

Ellis Clay & Lion Jacobi  
SCHOOL OF HUMAN DESIGN

# human design

HERINNER JE INNERLIJKE WIJSHEID

Spectrum

# Inhoud

<b>Voorwoord</b>	<b>11</b>		
<b>Inleiding</b>	<b>17</b>		
Terug naar je eigen lichaam	19		
Gebruiksaanwijzing	20		
Twee imprints	22		
Herinner de wijsheid in je lichaam	23		
Opbouw van dit boek	24		
Uitgangspunten	28		
<b>Deel 1</b>	<b>31</b>		
Zielscontract	33		
Je geboorte	34		
Ontwikkeling	35		
Jij bent bewustzijn	37		
Ontdekken wie je (niet) bent	38		
Bodychart	39		
Definitie	40		
Poorten en kanalen	42		
Circuits	43		
Lichaamsbewustzijn	44		
Centers	45		
Tribes	57		
Eigen verantwoordelijkheid	60		
Motivatie	61		
Door het leven bewegen	63		
Verbindingen met anderen	66		
		Connectie thema en relatiekanalen	67
		Levenspad	70
		Incarnatie kruis	72
		Nodes	75
		Chiron	76
		Terug naar de bron	76
		<b>Deel 2</b>	<b>79</b>
		Evolutionaire beweging	80
		Milt bewustzijn	81
		Ajna bewustzijn	82
		Emotioneel bewustzijn	85
		Pijlen	86
		Paradigma-shift	87
		De (harde) realiteit	89
		Fysiek lichaam	90
		Familiesysteem	91
		Verbinding versus authenticiteit	92
		Conditioneringen	94
		Schoolsysteem	95
		Maatschappij	97
		Sacral beings	97
		Emotional beings	98
		Trauma response	104
		Angstreacties	105
		Nut van angstreacties	106

Schaduwen	109	Verteringssysteem	198
Angsten	110	Omgeving	203
Angsten Milt centrum	111	<b>Slot</b>	<b>209</b>
Angsten Emotioneel centrum	112	Jouw reis	213
Angsten Ajna centrum	112		
Not-self	113		
Conditionering open centers	115	<b>Bijlage 1: Chart uitleg &amp; begrippenlijst</b>	<b>215</b>
Conditionering volledig open centers	119	Chart proporties	215
Conditionering gedefinieerde centers	122	Bodygraph	219
Nieuwtijdperk	123	Overige begrippen	222
		<b>Bijlage 2: Poorten</b>	<b>227</b>
<b>Deel 3</b>	<b>125</b>	<b>Bijlage 3: Kanalen</b>	<b>243</b>
De Human Design reis	127	Individuele circuit	243
Strategie en autoriteit	131	Tribale circuit	247
Energietypes	133	Collectieve circuit	249
Innerlijke autoriteiten	152	<b>Bronnenlijst</b>	<b>253</b>
Experimenteren	164		
Profiellijnen	165		
Profiel	176		
Not-self en signature thema	180		
Deconditioneren	186		
Definitie	190		
Deconditionering centers	193		
Primary Health System	198		

# Voorwoord

*Wat als je na jarenlang bloed, zweet en tranen, verwarring en onbegrip, ontelbare zelfhulpboeken, spirituele reizen en diep innerlijk werk ontdekt dat alle antwoorden waar je al die tijd naar zocht er altijd al waren. Dat je er geen hemel en aarde voor hoeft te bewegen, maar dat ze gewoon in het hier en nu voor het oprapen liggen. Sterker nog: dat je ze – waar je ook gaat – met je meedraagt. Jouw innerlijke wijsheid. Opgeslagen in het lichaam waar jij vanaf het eerste moment hier op aarde onlosmakelijk mee verbonden bent. Jouw lichaam, waarmee je door dit leven navigeert, blijkt gekomen met een gebruiksaanwijzing. Een persoonlijke handleiding, waarmee je een kijkje krijgt in je diepste zelf, die je herinnert aan wie je écht diep vanbinnen bent. Inzicht geeft in jouw unieke eigenschappen, kwaliteiten, drijfveren, eigenaardigheden. En laat zien waarom specifiek jij hier gekomen bent. Had niemand je dat even eerder kunnen vertellen?*

