingabe an das was ist.

‘we are not in charge, it’s all an unfolding. Wait for life to come to you and meet it as yourself, so that you can answer it from within your inner authority. Life holds us, until it lets go, until then it continues to move us.’



Wie weiter mit HD?...

it's up to you ;o)

- gar nicht... vergessen oder nicht ansprechend
- mit dieser Einführung genug, um zu experimentieren
- Selbsterfahrung: Analyse bzw. Prozessarbeit (live auf dem Bodenchart) um das eigene Design zu ‚begreifen und zu verkörpern‘... LYD Kurs, Living Your Profile Kurs, Mutter- Kind Kurs (mit Hebamme), Dialog & Human Design, Focusing & Human Design, Aufstellungsformate & Human Design
- Beziehungen: Partnerschafts- Kinder- Familien- Teamanalysen... LYD Kurs
- HD lernen → LYD Kurs= Basis
 - Analytiker (Anbieter s. unten)
 - Businessberater BG5 (Anbieter s. unten)
 - Rave Psychology (Anbieter s. unten)
 - Primary Health System (Anbieter s. unten)

Auch hier- keine Wahrheit außer die Deine- reagierst Du darauf? Möchtest Du Dir Zeit zum Verdauen nehmen? Ist das Wissen einladend für Dich?... ~~ich sollte, ich müsste, das wär's, damit es besser wird~~, was antwortet Dein Körper auf diese Informationen, wenn Du hineinlauschst?

www.vielfalttimeinklang.org

www.jovianarchive.com

www.ihdschool.com

www.annaschuster.com

www.key-to-you.com

Viel Freude mit Deinem Weg, Danke fürs Zuhören/Lesen

Julia de Geus, Mai 2020