

## Wat is Human Design?

Het Human Design systeem is de wetenschap van differentiatie. Het laat ons zien dat we allemaal verschillend en uniek zijn en een specifiek doel hebben te vervullen in dit leven.

Het Human Design systeem nodigt je uit om met praktische tools, waaronder een Strategie en Autoriteit, te leven als jezelf.

Zonder deze praktische toepassing van deze tools geeft Human Design vooral heel fascinerende informatie voor het intellect.

Er zijn miljoenen verschillende configuraties mogelijk. Door te kijken naar honderden, duizenden bodygraphs is duidelijk dat niet een precies hetzelfde is. En zelfs al heeft iemand precies dezelfde chart als jij, dan nog is diegene niet als jij.

Het unieke design van iemand wordt weergegeven door een bodygraph: een precieze kaart met gebruiksaanwijzing van jezelf. Deze kaart geeft toegang tot hoe we ontworpen zijn, hoe we in relatie met de wereld staan en hoe ons eigen kompas werkt.

## Hoe wordt het unieke design bepaald?

Om de individuele body chart te berekenen en maken is nodig de geboortetijd en plaats, zo nauwkeurig mogelijk. Als alleen enkel de dag bekend is, maar geen tijdstip of -frame (zoals "tussen 14.00 en 14.30", dan kan helaas geen betrouwbare bodychart verkregen worden. Kan het niet in de familie achterhaald worden, dan kan navraag bij de geboorte registratie van de geboorteplaats ook nog helpen.

Als jouw design berekend en bepaald is, laat deze zien welke Type jij bent, wat je Definitie, je Autoriteit, en je Strategie is, sleutelcomponenten van het systeem tot (her)ontdekking van jouw authenticiteit.

## Waar komt Human Design vandaan?

Ra Uru Hu was degene die het Human Design systeem introduceerde en bekendmaakte in de wereld. In 1987 werd hem middels een mystieke ervaring van 8 dagen de benodigde informatie gegeven uit o.a. wetenschap, metafysica, kosmologie, genetica en oude wijsheidssystemen, samenkomend in een systeem. Na jaren van experimenteren en onderzoeken van de werking van de informatie en de geldigheid ervan verspreidde hij deze kennis op een begrijpelijke manier. Aan vele mensen heeft hij hiermee geluk en begrip gebracht van henzelf en hun leven. Ra Uru Hu overleed in maart 2011. De officiële website van Human Design en zijn archieven is: [www.jovianarchive.com](http://www.jovianarchive.com). Een andere interessante website van de Internationale Human Design School die hij oprichtte is: [www.ihds.com](http://www.ihds.com).

## Waarom je design kennen ?

Nog niet eerder zijn we in staat geweest zo duidelijk alle delen van onszelf te zien. De bewuste EN onbewuste delen van onszelf, die kant die ons uniek maakt, alswel de aspecten die ons aangeleerd zijn of waardoor we beïnvloed of geconditioneerd kunnen worden.

Ieder van ons is bedoeld anders te zijn dan de anderen. We kunnen nu die verschillen zien en ermee in aanraking komen! We zijn hier om onze levens te leven en onze eigen waarheden op unieke eigen wijze uit te drukken. Als we dit begrijpen kan dat een gewicht van onze schouders afhalen. Hoe vaak vergelijken we ons niet met een ander? Hoe vaak werden we niet als kinderen vergeleken met iemand, door een ouder, een leraar of leeftijdgenoot? Vergelijken met anderen geeft de impressie diep van binnen dat we niet okay zijn zoals we zijn. Het, soms van jongs af aan, proberen te veranderen of aan te passen verwijderd ons dan nog verder van de persoon wie je eigenlijk bent, en bedoeld was te zijn.

Wanneer we onze uniekheid beginnen te begrijpen en te accepteren, opent en ontspant zich iets binnen in ons. Lagen van conditionering kunnen langzaam maar zeker weg wegvallen, en de innerlijke essentie van jouw persoon, komt tevoorschijn.

