

HUMAN DESIGN

KEYNOTES

ANNE VAN GENECHTEN

© 2025



© Anne Van Genechten - Human Design België, 2025.

Alle rechten voorbehouden.

Dit boek is uitsluitend bedoeld voor persoonlijk gebruik. Geen enkel deel van deze uitgave mag worden gekopieerd, gereproduceerd, verspreid of doorgegeven in welke vorm dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Het is **niet toegestaan** om (delen van) dit boek commercieel te gebruiken, aan te passen of te verspreiden, in print of digitaal, zonder expliciete goedkeuring.

Voor vragen over licenties of gebruiksrechten, neem contact op via:
report@humandesign-belgie.be

INHOUDSTABEL

Ontstaan van het Human Design systeem	5
Human Design Mandala	8
• Astrologie	9
• I'Ching	9
• Kabbala	11
BodyGraph	12
De 9 Energiecentra	15
• Hoofd Centrum	18
• Ajna Centrum	19
• Keel Centrum	20
• G Centrum	21
• Hart Centrum	22
• Sacraal Centrum	23
• Zonnevlecht Centrum	24
• Milt Centrum	25
• Wortel Centrum	26
Type & Strategie	27
• Generator	30
• Manifesting Generator	32
• Manifestor	34
• Projector	36
• Reflector	38
De 7 Autoriteiten	41
De 6 Lijnen	45
De 12 Profielen	51
De 5 Definities	57
De 64 Poorten	61
De 36 Kanalen & Circuits	133
Incarnatie Kruis	183
• De 192 Incarnatie Kruisen	189

Keynotes zijn een integraal onderdeel van Human Design, een uniek systeem dat inzichten uit zowel oude tradities als de hedendaagse wetenschap samenvoegt om persoonlijke begeleiding te bieden. Dit systeem put uit de wijsheid van de astrologie, de I Ching (een oude Chinese waarzeggerij), de Kabbala (een mystieke Joodse traditie), het Hindoe-Brahmaanse concept van chakra's (energiecentra in het lichaam) en principes uit de kwantumfysica. Het doel is om een uitgebreide chart te maken van iemands persoonlijkheid en potentiële levenspad.

In de kern vereenvoudigen keynotes de veelzijdige informatie die wordt gepresenteerd in een Human Design-chart. Deze chart, een complex diagram dat technische elementen bevat zoals Poorten, Kanalen en Centra, kan op het eerste zicht ontmoedigend zijn. Keynotes breken deze complexiteit af en maken het systeem meer toegankelijk en begrijpelijk, zodat mensen sneller de essentie van hun persoonlijke ontwerp kunnen begrijpen en hoe dit hun leven kan beïnvloeden.

Keynotes belichten de dominante thema's in iemands leven en dienen als bakens die de weg wijzen naar persoonlijke ontwikkeling, relaties, carrièrekeuzes en besluitvormingsprocessen. Ze belichten de unieke eigenschappen en energieën die eigen zijn aan elk individu en bieden inzicht in hoe deze iemands ervaringen en interacties kunnen vormgeven.

Dit systeem bevordert een diep gevoel van zelfbewustzijn en acceptatie door een taal te bieden om iemands aangeboren neigingen, sterke punten en verbeterpunten te verwoorden. Door deze kwaliteiten te erkennen en te omarmen, kunnen mensen een meer authentieke relatie met zichzelf ontwikkelen en de grenzen van maatschappelijke verwachtingen overschrijden.

Op het gebied van relaties bieden keynotes inzichten van onschatbare waarde in de dynamiek die in het spel is, waardoor begrip, communicatie, empathie en tolerantie toenemen. Ze werpen licht op de onderliggende redenen voor het gedrag van mensen, gebaseerd op hun unieke ontwerpen, wat kan leiden tot meer harmonieuze en begripvolle interacties.

Verder helpen keynotes mensen bij het identificeren van hun potentieel en groeigebieden, waardoor ze keuzes in hun leven kunnen maken die overeenkomen met hun ware zelf. Deze afstemming kan leiden tot een meer bevredigend en doelgericht bestaan.

Tot slot bieden keynotes een perspectief op hoe de bewegingen van planeten van invloed kunnen zijn op het leven van een individu en bieden ze begeleiding bij de timing voor het grijpen van kansen of het navigeren door uitdagingen. Dit aspect integreert de astrologische component van Human Design en verbindt de horoscoop van het individu met de bredere kosmische invloeden.

