

# Human Design

*Your journey starts here*



Door Loreen van Levfotografie en Human Design

# Wat is Human Design in het kort

Toen ik voor het eerst een Human Design Chart onder ogen kreeg, mijn persoonlijke Body Graph, dacht ik: "wauw, wat een complex, maar interessant iets. Hier wil ik meer over weten."

Je persoonlijke chart kan je makkelijk zelf opvragen, bij bijvoorbeeld:  
[myhumandesign.com](http://myhumandesign.com)  
Maar dit heb ik nu al voor jou gedaan.

Human Design is een gechanneld systeem. Dit wil zeggen, dat in 1987 de heer Ra Uru Hu (geboortenaam Robert Alan Krakower) deze wijsheden, deze technische feiten en formules, doorkreeg via een hogere macht.

Voordat hij dit bijzondere systeem ging delen met de wereld, heeft hij deze eerst op zijn eigen leven en persoon toegepast. Zo kwam hij er persoonlijk achter dat hij iets speciaals en unieks in handen had.

Human Design bestaat voor een deel uit Oosterse en Westerse systemen. Zo zal je in het systeem de Westerse Astrologie de Chinese I Tjing, het Joodse Kabbalah en de Hindoeestaanse Chakra's herkennen. Maar je herkent er ook het Quantum Physica in terug.

Doormiddel van je geboortedag, -tijd en -plaats wordt je eigen energetische blauwdruk berekend, hoe jou energieën stromen. Het vertelt je al je sterke kanten, je eventuele zwaktes, maar ook je unieke geschenken en talenten.

## Wat is Human Design in het kort

Je hoort mensen wel eens zeggen: " Had ik maar een gebruiksaanwijzing gekregen bij de geboorte van mijn kind."

Nou, hier is hij dan, alstublieft. Zo simpel is het, maar tegelijkertijd ook niet. Want waar we wel rekening mee moeten houden is dat wij in ons leven met mensen en situaties te maken krijgen, die ons kunnen beïnvloeden. Hierdoor kan het zijn dat je verwijderd wordt van je unieke zelf.

Human Design is niet een systeem dat zegt:

JE MOET ZO LEVEN.

Nee, het is een experiment dat je vertelt;

WIE je bent,

WAAROM je hier bent en

HOE je een leven kan leiden op een zo AUTHENTIEK mogelijke manier, wie jij dus echt bent. Met alle kanten van jezelf.

Is dat niet wat iedereen het liefst wil?

Een leven leiden vanuit je ECHTE IK.

De VRIJHEID hebben om helemaal JEZELF te kunnen en mogen ZIJN.

Het Human Design systeem is geen quick fix voor een probleem, het is ook niet een systeem dat zegt zo moet je het doen, het is geen systeem dat je in een hokje wil stoppen. het is niet een systeem dat zegt: leef zo en alles zal altijd perfect zijn.

Het leven bestaat nu eenmaal ook uit uitdagingen want juist vanuit die uitdagingen groeien we. Daar leren we van.

## Wat is Human Design in het kort

Je leven is een reis, een menselijk experiment. Het gaat erom dat je jezelf steeds meer gaat omarmen voor wie je bent en het proces om de de-conditioneringen, alles wat je in de kern niet bent achter je te mogen laten.

Wie je was, wie je nu bent en wie je wordt. Het verandert steeds weer, je groeit altijd. Je bent je altijd verder aan het evolueren. De energieën shiften steeds weer. Je bent niet gemaakt om je door een systeem of iemand te laten belemmeren of in een hokje te laten stoppen.

Geef jezelf toestemming om te groeien, om dingen te gaan ontdekken, te experimenteren, te spelen, om te leven.

Het Human Design is er ook niet om te zeggen dat er iets niet goed is met de persoon die jij nu bent. Er is geen goed of fout. Het is ook niet dat je geheeld moet worden. Het kan wel zijn dat er bepaalde aspecten geheeld mogen worden als jij dit nodig vindt. Maar jij bepaalt dit, niemand anders.

Het kan wel zijn dat je voelt dat je erg ge-conditioneerd bent, dingen doet waarvan je voelt dat het niet bij je past, dat jij niet die persoon bent. Dat je dingen doet omdat de maatschappij of anderen dit van je verwachten. Die dingen mag je onder ogen komen en die mag je veranderen. Zodat JIJ je beter, fijner, rustiger of/ en gelukkiger gaat voelen.