Dat dachten wij (Ellis & Lion) nou ook, nadat we een aantal jaar geleden in aanraking kwamen met Human Design. Het was zo'n ontdekking waarvan je in eerste instantie bijna niet gelooft dat het echt bestaat. Dat er écht zoiets is als een gebruiksaanwijzing, helemaal van jou alleen. Er ging echter een wereld voor ons open. En hoe meer we ontrafelden van dit mysterieuze systeem, hoe sterker we voelden: dit moet iedereen weten.

Daarom richtten we in 2020 de School of Human Design op, begonnen we onze eigen podcast, gaven duizenden uren aan readings, organiseerden prachtige events én schreven onder andere het boek dat nu voor je ligt. Omdat we het iedereen gunnen om de weg terug te vinden, om deze innerlijke wijsheid in jezelf te herinneren. Om niet langer buiten jezelf te zoeken, maar in jezelf te vinden. Want hoe ingewikkeld de

vragen die het leven ons stelt soms ook zijn, uiteindelijk is dát de plek waar alle antwoorden liggen. Dat is de plek waar de vragen plaatsmaken voor antwoorden en waar het, in plaats van steeds complexer, allemaal weer simpel wordt. Waar we in plaats van geluk na te jagen in de buitenwereld, die oneindige bron van liefde en levensenergie die in ons ligt (weer) weten te vinden.

Het is wat Human Design uniek maakt. Het is niet de zoveelste tool die jou komt vertellen wie je bent of wat je moet doen. De zoveelste expert die weet wat goed voor je is. Middels Human Design word je je eigen expert. Er is namelijk niemand die weet wat je voelt en ervaart behalve jij. Er is niemand die weet wat je dromen en verlangens zijn, je doelen, je wensen, je verwachtingen. Zelfs Human Design niet. Human Design geeft inzicht in hoe energie stroomt en hoe je je hierop afstemt, maar hoe jij invulling geeft aan deze energie? Dat bepaal je helemaal zelf.

Want wat als je deze gebruiksaanwijzing van jezelf vindt?

Lion:

*‘Voor mij was de eerste reactie, zoals het een Manifestor betaamt: boosheid. Wat ik las klopte zo, dat ik mijn laptop het raam uit wilde gooien. Alsof al mijn verwarring, pijn en onzekerheid – alsof mijn leven tot op dat moment – voor niets was geweest. Alsof ik mijn tijd had “verspild” in het zoeken naar antwoorden, die er al die tijd al waren. Ik was op reis. Een reis waarin ik mij had voorgenomen om pas naar huis te gaan als ik wist wat het was dat ik wél van 9 tot 5 zou kunnen doen. Een reis waarin ik mij voor het eerst helemaal door mijn hart liet leiden, dat mij met vele magische getallen, ontmoetingen en synchroniteiten, naar een community aan het meer van Atitlan in Guatemala had geleid. Een reis waarvoor ik al mijn zekerheden en een goedbetaalde baan in het managementteam van een groot mediabedrijf achterliet. Omdat ik diep vanbinnen voelde dat het leven meer voor mij had dan over geld praten tussen grijze kantoorwuren. Meer dan binnen zitten terwijl het leven buiten aan mij voorbijging.*

*Daar aan het meer ontdekte ik dat ik hier helemaal niet ben om mezelf binnen een systeem (het 9-tot-5-werken) te wringen, maar juist om nieuwe wegen te vinden, om het (werkende) leven anders in te richten. Dit voelde ik natuurlijk al die tijd al, maar deze permissie, dit perspectief, veranderde alles. Waar ik op dat moment een ticket naar huis boekte en dacht dat ik al*