Samenvattend kunnen we zeggen dat keynotes als een brug dienen om de rijke kennis van astrologie, de I Ching, Kabbala, chakrasystemen en kwantumfysica toegankelijk en toepasbaar te maken in het dagelijks leven. Ze spelen een cruciale rol in het Human Design systeem, waardoor mensen hun reis met meer duidelijkheid en doelgerichtheid kunnen navigeren.

Dit boek voorziet jou van Keynotes voor Type, Strategie, Autoriteit, Centers, Profielen, Lijnen, Poorten, Circuits, Kanalen en Incarnatie Kruisen.

Een onmisbaar naslagwerk bij het ontleden van Human Design charts.

A handwritten signature in a cursive script, reading 'Anne'.

Ontstaan van het Human Design systeem

Het Human Design Systeem werd opgericht door Alan Krakower uit Montreal, Canada, die zich Ra Uru Hu noemde. Toen hij op Ibiza woonde, had hij een mystieke ervaring waarbij hij "De Stem" ontmoette en een enorme hoeveelheid informatie kreeg doorgegeven over een periode van 8 dagen in 1987.

Alle informatie die hij ontving zou later uitgroeien tot het Human Design Systeem. Human Design is gebaseerd op iets dat niet kan worden gezien, met andere woorden, het is een hypothese - daarom is de beste manier om de nauwkeurigheid van het systeem echt te valideren door ervaring en experimenteren.

WAT IS HUMAN DESIGN?

Human Design is geen religie of ander geloofssysteem, maar eerder een theorie of hypothese. Het is een synthese van zowel oude wijsheid als moderne wetenschap:

Oude Esoterische Systemen Oosterse en Westerse Astrologie Chakra Chinese I-Ching Kabbala	Moderne Esoterische Systemen • Kwantumfysica • Genetica • Biochemie
---	---

Human Design geeft je een routekaart van je aura, d.w.z. je unieke energetische blauwdruk en genetische code. Het is de theorie achter het mechanisme van je aura, gebaseerd op archetypische informatie uit deze esoterische systemen. Er zijn zoveel verschillende inzichten die je kunt krijgen door je eigen Human Design te begrijpen, waar je meer over zult leren naarmate je verder leest in dit boek.

Het is een systeem voor zelfbewustzijn en zelfactualisatie, en meer specifiek, een stappenplan om een leven te leiden dat in lijn is met je ware authentieke zelf. Het belangrijkste is dat het een praktisch hulpmiddel is om je te helpen meer te weten te komen over hoe je energetisch ontworpen bent en hoe je dit kunt gebruiken op een manier die voor jou het meest productief en efficiënt is.

HOE WERKT HUMAN DESIGN?

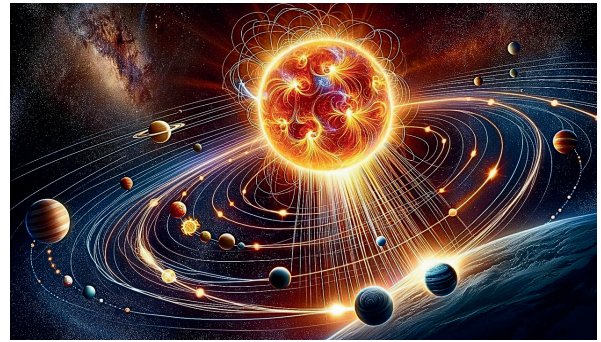
3 primaire theorieën verklaren hoe Human Design werkt:

- Theorie van Neutrino's
- Bewustzijnskristallen
- Magnetische monopool

Theorie van neutrino's

Human Design is gebaseerd op de basis dat we zijn ingeprent door middel van minuscule subatomaire deeltjes die "neutrino's" worden genoemd en die onzichtbaar zijn voor het menselijk oog. Dit is het "kwantumfysische" deel van Human Design.