## Wat laat een bodygraph zien?

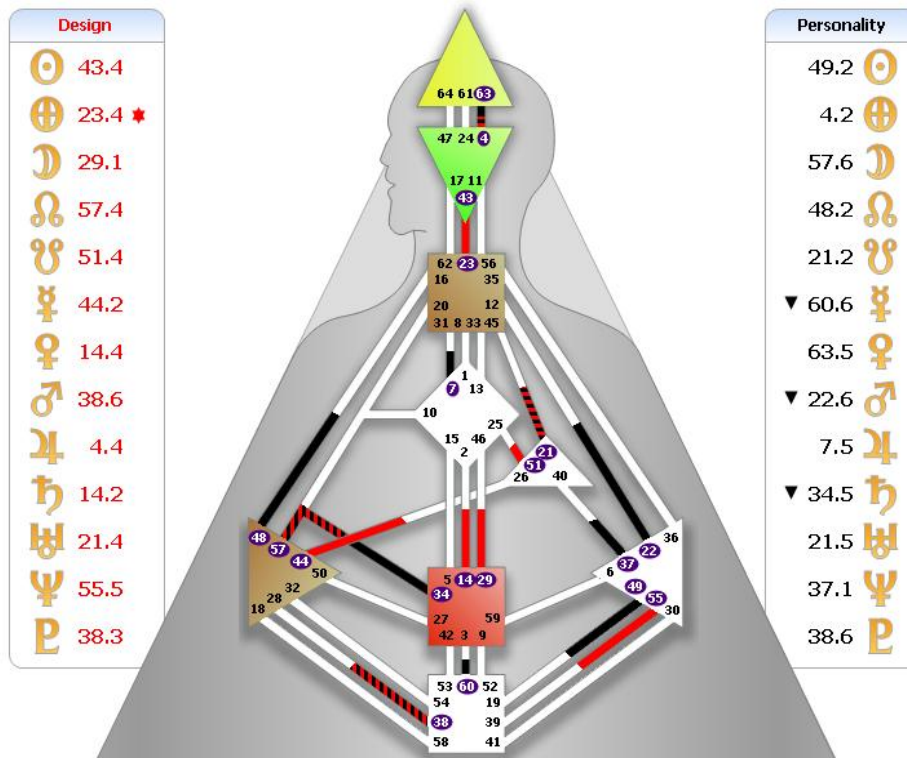
De bodygraph laat een driehoekige vorm zien met de omtrek van een persoon, met daarin 9 geometrische vormen. Deze zijn verschillende centra van energie, informatie en bewustzijn. Ze geven jouw energetische lichaam weer op een holistische manier. Dit openbaart hoe de energie door jou heen en in jou stroomt, en hoe je beslissingen maakt.

Sommige centra zijn ingekleurd en andere blijven wit. De ingekleurde centra worden ingekleurd doordat tussen twee centra een verbinding tot stand is gekomen. Een specifieke energie begint hier te stromen (en blijft stromen gedurende het leven van deze persoon). De verbindingen kunnen rood, zwart of gestreept zijn, dit heeft weer te maken met bewust en onbewust.

De gekleurde die je ziet in een chart wordt Definitie genoemd en laten iemands Interne Constitutie zien. De witte centra zijn de plaatsen waar je het meest open bent naar anderen toe en de wereld om je heen, het is waar energie binnenstroomt, als door een open raam. Het begrijpen van de relatie tussen Definitie enerzijds en Openheid anderzijds is cruciaal in het begrijpen van de werking van jouw energie en de ondersteunende tools die Human Design biedt.

Hoe beter de band is gevormd met jouw authentieke beslissings mechanisme, hoe meer niet-authentieke manieren weg kunnen. Dit geeft opluchting en meer efficiency van de eigen energie. In de Basis Analyse wordt besproken hoe dit alles in jouw bodygraph werkt.