*mijn antwoorden had, bleek dat achteraf slechts een begin. Het begin van een reis die mij nog elke dag verrast. Waarin ik keer op keer word uitgenodigd om dieper te vertrouwen, om alles wat ik over mezelf denk te weten los te laten, om de controle los te laten en mij te laten verrassen door het leven.*

*Terugkijkend had ik een leven gebouwd zoals ik dacht dat het van mij werd verwacht. Waarin ik in de buitenwereld succesvol was, maar vanbinnen constant het gevoel had dat ik iets miste. Ik was op zoek naar “iets”, zonder te weten wat. Inmiddels is dat 180 graden omgedraaid. Ik voel me rijk en vervuld en dans (letterlijk) door het leven. Mijn (levens)werk beweegt met mij mee, evenals mijn (nomadische) leefomgeving. Vragen als: welk werk “moet” ik doen, maakten plaats voor: waar heb ik op dit moment het meest te geven? Wetende dat in geven vanuit het hart zowel het ontvangen als de diepste vervulling ligt.’*

Ellis:

*‘Ook ik ervaarde het succes in de buitenwereld, maar pijn en onrust vanbinnen. Na een traumatische jeugd probeerde ik met man en macht mijn leven op de rit te krijgen. Ik ontwikkelde een hardwerkersmentaliteit en overtuigde mezelf dat ik alleen “maar” sterk en krachtig hoefde te zijn. Doorgaan, er zat niets anders op, om overleefd te blijven. En dat mét een glimlach. De tofste bedrijven en merken kwamen voorbij, ik reisde de wereld over voor mijn werk en toch voelde ik me steeds ongelukkiger.*

*Eén depressie en twee burn-outs verder zocht ik vooral naar verlossing. Ik klampte me vast aan alles en iedereen die mij zou kunnen genezen van al het leed. Die mij zou kunnen vertellen wat de bedoeling van het leven was. Wat ik hier eigenlijk kwam doen. Ik was in heel veel dingen goed, ik vond heel veel dingen leuk. Maar moest ik niet net als al die anderen een keuze maken? Eén pad volgen? Eén richting? Zou ik daar mijn rust vinden? Ik probeerde elke theorie, tool of techniek die werd aangereikt. Adviezen, oefeningen en wijze raad gingen als zoete broodjes over mijn toonbank. De hoeveelheid therapieën en sessies die ik volgde werd ontelbaar. Evenals het aantal boeken dat ik las en de cursussen en trainingen die ik volgde. En toen kwam via Lion Human Design op mijn pad.*

*Eerlijkheid gebiedt te zeggen dat ik niet gelijk enthousiast was. Hoewel ik mij volledig herkende in de korte beschrijvingen die ze deelde, voelde het alsof ik de antwoorden weer buiten me-*

*zelf aan het zoeken was. Ik was op een punt in mijn leven aangekomen waarop ik besepte dat ik (nog) meer naar binnen mocht kijken. Ik wilde mezelf niet (weer) afleiden, de hulp van iets of iemand inschakelen. Want ik voelde: ik kan dit zelf. Niet beseffende dat Human Design er juist is om je naar binnen te keren. Toen dat kwartje eenmaal viel, veranderde mijn hele kijk op het leven.*

*Dit begon met het besef dat ik een Manifesting Generator ben. Gemaakt om verschillende passies en interesses te volgen. Om níét te kiezen, maar vele wegen te proberen. Mijn design laat zien dat ik veel energie heb en dat het mijn purpose is om druk bezig te zijn. Vanuit een diep verlangen naar vernieuwing, naar groei, sta ik voor veerkracht en voor hoop. Ik ontdekte dat mijn sterkste kwaliteit gaat over innerlijke kracht, over anders zijn, over eigen zijn. En via Human Design kreeg ik óók nog eens de tool aangereikt om deze energie op de juiste manier in de wereld te zetten.'*