## Wat betekend Human Design voor mij



Zelf heb ik heel wat jaren mijn unieke zelf weggedrukt. Ik snapte soms niet waarom ik was wie ik was.

Toen ik mijn Chart las en helemaal ging uitpluizen, was het of alle puzzelstukjes eindelijk op hun plek vielen.

De dingen waar ik mijn hele leven al tegen aanliep, werden mij opeens duidelijk. Nu wist ik eindelijk waar het vandaan kwam.

Een klein voorbeeld: Ik omschreef mijzelf de laatste jaren als Hoogsensitief. Ik voelde emoties van anderen zo sterk en de sfeer die in een ruimte hangt.

Toen ik mijn Chart las, zag ik dat mijn Solar- Plexus of ook wel Emotie centra open is. Dit betekent dat je erg gevoelig bent voor de emoties van anderen. En niet een beetje, maar je voelt de emotie van een ander vaak dubbel of drie dubbel zo sterk. Jij voelt vaak al eerder dat diegene met een emotie zit dan degene zelf. Je voelt niet alleen de emoties van anderen, maar ook wat hun behoeften en stemmingen zijn.

Dit maakt jou erg empathische persoon.

Maar welke emotie is nu van jou en wat van een ander? Persoonlijk had/heb ik hier veel moeite mee. Het is heel fijn als je in de buurt bent van personen die blij en positief zijn, maar het is minder fijn als je rond personen bent die negatief, verdrietig of boos zijn. Hier had ik veel last van, ik hield deze emoties ook te lang vast.

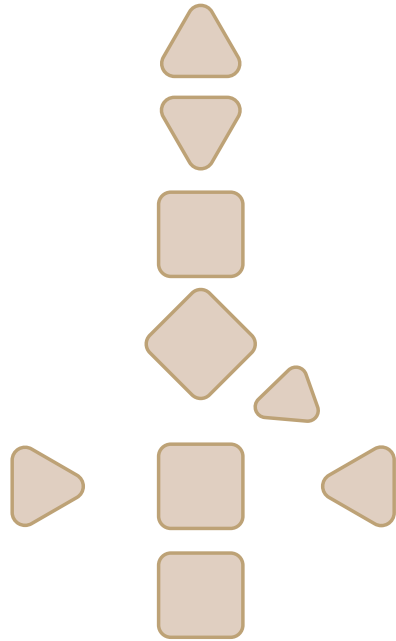
Nu weet ik, dat het oke is om het te voelen, maar dat ik het niet vast moet houden alsof het van mij is.

Ik mag het weer laten gaan.

Door mij hiervan bewust te zijn, helpt al. Maar ook weten dat ik even uit de situatie moet gaan, even weg. De ruimte uit.

Dit is maar 1 klein voorbeeld, maar ik heb sindsdien ook meer (zelf)vertrouwen gekregen, dat ik helemaal goed ben zoals ik ben en dat er maar 1 uniek exemplaar van mij rondloopt. Tuurlijk heb ik ook nog wel mijn uitdagingen. Maar ik zie ze meer als levenslessen. Mijn leven is een reis en op deze reis, leer ik mijzelf steeds een beetje beter kennen en speel ik met hoe ik dit leven het beste en gelukkigst mag leven.

# Waar begin je?



Bij het begin natuurlijk. En als eerste gaan wij kijken naar jouw Human Design Chart.

Jouw unieke blauwdruk.

je Chart laat je de energie zien:

- Je Energie type, hoe jouw energie werkt.
- Hoe en vanuit waar jij het beste beslissingen en keuzes mag maken ( je Strategie en Autoriteit )
- Welke energie van jou is en waar ben jij vatbaar voor de energieën van anderen. ( Je gesloten en open Centra's ).
- Je persoonlijkheid ( Je profiel )
- Wat je kwaliteiten en talenten zijn, maar ook je uitdagingen misschien zitten ( Je kanalen en poorten )
- Je doel hier op aarde, wat kom jij hier brengen in dit leven (Je incarnatiekruis )