Hieronder is een voorbeeld te zien van een Human Design chart:



De chart laat je zien, met behulp van een Human Design analist:

- Je specifieke genetische design: wie ben je, hoe ben je jezelf, hoe navigeer je in een constant veranderende wereld.
- De tools die je nodig hebt om bewuster en wakker te leven. Een simpele strategie die je verbindt met je persoonlijke autoriteit om steeds betrouwbaar beslissingen te nemen die juist zijn voor jou zodat je unieke levensdoel zich natuurlijk kan ontfouwen.
- Hoe jouw strategie helpt onnodige weerstand/angst te elimineren (zoals frustratie, boosheid, teleurstelling, bitterheid), en meer ontspannen en authentiek te leven.
- Hoe jouw relatie-dynamiek werkt om te begrijpen hoe aantrekking, harmonie en conflicten voor jou (uit)werken in relatie tot die ander,
- Op welke manier je jezelf richt op mensen die jouw vitaliteit bevorderen, je doel ondersteunen, en je pad delen.
- Met andere charts: hoe de individuele natuur van die ander is, begrip en respect creërend voor hen die dichtbij staan, en hoe het beste met hen om te gaan.
- Hoe om te gaan met en grootbrengen van je kind(eren)! Door te begrijpen en te erkennen wat voor hun essentieel is, worden zij bekrachtigd in het zijn van hun unieke zelf, en leren ze als zichzelf te beslissen.

### Bestaat er een onderverdeling binnen alle verschillende designs?

Binnen de miljoenen variaties van designs bestaat er zeker een onderverdeling, niet intellectueel ingedeeld, maar een verdeling o.b.v. de energie van het design. Op basis van onze energie heeft iedereen een soort onzichtbaar energieveld om zich heen, het zgn. aura, en ons aura zegt veel over de basis werking van onze energie. Er zijn 4 basis aura's of Energie Typen te onderscheiden: 1) Generatoren (met 2 subtypen, de Pure Generator, en de Manifesterende Generator), 2) Manifestoren, 3) Projectoren, en 4) Reflectoren.

De mensheid bestaat uit zo'n 70% generatoren, 21% projectoren, 8% manifestoren, en 1% reflectoren. De soort aura, energie om hen heen verschilt zoals hier is weergegeven :



Ook al zijn er miljoenen variaties van design, er zijn maar 4 energie basis types. Ieder van ons valt onder een van deze Types. Je Type blijft hetzelfde gedurende je leven. Hier volgt een beknopte uitleg over deze 4 Types:

**Generatoren:** De creëerders/bouwers. Hun Strategie is om deel te nemen aan het leven door dit naar hen toe te laten komen zodat ze kunnen responderen. Wanneer generatoren initiëren in plaats van wachten op hun innerlijke respons dan is frustratie vaak het gevolg. Generatoren zijn de vitale levenskracht van onze planeet en zijn designed om henzelf te leren kennen door te volgen waar ze op responderen. Hierdoor ervaren en verspreiden ze tevredenheid en voldoening in het leven en werk.

**Manifestoren:** De initiatoren. Hun strategie is om anderen te informeren van hun besluiten voordat ze actie ondernemen, om zo weerstand vanuit de omgeving te elimineren. Wanneer manifestoren niet kunnen manifesteren in vrede, ervaren ze boosheid. Ze zijn designed om krachtige impact te hebben en kunnen initierende mechanismes zijn voor de andere types. Hun initiatie is hun gave voor de wereld.

**Projectoren:** De begeleiders. Hun Strategie in en met het leven is -te wachten op- hun kwaliteiten erkend te hebben en uitgenodigd te worden hierin. Door een uitnodiging ervaren ze

de erkenning en succes in hun leven die ze verdienen. Als ze initiëren i.p.v. wachten dan ervaren ze weerstand en afwijzing wat tot bitterheid kan leiden. Hun gave aan de wereld is in hun specifieke gebied te begrijpen en anderen te begeleiden.