En dit is precies wat er zo bijzonder is aan Human Design: de tool komt je niet iets nieuws vertellen. Het herinnert je aan wat er altijd al zat en wat je ergens – zij het onbewust – altijd al hebt geweten en gevoeld. Het nodigt je daarmee uit niet jezelf te veranderen, maar jezelf de permissie te geven om te zijn wie je werkelijk bent. En daarmee de mensen om je heen de permissie te geven om te zijn wie zij werkelijk zijn.

Sinds de ontdekking van Human Design is ons leven behoorlijk veranderd. Soms zichtbaar, onzichtbaar. Soms groot, soms klein. Soms één groot feest en soms rouwen om wat niet (meer) is. Het leven van je design betekent namelijk niet dat het alleen maar *love and light* is. Integendeel. Lichaamsbewustzijn komt met diep voelen. De illusies vallen weg, het leven wordt echter. Juist door te zijn met het niet-weten, met dat wat voorheen pijnlijk en oncomfortabel was, ervaren we vandaag de dag meer rust en meer vertrouwen in al wat het leven is. Om niet meer alles – en bovenal onszelf – te hoeven begrijpen, maar om het leven écht te leven. Het leven, dat zowel rauw, als magisch is.

Dit boek is een ode aan dit leven en het mens-zijn. Een boek dat het resultaat is van overgave, acceptatie en een rotsvast vertrouwen in het proces – en elkaar. Wij zijn

namelijk nogal verschillend. We verschillen in hoe we denken, de wereld bekijken, leren, observeren en verhalen delen. Maar wat we delen is één gemeenschappelijk doel (of wens): en dat is jou thuis laten komen door (weer) te verbinden met de wijsheid in je lichaam. En ook al slaat de één soms links af en de ander rechts: de route is wellicht niet hetzelfde, maar wat we delen is een diepe liefde voor het mens-zijn met alles wat daarbij komt kijken, zowel het donker als het licht.

Human Design – ook wel de ‘*science of differentiation*’ genoemd – leert ons dat ieder mens uniek is. De tool leert ons dat ieder mens – dus ook jij – het in zich heeft om een uniek en uitzonderlijk leven te leven. Daarmee brengt Human Design je weer in contact met dit unieke, talentvolle, vrije, energieke deel van jezelf. Het laat je je vleugels uitslaan, om eindelijk in je potentieel te gaan staan. En zet je tegelijkertijd steviger met beide benen op de grond, om vanuit daar volledig aanwezig te zijn in het hier en nu. Het enige moment in het leven dat er écht toe doet, het enige moment waarin je écht kunt leven.

Human Design zorgt voor een systemische basis van waaruit je zelf verder kunt experimenteren. We nodigen je daarom uit om je eigen onderzoek aan te gaan. Om samen met ons je éigen reis te maken. Neem niets van wat je leest als waarheid aan, maar ga voelen, ga ervaren. Wat betekent het voor jou? Hoe voelt het in jouw systeem? Wat is waar voor jou? Laat Human Design niet de weg zijn, maar laat het je de weg wijzen. Laat dit boek je eraan herinneren om (weer) te luisteren naar en te vertrouwen op die oneindige bron van wijsheid die altijd al in jou lag.

Veel leesplezier!