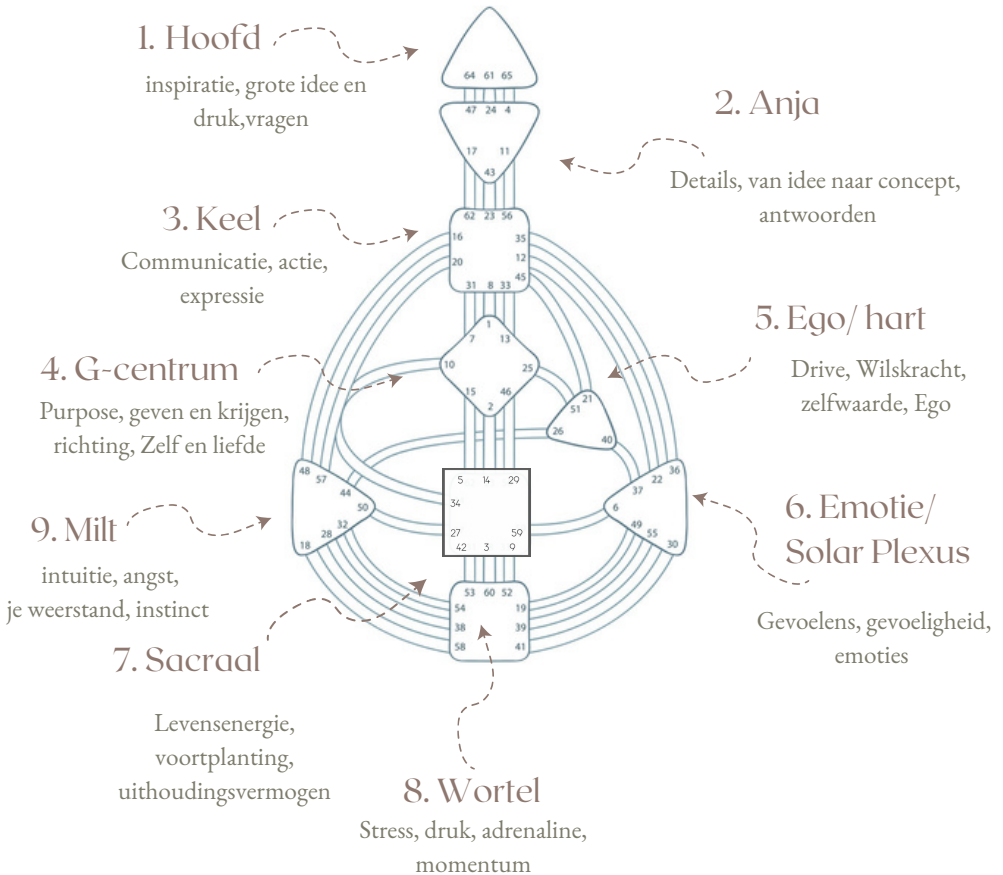
# Waar begin je?

- Daarnaast kan je je definitie vinden, dit vertelt hoe jouw energie in verbinding staat met elkaar.
- Je Self- en Not-Self theme.
- Hoe je het beste tot Manifesteren komt.
- Hoe verteer je voedsel en informatie het beste.
- In welke omgevingen voel jij je het prettigst en krijg je het meest inspiratie.
- Wat is je sterkste zintuig.

Dit alles bij elkaar maakt dat iedereen uniek is.

# Your Chart

Je Chart bestaat uit 9 Centra's  
36 kanelen ( channels ) en  
64 poorten ( gates )



In elk centra zitten bepaalde frequenties van energie en is gekoppeld aan een bepaald thema in je leven. Hoe wij deze energie beleven is uniek voor ons Design. We verplaatsen ons voortdurend door de schaduw energie en de hogere energie. In welke mate dit zal zijn, zal continue verschillend zijn.

Een centra kan dicht zijn, dit betekent dat het een continue manier van werken heeft en echt bij jou hoort. Dit is de energie die jij naar buiten uitdraagt.

Een open centra betekent dat je de energieën en informatie van anderen opneemt en gebruikt. Je voelt de ander, dit kan je heel veel informatie en wijsheid geven. Maar tegelijkertijd ook verwarring en struggles.

In je gesloten centra's weet je wie je bent en wat je gelooft. In je open centra's weet je vaak niet wat van jou is en wat van de ander.

De lijnen tussen de verschillende centra's zijn de energie channels of ook wel kanalen. Deze kunnen wit, rood of zwart ingekleurd zijn. De energie hierin laat de centra's tot leven/uiting komen.

De cijfers die je in de verschillende centra's ziet zijn de gates of ook wel poorten. Er zijn er 64 in totaal.

Je kan deze poorten zien als je unieke eigenschappen. Het geeft je nog meer inzicht in je kwaliteiten.