**Reflectoren:** De onderscheiders. Hun Strategie is om een maancyclus te wachten met het nemen van belangrijke beslissingen. Reflectoren houden van verrassingen in het leven. Wanneer ze initiëren en niet hun strategie gebruiken kunnen ze teleurgesteld in het leven raken. Ze zijn designed om de rechters van onze mensheid te zijn, om de onfairheden, onechtheden van de mensheid naar henzelf terug te reflecteren. Hun capaciteit tot het helder onderscheiden van het “dit” en “dat” in de wereld is hun gave.

### Verdere invulling door een Basis Analyse

De indeling naar Type en Strategie is een globale (maar uiterst belangrijke!). Verdere indeling naar Persoonlijk Autoriteit is dan mogelijk (7 mogelijkheden), waarna op basis van de unieke chart verdere specificiteiten (incl. een derde pijler, het profiel: de manier waarop je door het leven gaat en je doel vervult) van de betreffende generator, manifestor, projector or reflector kunnen worden geïntegreerd in een basis analyse. Aan de hand van jouw specifieke uniekheid, en het spiegelbeeld ervan: jouw openheid, wordt aangetoond hoe jouw design werkt, en hoe het niet werkt en wordt een resolutie geformuleerd. De Basis Analyse is het basis produkt van Human Design en is een prachtig beginpunt voor de ontdekkingsstocht naar je authentieke zelf.

### Het vervolg...het experiment

Het experiment dat volgt op de basis analyse, is het hart en de ziel van Human Design. Het potentieel van transformatie, het wakker worden tot je eigen natuur is beschikbaar en kan worden geactiveerd door het volgen van de resolutie en het toepassen van de tools tot het (be)leven van jouw design. De resolutie, met de basis Strategie en Autoriteit, vormt de deur tot het leven als jezelf, bevestigend wie je echt bent en begrijpend en loslatend wie je niet bent.

### Is ons brein ons kompas?

In het verleden hebben we veelal gevaren op het kompas van ons brein, onze mind. Tot aan een bepaalde tijd was dit hoe we leefden. Onze mind is niet meer geschikt voor deze taak. Het is niet ons kompas. Het geniale van ons brein is het verzamelen van informatie, ervaringen en inzichten, en het meten en vergelijken van “dit” met “dat”. Ook het contempleren en reflecteren op unieke ingevingen en inzichten en het delen met anderen en communiceren hiervan is een uitermate belangrijke functie voor ons.

En het kan dit alleen maar doen als het niet ook tevens de beslissingen maakt! Onze mind is op z'n best als een "passagier", die met ons leven meegaat, ons leven meemaakt en observeert, niet als bestuurder of als ons kompas.

Wat of wie ons werkelijk bestuurt in en door ons –authentieke- leven op ons pad is de intelligentie, het bewustzijn van ons hele lichaam. Het Human Design systeem is de openbaring van hoe dit lichaam werkt in de zin van hoe het ons aanstuurt in ons leven. We zijn allen designed met een unieke manier van het nemen van besluiten, en onze besluiten beslissen ons leven en richting. We weten dat als we een verkeerde beslissing nemen dit serieuze consequenties kan hebben.

Puur mentale beslissingen zijn een soort gok, want ons brein, overspringend van de ene rationale redenatie/gedachte/motivatie naar een andere, is geen betrouwbare begeleider van ons zijn. We moeten, om te overleven als je authentieke zelf, weten hoe we toegang hebben tot onze eigen betrouwbare autoriteit.

En de tools we hebben in het Human Design systeem voor deze wake-up zijn als geen andere. Ze laten je jouw weg zien, maar het is aan jou om ze te gebruiken. Op het punt gekomen dat je vertrouwd bent met jouw unieke design en leert hoe je Strategie en Autoriteit effectief kunt gebruiken kan je in jouw experiment ontdekken voor jezelf hoe het je leven beïnvloedt en transformeert.