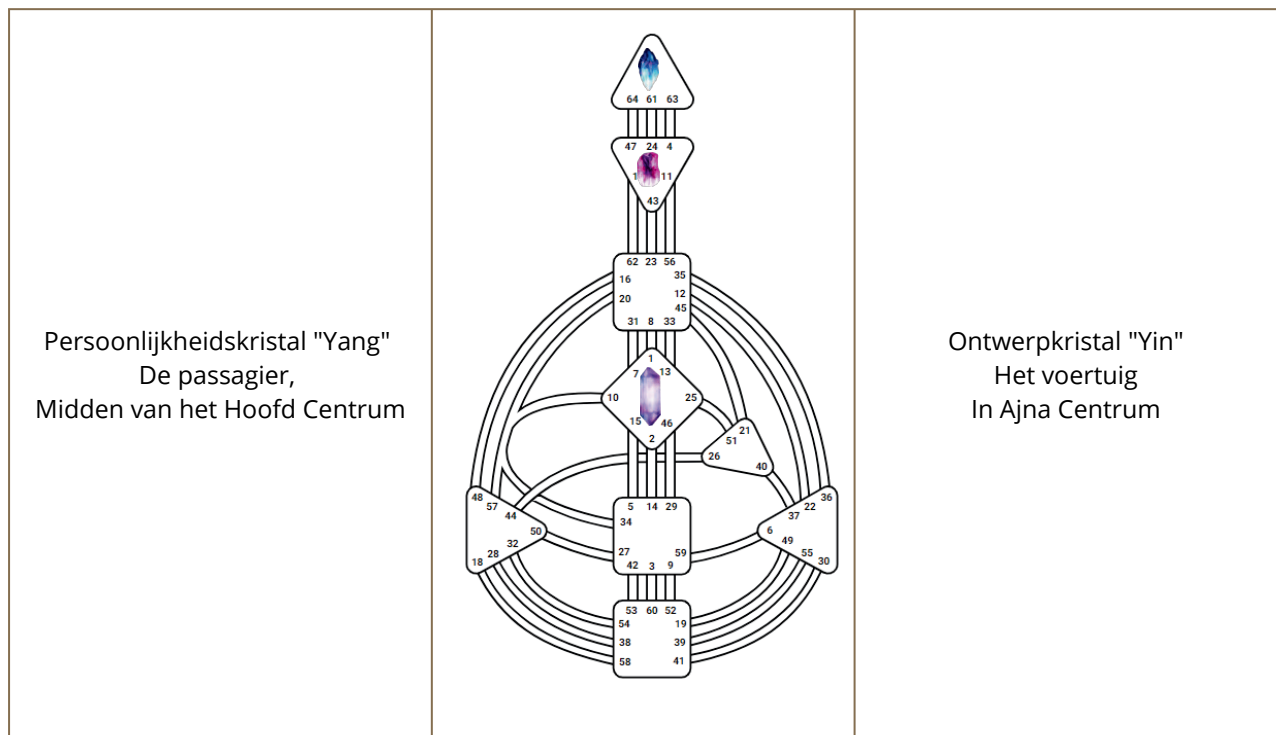
Wat met het menselijk oog te zien is, vormt slechts 1/10 van de massa van het universum. Neutrino's worden verondersteld "donkere materie" te zijn die het resterende deel uitmaakt. Er zijn 3 biljoen neutrino's per vierkante inch. Om je een beeld te geven, deel ik mijn AI gegenereerde afbeeldingen van de neutrinostroom. Ze leggen de levendige reis van neutrino's vast terwijl ze door de planeten slingeren, waarbij elke wisselwerking met de stroom hun kosmische invloed accentueert.



Alle sterren (incl. de zon) zenden voortdurend een stroom neutrino's ("neutrino'stroom") naar buiten uit, die voortdurend door planeten, door ons en door de ruimte om ons heen gaan. Omdat Neutrino's massa dragen, ondergaan ze een "overdracht" van informatie elke keer dat ze door materie gaan, waardoor de mensen die zij doordringen veranderen. Ra voorspelde dat Neutrino's de oorzaak waren van de invloed die planeetovergangen hebben op ons wezen en onze genetische code. Na deze voorspelling in 1998 werd wetenschappelijk bewezen dat neutrino's massa dragen.

Bewustzijnskristallen

We zijn meer dan een fysiek lichaam, we zijn bi-bewustzijn dat ons unieke ontwerp draagt via deze twee kristallen. Wanneer de neutrinostroom deze kristallen passeert en ze zich aan ons lichaam hechten, is dit onze unieke energetische imprint of genetische code.



Magnetische monopool (de bestuurder, in het G-Centrum)

De magnetische monopool werkt als een magneet in het lichaam die ons naar ons pad of bestemming trekt. Hij is verantwoordelijk voor het aantrekken van bepaalde mensen en omstandigheden in ons leven. Er is een theorie dat de magnetische monopool de wetenschappelijke verklaring is voor de effecten van zwaartekracht, hoewel dit tot op heden nog niet bewezen is.