Om jezelf al een stuk beter te leren kennen en begrijpen is het fijn om te weten welk Energie type jij bent en welke strategie daarbij hoort.

Je strategie vertelt je hoe je het beste beslissingen kan maken.

Het weten van je Energie Type kan helpen om meer zelfvertrouwen te krijgen en erop te vertrouwen dat je de juiste beslissingen voor jezelf kan maken.

# De 5 energie types



1. De Manifestor
2. De Generator
3. De Manifesting Generator
4. De Projector
5. De Reflector

# De 5 energie types



Het is goed om te weten dat het ene Energie Type niet beter of slechter is dan de ander. Het laat zien dat er verschillende manieren van energie benutten is. Hoewel we in een wereld leven waarin geacht wordt dat we allemaal evenveel energie tot onze beschikking hebben.

Er zijn namelijk 3 energie types:

De Manifestor, De Generator en de Manifesting Generator en

er zijn 2 niet energie types: De Projector en de Reflector.

Ze hebben allemaal hun unieke en verschillende rol te spelen als ze in contact komen met anderen en de wereld.



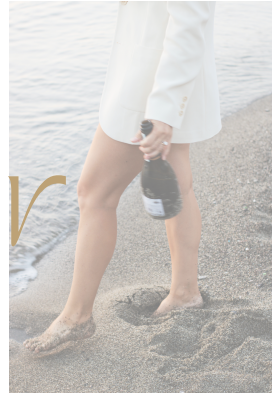
# De Manifestor





# De Manifestor

9% van de wereld bevolking



Jij bent hier om te initiëren

Jij bent de wind die de boot kan laten varen

De Manifestor heeft de energie en kracht om nieuwe dingen tot stand te laten komen.

Jij gaat als een speer en kan jou energie snel omzetten tot actie.

Jij hebt de vrijheid nodig om te doen waar je blij van wordt.

Jij bent een geboren leider en hebt geen toestemming van anderen nodig om te mogen doen waar jij van aan gaat.

# De Generator



# De Generator

36% van de wereldbevolking



Jij bent hier om de energie te versterken

Jij bent de zeilen die de wind nodig heeft om de boot te laten varen

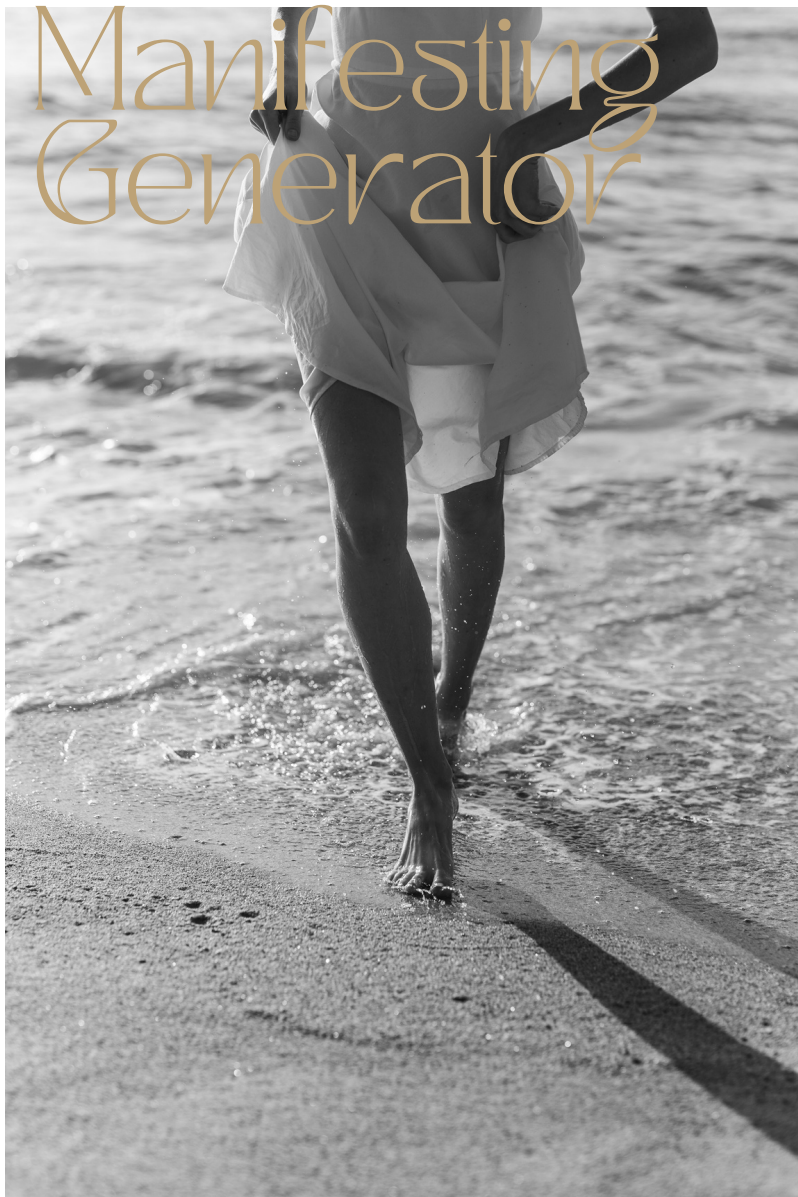
Als Generator ben je hier om te reageren op de dingen die het leven je brengt en jij helemaal van aan gaat.