Je mind begint een andere, meer passende rol in te nemen als objectieve observeerder en bron. Wat van nut is wordt vanzelf in jouw cellen, jouw autoriteit geïntegreerd. En zo, jou bevrijdend, kan je jezelf als wakker en bewust passagier ervaren en met jezelf mee reizen. Je mind neemt wel deel in het proces van zelf-ontdekking, maar mengt zich niet in jouw (dagelijkse) beslissingen.

*"If you live by your personal Strategy and Authority there is nothing to do – the doing happens and 'you' are not interfering."* -Ra Uru Hu

### Het authentieke zelf en de niet-zelf.

In het HD systeem vergelijken we het authentieke zelf met de niet-zelf. Met het authentieke zelf bedoelen we onze pure eigen natuur en gedrag. Het is eigenlijk de reden dat we hier zijn, de persoon die we bedoeld zijn te zijn. De niet-zelf is geconditioneerd gedrag of patronen die je authentieke zelf maskeren. Als we meer met onze Strategie en Autoriteit aan de slag gaan, dan zien we langzaam dat het authentieke zelf er is, maar vaak net achter de geprogrammeerde conditioneringen. Het niet happy zijn met jezelf, niet jezelf accepteren, komt voort uit deze niet-zelf. We (onze minds) vinden mislukking, het niet vervullen van allerlei verwachtingen die we onszelf hebben opgelegd, simpelweg vreselijk.

Wanneer we beginnen te leven en onszelf te accepteren vanuit een plek in jezelf van authenticiteit, dan natuurlijkerwijs gaan we onszelf accepteren en van onszelf houden.

In de ontdekkingstocht van jezelf te kennen, en als jezelf te leven, zul je gaan zien, getuige zijn van hoe de niet-zelf zoveel variaties bedenkt en heeft bedacht om jou te conditioneren, en daaruit volgend weerstand te veroorzaken.

Het kennen van jezelf is het pad naar leven als jezelf. Leven als jezelf is het pad naar houden van jezelf. Houden van jezelf is het pad naar houden van anderen. Zoals Erasmus al zei: "To be happy, is to be yourself!"

Als de vorm, ons lichaam, optimaal functioneert, dan schijnt het licht van onze persoonlijkheid, ofwel onze hogere mind of ziel, door alles heen wat we denken, zeggen en doen met krachtige helderheid en gemak. Dit is authenticiteit.

### Het deconditioneringsproces

Dit proces van deconditionering, zoals we het in Human Design noemen is, een proces van loslaten van wat en wie we NIET zijn. Het is een diep, en daarom langzaam proces. Als we in ons zelf de manier waarop we navigeren en besluiten nemen veranderen, door op een andere autoriteit, nl. jouw Persoonlijke Autoriteit, te gaan vertrouwen, dan veranderen we daarmee ook de manier waarop onze cellen in ons lichaam functioneren.

Op het moment dat we beginnen te leven in lijn met onze ware natuur, het moment dat we ons lichaam toelaten te leven zoals bedoeld, beginnen we dit proces van deconditionering. Na 7 jaren ben je dichterbij degene die je authentiek bent.

Het is niet altijd makkelijk om dit te beginnen als volwassene, maar het is nooit te laat om te beginnen. En ook al zijn nog niet alle patronen losgelaten in lichaam en mind, de strategie kan meteen worden toegepast, zodat je dat kan ervaren. Ook al ben je nog huiverig, het werkt, en gaat, zoals met alles wat je nieuw leert, met vallen en opstaan. Halverwege dit deconditioneringsproces, na ongeveer 3,5 jaar kun je al een duidelijke verandering voelen, meer en meer opluchting brengend.