Liefs,  
Ellis & Lion

School of Human Design

# Inleiding

*Wat als alles precies is zoals het zou moeten zijn. Als jij in het diepst van je zijn voelt dat alle stappen die je tot nu toe hebt gezet, je hier hebben gebracht in het leven. Dat je precies doet waarvoor je hier bent gekomen. Vol in verbinding met jezelf, met mensen om je heen en de stroom van het leven. Met jouw innerlijke waarheid, diep verankerd in jouw zijn, beweeg je vol vertrouwen door het leven. Afgestemd op jouw innerlijke kompas, dat je van moment tot moment de juiste keuzes laat maken. Je voelt je gezien, gehoord, gevierd, geliefd en vervuld. Je voelt je uitgenodigd en aangemoedigd om volledig jezelf te zijn. Niet omdat het je voorrecht is, maar omdat het je bestaansrecht is.*

*Het is tijd... om te doen waarvoor je hier gekomen bent, om te zijn wie je hoort te zijn, om je jouw innerlijke wijsheid (weer) te herinneren...*

We leven in bijzondere tijden. We zijn rijker, gezonder, veiliger en welvarender dan ooit tevoren. De samenleving ontwikkelt zich in rap tempo en we zijn allemaal getuige van de transformatie naar een digitaal tijdperk. Middels wetenschappelijke uitvindingen en technologische ontdekkingen wordt ons leven constant verbeterd en kunnen maatschappelijke problemen worden opgelost. Tegelijkertijd ervaren we hiervan de keerzijde. En worden er niet alleen problemen opgelost, maar ook gecreëerd. Het lijkt normaal om altijd aan te staan en bereikbaar te zijn. Om altijd te willen presteren en constant te verlangen naar meer. Het aantal langdurige burn-outs en depressies blijft stijgen, omdat mensen over te lange tijd te veel stress ervaren. Verwachten we dus niet te veel van onszelf? De maatschappij verandert razendsnel, maar zijn wij hier evolutionair en genetisch wel op voorbereid? Kan ons systeem wel zo snel mee veranderen?

Het is een tijd van meer, meer, meer. Zowel materialistisch als spiritueel. De coaches, zelfhulpboeken, cursussen en opleidingen schoten de afgelopen jaren als paddenstoelen uit de grond. We zijn op zoek naar het perfecte plaatje, omdat we in de illusie leven dat alles kan en alles mogelijk is. We geven bakken met geld uit, in de hoop onszelf ergens buiten onszelf te vinden. En in plaats van in het 'hier en nu' in het moment te zijn, in plaats van 'gewoon' te leven en daar met nieuwsgierigheid bij aanwezig te zijn, is er altijd wel een stip op de horizon om naartoe te bewegen. Er is altijd wel iets nieuws te 'bereiken', er is altijd wel iets te 'helen'. We leven ook nog eens in een tijd waarin we oneindig veel keuzemogelijkheden hebben en er constant wordt ingespeeld op het niet goed (genoeg) hebben of niet goed (genoeg) zijn. We vergelijken onszelf met anderen, en meten ons succes – evenals bestaansrecht – af aan de mening van de mensen om ons heen. Maar wanneer is het genoeg? Is het ooit genoeg?

Om maar gelijk met de deur in huis te vallen: als we de dingen blijven doen zoals we nu doen, zal het nooit genoeg zijn. Niet zolang we niet in verbinding staan met ons lichaam, onze eigen kern, met dat wat we in essentie zijn. Daar waar we de antwoorden vinden en voelen waar we écht naar verlangen. Daar waar we voelen wie we écht zijn en wat we écht nodig hebben. Het slechte nieuws? We leven in een maatschappij waar dit massaal niet gebeurt. Een tijd van collectief 'vergeten', waarin we niet meer in afstemming met ons lichaam leven. En dus vinden we het normaal om zoveel mogelijk in één dag te proppen en constant op zoek te zijn naar manieren om nóg meer te doen. We vinden het normaal om elke ochtend in de file te staan, overuren te maken en vervolgens uitgeblust op de bank voor de televisie te ploffen. We vinden het normaal om lichamelijke klachten te negeren en door te gaan als we ziek zijn. We vinden het normaal om maar mee te blijven doen, ook als we diep vanbinnen voelen dat het leven dat we leven, niet het leven is dat we voor onszelf willen. Grote kans dat je jezelf hierin – in meer of mindere mate – herkent.