Jij bent hier om te doen waar je blij van wordt, waar je hart van gaat stralen. Want dan zal jouw energie anderen ook laten stralen.

Jij bent hier om iets echt helemaal eigen te maken en zo een expert te worden op het gebied waar jij van houdt.

Jij bent hier om jezelf blij te maken, jouw eigen leven zo mooi mogelijk te maken.

# De Manifesting Generator



# De Manifesting Generator

33% van de wereld bevolking



Jij bent hier om te initiëren en energie te  
versterken

Jij bent de wind en de zeilen die de boot laat varen

Als Manifesting Generator kan jij initiëren als een Manifestor en mag jij  
aangaan op dingen zoals een Generator.

Jij hebt de energie om de dingen te doen waar je blij van wordt en  
anderen op die manier te inspireren om ook hun JOY te mogen volgen.

Jij maakt je eigen regels en laat zien wat er dan allemaal mogelijk is.

Jij bent multi-passioneel en niet gemaakt om je op 1 ding te richten

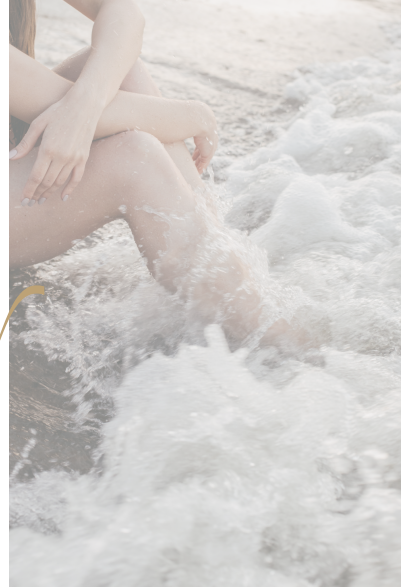


# De Projector



# De Projector

21% van de wereld bevolking



## Jij bent hier om energie te begeleiden

Jij ziet wat het schip nog meer nodig heeft om de zee veilig te bevaren.

Als Projector ben jij hier om andermans energie te begeleiden.

Jij ziet het leven met open ogen en je hebt een aangeboren wijsheid in je waardoor jij ziet wat anderen nodig hebben.

Jij ziet het grotere geheel, herkent de talenten en unieke eigenschappen in anderen.

Jij bent hier niet om te werken van 9 tot 5. Jij hebt een unieke manier om optimaal gebruik te maken van jou energie.

# De Reflector





# De Reflector

1% van de wereld bevolking



Jij bent hier om te reflecteren op en het  
vergroten van energie

Jij ziet en reflecteert hoe de vaart gaat. Gaat het allemaal  
zoals het hoort te gaan.

Als Reflector neem jij in je op, vergroot en reflecteer je op de energie om  
je heen. Altijd en overal.

Jij bekijkt het leven met een open blik en mind en ziet daardoor dingen  
die anderen niet zien. wat gaat er goed en wat kan beter.

Jij kan je als de beste aanpassen, je bent gemaakt om te proeven en voelen  
van andere energieën.

Jij kan als de beste aanvoelen de fysieke, psychische of emotionele  
gezondheid van iedereen om je heen.

Let your  
*ENERGIE*  
be *MAGICAL*



# Je Autoriteit en Strategie

In Human design hoor je vaak de term: volg je strategie en autoriteit. En dat is omdat dit de eerste stappen zijn om te connecten met je inner Self en niet meer beslissingen te nemen vanuit je hoofd.