KEYNOTES: DE TAAL VAN HUMAN DESIGN

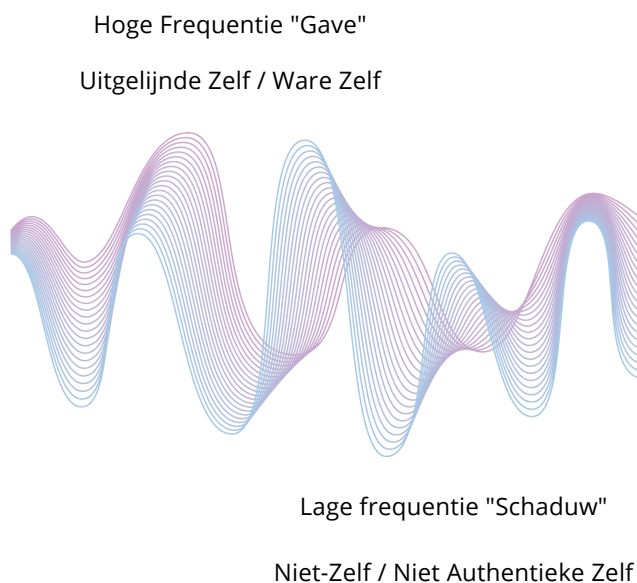
Human Design bestaat uit specifieke termen en trefwoorden die we "keynotes" noemen. Keynotes zijn algemene beschrijvingen van één woord of trefwoorden die de energetische essentie vatten van wat het beschrijft. Het helpt ons de aard van dat specifieke ding te herinneren. Bijvoorbeeld, op het meest basale niveau zijn de namen van elk van de Human Design Types dus keynotes.

Keynotes zijn een label dat wordt gebruikt om een bepaald aspect van Human Design te beschrijven. Ze zijn essentieel om ons te helpen het systeem over te brengen en te communiceren op een eenvoudige, consistente en precieze manier die mensen kunnen begrijpen. Het zijn de bouwstenen van de Human Design-taal.

Elke keynote heeft een bepaalde frequentie en draagt het potentieel in zich om delen van ons, van ons DNA, te activeren of wakker te maken die misschien al jaren slapen. Het kan ons sluimerend potentieel wakker maken. Wanneer je deze keynotes gebruikt, werkt het als een zelfherinneringstool. Het brengt een herkenning of activering en ontsluiting in ons teweeg.

DUALITEIT VAN ENERGIE

In Human Design is alle energie dual van aard. Ze heeft twee tegenovergestelde kanten die bestaan op een spectrum, behalve de magnetische monopool. Dit betekent dat elk aspect van het Human Design uitingen heeft met een hogere frequentie (d.w.z. "gaven" of het "Ware Zelf") en uitingen met een lagere frequentie (d.w.z. "schaduw" of het "Niet-Zelf").



Noch de hogere, noch de lagere uitdrukking is beter dan de andere, het is gewoon zo. Alles dient een doel voor het geheel, we zouden de gave niet hebben zonder de schaduw, er is geen licht zonder duisternis.

Als er veel conditionering aanwezig is, kan dat ervoor zorgen dat iemand vast blijft zitten in zijn schaduw of niet-zelf. Dus terwijl de schaduw niet inherent slecht is, is het wanneer je daar vast blijft zitten dat je naar een burn-out, slachtoffermodus, frustratie en gebrek aan vervulling wordt geleid. Daarom speelt onze deconditionering een grote rol in ons vermogen om onze hogere frequenties of hogere expressies tot uitdrukking te brengen, of in ieder geval meer balans in ons leven te vinden.

Als je door dit boek gaat, houd dan in gedachten dat elk aspect in Human Design een hoge expressie en een schaduwexpressie heeft. Zelfs in de manier waarop je de openheid (d.w.z. open/ongedefinieerde centra) in je chart ervaart, zijn er twee kanten aan elke munt die je wilt begrijpen en overwegen.