Zo veel mensen voelen zich in deze tijd verwijderd van zichzelf en van het échte leven. We missen de diepe connectie met onszelf, met de mensen om ons heen, met de planeet, met de natuur, met de sterrenhemel, de maan, met iets wat groter is dan wij. En dus blijven we in cirkels om onszelf heen lopen, om dit gemis – vaak zonder resultaat – op andere manieren op te vullen. Wat als het allemaal weer een

stuk simpeler mag? Wat als het leven – dat we in ons hoofd zo complex hebben gemaakt – 'gewoon' weer simpel mag zijn? Wat als we in plaats van het allemaal uit te denken, het allemaal te moeten weten, gewoon weer in het moment mogen voelen?

## Terug naar je eigen lichaam

En dus is het tijd om ons (weer) te verbinden met ons lichaam. Om af te stemmen op onze innerlijke wijsheid. Daar waar een oneindige bron van wijsheid en intelligentie ligt opgeslagen. Waar álles wat je buiten jezelf zoekt te vinden is. Waar je jouw waarheid vindt. Dat wat je altijd al bij je draagt, wat altijd al in je zit, maar waarvan je (waarschijnlijk) bent vergeten hoe je ernaar kunt luisteren. Een reis die niet gaat om fixen, veranderen of wegbewegen van jezelf, maar juist om het tegenovergestelde: het is een weg terug. Het stuurt je niet ergens ver weg naar een onbekende plek, maar brengt je met elke stap een stapje dichterbij huis.

Human Design wijst je op deze reis de weg. Een systeem dat in 1987 werd ontdekt door de Canadese wetenschapper Ra Uru Hu. Human Design is een huwelijk tussen wetenschap en spiritualiteit. Een model waarin de belangrijkste spirituele leringen (astrologie, het chakra-systeem, de Kaballah en I-Ching), samenkomen met wetenschap, (kwantumfysica, biochemie, genetica en sterrenkunde). Waarin het natuurlijke (wetenschap) samenkomt met het bovennatuurlijke (mystiek). Het is een complex systeem dat de belangrijkste, vaak eeuwenoude inzichten (uit zowel de Westerse als Oosterse wereld) combineert, maar wat uiteindelijk gewoon 'uit de lucht' is komen vallen, toen Robert Alan Krakower (die zichzelf later Ra Uru Hu noemde) in 1987 op Ibiza een bijzondere ingeving kreeg. De ondernemer – met een achtergrond in natuurkunde – had niet eerder een dergelijke ervaring gehad (hij wist zelfs zijn sterrenbeeld niet), maar kreeg daar op Ibiza in acht dagen het hele Human Design systeem door van iets wat door hem later 'De Stem' werd genoemd (et voilà: het mystieke randje van Human Design). Mocht dit een beetje vaag klinken: Robert zelf noemde de hele ervaring vrij krankzinnig. Hij was in het begin zelfs vrij sceptisch. Er volgden jaren van validatie, waarin hij steeds meer overtuigd raakte. En dat is ook



precies hoe dit model bedoeld is. Niet om blind te geloven, of om alles zomaar voor 'waar' aan te nemen. Geloof niet, experimenteer!