De eerste stappen die jij kan nemen, zijn:

1. Weten wat je energie type is
2. Volgen van je strategie.
3. Leven na je autoriteit

## Je Strategie

Je strategie is de manier hoe jij tot beslissingen maken komt. Hoe jij het beste kan halen uit jou leven vanuit je Design. Hoe kan jij dit het beste aanpakken en behalen?

Ieder Energie Type heeft zijn eigen strategie.

In onze westerse wereld wordt ons vooral geleerd dat we zelf dingen moeten regelen, erop af moeten gaan, altijd maar presteren, het initiatief moeten nemen.

Maar dit zijn strategieën die voor een Manifestor heel goed kunnen werken, maar voor de andere energie types niet.

- De Manifestor: initieër en informeer
- De Generator: wacht op de respons
- De Manifesting Generator: wacht op de respons en initieër
- De Projector: wacht op de uitnodiging
- De Reflector: wacht een maancyclus.

# Je Autoriteit

Je innerlijke autoriteit is het centrum dat je helpt beslissingen te nemen. Het is je innerlijke gids. Niet denken en redeneren met je hoofd maar vanuit je lichaam.

Er zijn 5 centra's die je innerlijke autoriteit kunnen zijn: het sacrale centrum, het emotionele centrum, het ego-centrum, het milt-centrum en het G-centrum.

Dit zijn de Inner autoriteiten (deze energie voel je vanuit je lichaam)

- Emotionele centra: Wat vertellen je gevoelens je.
- Sacrale centra: Wat vertelt je onderbuikgevoel je.
- Milt centra: Wat vertelt je instinct je.
- Ego/hart centra: Wat vertelt je hart je ( je diepste wens)
- Self projected: Wat mag je zeggen en uiten.

Er zijn ook de Environment en Lunar Cycle .

Dit zijn de twee Outer autoriteiten.

- Environment (je omgeving): hard op tegen jezelf of iemand praten om je gedachten zo te ordenen.
- Lunar Cycle(maandcyclus): tijd helpt je om dingen te verwerken en geeft je helderheid.

Je autoriteit wordt niet bepaald door je Energie type , maar door welke centra's je gedefinieerd en niet gedefinieerd hebt.

# De profielen

Lijn 1, ook wel de onderzoeker genoemd.

Jij bent net als een onderzoeker altijd op zoek naar de juiste feiten en informatie. Jij wil namelijk alles precies weten. Want op het moment dat jij alle informatie hebt, dan voel jij je veilig, je voelt je dan zeker.

Je bereidt alles wat je doet dan ook eerst goed voor. Je doet er alles aan om informatie te vergaren. Je volgt cursussen, opleidingen, leest boeken en zelfs Google is je grootste vriend. Je bent gewoon mega nieuwsgierig en dit hoort helemaal bij jou. Dit heb jij nodig om je een expert in iets te voelen. Dus omarm het.

De schaduwkant hiervan kan zijn dat je het gevoel hebt nooit genoeg te weten. Heb het vertrouwen dat alle informatie die jij nodig hebt op het juiste moment naar je toe zal komen. Laat je dan ook niet tegenhouden om iets niet te doen omdat je het gevoel hebt nog niet genoeg te weten en er dus niet klaar voor te zijn.

Lijn 2 De Kluizenaar.

Dit klinkt een beetje gek, maar jij houdt ervan om je terug te trekken. Lekker je eigen ding te doen. Door dit te doen, je rust te pakken, zorg je ervoor dat je energie weer opgeladen wordt en je creativiteit weer kan stromen.

Als dit gebeurt, ga jij helemaal in je eigen bubbel en hou je er ook niet van als anderen je daarin storen. Geef dit gewoon rustig aan. Dat je nu lekker bezig bent en dat je straks tijd voor ze hebt.

Jij bent een natuur talent, dit betekent dat bepaalde dingen jouw natuurlijk afgaan. Je ziet deze dingen dan ook niet als een talent. Het is toch gewoon dat ik dit kan? Dit is toch niet bijzonder? Jawel, dat is het wel. Je hoeft het ook niet te snappen of uit te leggen aan anderen. Het zit gewoon in je. Ga mee in je natuurlijke flow en wat goed voelt voor jou.

Lijn 3, ook wel de ontdekkingsreiziger of experimenter genoemd.