Ook hangt de zwaarte van deze reis af van hoe diep de conditionering is in het lichaam, en hoe de "mind" in staat is van zijn leiderspositie af te stappen, en op de passagiersstoel lekker plaats te nemen.

In het oude China en Oosten, hielden denkers en filosofen zich al veel bezig met het idee van niet-doen (van de mind) als een manier van zijn/doen. Het geeft een gemakkelijk gevoel van leven, hier te zijn, het leven overgeleverd aan mijn eigen navigatiesysteem. Wakker en bewust zijn van jezelf, authentiek leven in harmonie met jezelf, is zoveel interessanter dan half wakker door het leven gaan beladen met verwachtingen en conditioneringen van de mainstream-wereld om je heen, terwijl we allemaal anders zijn! Leren te beslissen vanuit jouw zelf, zodat jij en

anderen hun voordeel kunnen doen met dat wat jij bent, en niet een copy van een ander, is dat niet het wagen van de poging waard ?

### Welke symptomen kom je tegen als je niet jezelf bent?

Als we ons brein, onze mind, die steeds veranderend is of juist geheel gefixeerd is, laten beslissen over ons leven, dan betekent dat, dat we niet het leven leiden voor ons bedoeld, en ervaren we weerstand. De op elkaar gestapelde stress die hieruit voortkomt brengt onze fysieke, mentale en emotionele gezondheid in gevaar. Als we boosheid (Manifestoren thema), frustratie (Generatoren thema), bitterheid (Projectoren thema) of teleurstelling (Reflectoren thema) ervaren zijn dit tekenen van het uit de koers gaan door het niet volgen van je eigen natuur en bijbehorende Strategie en Autoriteit.

We zien dus dat onze niet-zelf acties en gedrag weerstand in verschillende vormen veroorzaakt. Als we deze weerstand persoonlijk nemen, wordt deze als afwijzing of onderdrukking van ons ware aard ervaren door onszelf of anderen.

Als we anderzijds meer bewust worden van wat de weerstand ons eigenlijk vertelt door deze tekenen, dan geeft het ons de mogelijkheid een stap terug te doen en onze actie of benadering te herevalueren.

Als we ziek worden of steeds maar weer in ongelukken terecht komen, kan dit gezien worden als continue weerstand gemanifesteerd aan de binnenkant. Als authenticiteit wordt geleefd, dan is je leven vrij om vanuit zichzelf vervuld te worden in zijn essentie en brengt ons dan de bijbehorende voldoening, tevredenheid, succes, vrede en/of verrassing.

### Human Design is wakker worden !

Het is een proces van bewust worden van het in balans brengen van onze mind, en ons lichaam met hun correcte en functionele rollen. Wanneer we de natuur begrijpen van ons authentieke zelf en de niet-zelf (uitgelegd in een basis analyse), en we maken beslissingen vanuit onze eigen Autoriteit, dan kunnen we pas de mind en zijn controle op ons leven echt loslaten, en zijn geniale gave om van service te zijn voor anderen, bevrijden. Door dit te doen, worden we wakkere en bewuste passagiers, en onze minds worden observeerders van ons eigen leven.

Ieders individuele pad tot bewustwording, zelfs al wil je de hoogste staat van Verlichting bereiken, begint met een groeiend bewustzijn van onze ongelooflijke lichaamsintelligentie, en het vertrouwen hierin om ons kompas door het leven te zijn. We begrijpelijkerwijs durven en kunnen niet de greep van de mind loslaten TOTDAT we onze authenticiteit, d.m.v. onze eigen autoriteit, onszelf dus, volledig vertrouwen. Door die volledige overgave en vertrouwen in je eigen navigatie capaciteit beginnen we meer onszelf te accepteren en ECHT vanonzelf te houden. Dit is in het Human Design systeem het punt van de persoonlijke transformatie : to begin to love yourself, door de illusie heen kijkend, wakker, bewust, to enjoy the ride....