## Gebruiksaanwijzing

Met behulp van Human Design krijg jij een unieke inzicht in hoe jij als persoon bent ontworpen. Je eigen persoonlijke gids, een gebruiksaanwijzing, die inzicht geeft in jouw unieke kwaliteiten. De manier waarop jij met jouw lichaam de wereld om je heen waarneemt en hoe je hiermee in uitwisseling staat, is anders dan bij wie dan ook. Jij komt met een pakket aan eigenschappen, kwaliteiten en eigenaardigheden, speciaal uitgerust om jouw purpose te leven, jouw zielsmissie. Jij bent hier namelijk niet zomaar. Jouw ziel heeft gekozen voor een menselijke ervaring, om te groeien (in bewustzijn) en om bepaalde lessen te leren hier op aarde. Maar als dit voor iedereen uniek is, hoe ontdek je dan wat specifiek voor jou werkt? In Human Design wordt daarvoor een visueel ontwerp opgemaakt: een blauwdruk, ook wel je **bodychart** genoemd. Dit is een grafische weergave van jouw energetische systeem, dat eruitziet als een menselijk lichaam met allerlei energiepunten en -stromen. Het is je eigen unieke design. Human Design biedt daarmee de meest gedetailleerde weergave van hoe jij als mens werkt. Er bestaan verschillende tools die helpen jezelf te begrijpen, maar Human Design gaat verder. Het gaat niet alleen over 'weten' hoe je werkt, maar het laat je ook zien hoe je al deze kennis kunt belichamen. Het helpt je om te voelen, ervaren en bovenal te leven.

Als mens bestaan we uit zowel een fysiek als een energetisch lichaam. Ons fysieke lichaam is het lichaam dat je kunt aanraken, het lichaam dat fysieke pijn en genot voelt. Maar we bestaan ook uit een (voor de meeste mensen) onzichtbaar lichaam: ons energetische lichaam. Hier huist de energie die alles in je fysieke lichaam doet stromen. Dit lichaam zie je waarschijnlijk niet, maar voel je wel. Hier ervaar je bewegingen van de adem, gevoelens en emoties. Hier huist je geest en stromen gedachten doorheen. Maar ook anderen kunnen je energetische lichaam ervaren: denk daarbij aan je persoonlijke aantrekkingskracht, de energie die je uitstraalt. Zonder dat je er bewust van bent, is dit het eerste wat 'spreekt' als je iemand ontmoet. Het is wat in een fractie van een seconde bepaalt of je je aangetrokken voelt tot iets of iemand – of

juist niet. Pas daarna komt het fysieke lichaam. En pas wanneer we ons daar bewust van worden, kunnen we er woorden aan geven, kunnen we het gaan begrijpen, analyseren of verklaren.

Alles wat leeft, beschikt over energie: levensenergie. Als mens krijg je energie van bijvoorbeeld zonlicht, water, voeding én door te ademen. Het is het eerste wat je doet op het moment dat je ter wereld komt en het laatste wat je doet voordat je Moeder Aarde verlaat. Met elke ademhaling breng je nieuwe energie in je lichaam en met elke ademhaling verlaat oude energie je lichaam. In de tussentijd wordt er van alles in gang gezet, er worden allerlei processen geactiveerd. Een groot deel onbewust (denk aan doorbloeding, ademhaling, celvernieuwing, spijsvertering, et cetera), maar ook een deel (semi-)bewust (denk aan emoties, gedachten, intuïtie, ambities). Processen die bij ieder mens plaatsvinden, hoewel ze bij iedereen nét een beetje anders werken. En dat komt omdat we allemaal worden geboren met een unieke blauwdruk, een unieke **imprint**. Deze imprint brengt al deze (semi-)bewuste processen – oftewel energiestromen – in beeld, om ze daarmee in het bewustzijn te brengen. Jouw unieke ontwerp staat afgedrukt in jouw energetische lichaam. In Human Design wordt deze imprint dus je bodygraph of -chart genoemd.

### Ontdek je unieke design

Het ontdekken van je eigen unieke design begint met het downloaden van je chart. Ga naar [www.schoolofhumandesign.nl/chart](http://www.schoolofhumandesign.nl/chart). Je hebt hiervoor een aantal gegevens nodig, want je blauwdruk wordt berekend op basis van je geboortedatum, -tijd en -plaats. Je geboortegegevens bepalen namelijk wat voor imprint je krijgt bij je geboorte. De chart die je downloadt laat visueel zien hoe en waar energie stroomt in jouw design. Het is een schematische weergave van jouw energetische lichaam.