Anderen zien jou als iemand die veel experimenteert. Iemand die steeds op ontdekking is wat wel of niet werkt in haar leven en hier dan van leert. Voor jou is het niet erg als dingen niet lukken of anders uitpakken dan dat je van te voren dacht. Want hier zitten voor jou waardevolle lessen in. Hier leer jij van en kan je anderen weer mee helpen door jou persoonlijke ervaringen te delen.

In onze maatschappij zien ze "falen" als iets ergs. Het lukt niet, dus laat maar. Maar hier zit ook jou les. Wees niet bang om fouten te maken. Laat je hier niet door weerhouden om steeds weer verder op ontdekking te gaan en te experimenteren. Jij bent gemaakt om dapper te zijn, stoer, een badass.

Lijn 4 De Opportunist, ook wel The people person.

In ieder geval ziet de buitenwereld jou op die manier. Als een heel sociaal persoon en dat ben je ook. Jij hebt andere mensen nodig voor connectie en inspiratie. Jij gaat heet liefst diepe verbindingen aan met de juiste mensen. Waarschijnlijk heb jij ook een paar goede vrienden en niet een heleboel oppervlakkige. Je vindt in de connectie met anderen het belangrijk dat jullie dezelfde visie hebben, elkaar echt begrijpen, je veilig voelt bij deze personen.

het is dan ook niet erg als je een bepaalde afstand houdt tot mensen waar je die klik niet mee hebt. Deze mensen zijn gewoon niet jou soort mensen en dat mag. De juiste personen zullen vanzelf op je weg komen.



Lijn 5, ook wel de Heretic genoemd.

Jij bent iemand die er van houdt anderen te helpen. Het maakt niet uit of dit bekenden zijn of vreemden. Jij behandelt iedereen gelijk.

Doordat je dit van nature ook uitstraalt, trek je ook mensen aan die jouw hulp en begeleiding nodig hebben.

Let wel op, omdat jij heel goed bent in anderen helpen op welke manier dan ook, betekent dit niet dat je ook maar iedereen MOET helpen. Luister goed naar je onderbuik gevoel. Voelt deze situatie goed om jouw krachten en energie in voort te zetten of niet.

Lijn 6 ook wel de The Role Model genoemd.

Als een lijn 6 heb jij 3 verschillende fases die je doorloopt in je leven.

Uiteindelijk zal dit je maken tot een echt rolmodel voor anderen.

De eerste fase is van je geboorte tot aan je 28/29 jaar. Dit is de fase waar je vooral aan het beleven en experimenteren bent.

De tweede fase van je leven is tussen je 28/29 jaar en je 50ste. In deze fase zal je al gaan merken dat het leven niet meer zo snel en spannend hoeft te zijn als daarvoor. Je hebt meer behoefte aan leren, je verder ontplooiën, misschien zelfs wel rusten. De fase gaat echt over het innerlijke werk dat je mag doen en het observeren waar anderen mee bezig zijn. Je kan in deze fase het gevoel hebben dat je niet snapt wat er met je aan de hand is en je kan hier ook best wat depressies over zijn. Maar weet het hoort erbij en het gaat over.

De derde fase is van je 50ste tot aan het eind. Nu ga je alle wijsheden van de afgelopen jaren gebruiken/inzetten. Het is niet gek als je hier besluit de dingen helemaal om te gooien en nieuwe avonturen aangaat. Je gaat nu namelijk het leven dat je altijd al Manifesteerde tegemoet, je wordt nu je True Self. The Role Model ben je misschien niet direct door anderen te vertellen wat ze moeten doen, nee jij leeft je volste leven. Jij weet nu doordat je dingen hebt uitgetroefd, wat wel of niet werkt voor jou en dit pas je toe. Anderen raken geïnspireerd alleen al door het feit dat jij doet en leeft hoe jij dit het beste acht voor jou.

# THANKS

Dat ik je een kleine kijk mocht geven in wie je werkelijk bent.

Human Design is een systeem om mee te experimenteren.

Waar herken jij jezelf in en waar niet?

En zelfs als je jezelf er niet in herkent, hoe komt dit?

Is dit omdat je anders is vertelt of voorgedaan is?

Human Design kan je laten ontspannen in het leven als je steeds meer naar je Design gaat leven.

Het is wie jij bent toen jij geboren werd.

Maar het is jouw leven en jij bepaalt.

Doe wat goed voelt voor jou.

*Liets Loreen*