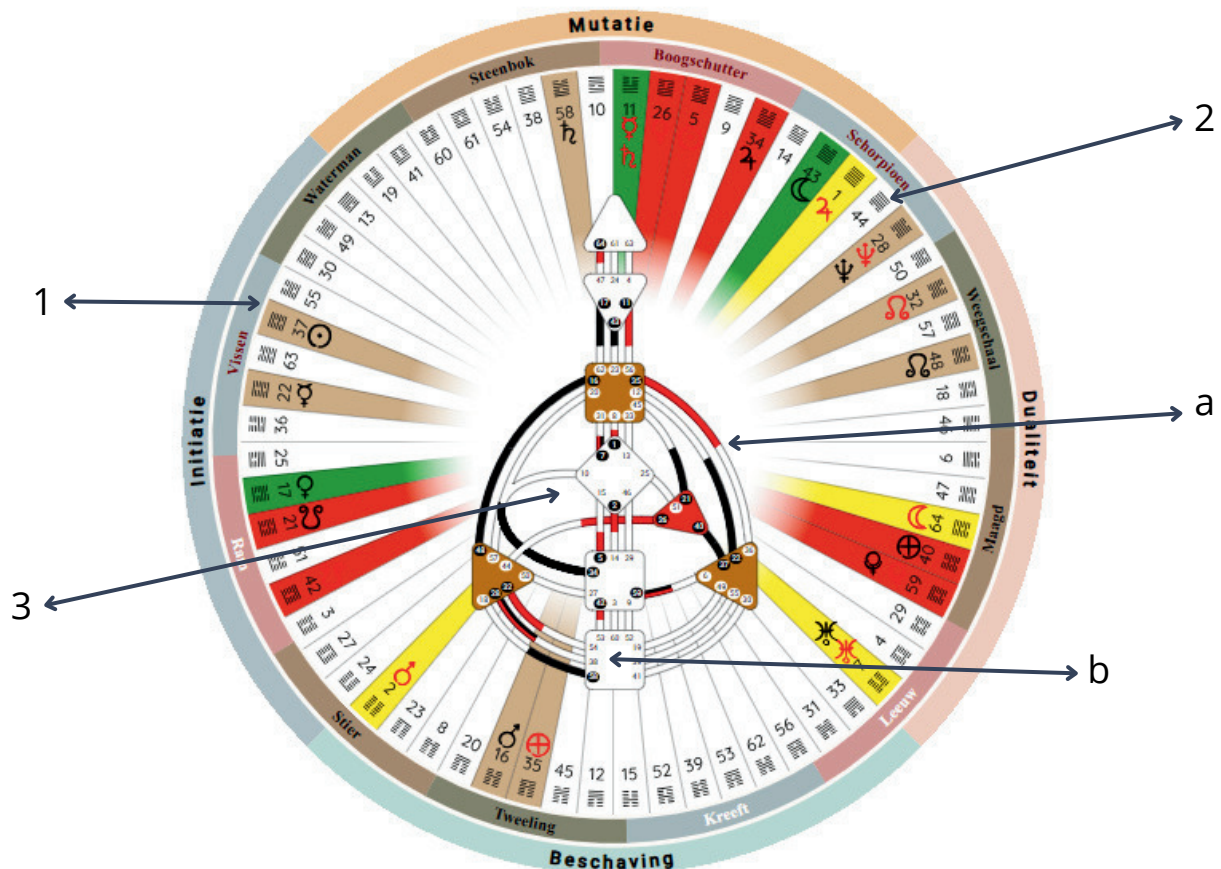
HUMAN DESIGN MANDALA

De Human Design Mandala combineert de synthese van vier oude systemen (Astrologie, Chakra, Kabbala en I-Ching), met moderne wetenschap en met de rol van Neutrino's en de Magnetische Monopool. Deze brengen jouw Mandala tot leven en creëren jouw unieke energetische blauwdruk.

ONDERDELEN VAN DE MANDALA

1. Astrologisch wiel ("Binnenste Ring", planetaire berekening)
2. I-Ching Wiel (Hexagrammen/Poorten)
3. Bodygraph:
 - a. Kabbala (Kanalen)
 - b. Chakra (Energie Centra)

Wanneer men spreekt over een synthese, wordt onderstreept dat dit niet rechtstreeks astrologie, de I-Ching, het Chakrasysteem, of de Kabbala betreft. In plaats daarvan gaat het om een systeem dat zijn fundamenteen vindt in de concepten en ideeën van deze 4 oude tradities.



Astrologie

Volgens Oxford Languages wordt de studie van de bewegingen en relatieve posities van hemellichamen (bijv. planeten en sterren) geïnterpreteerd als invloed hebbend op menselijke aangelegenheden en de natuurlijke wereld.

Human Design gebruikt een astrologisch wiel en zijn berekeningen om twee momenten in de tijd te berekenen. De eerste berekening is gebaseerd op het exacte moment van je geboorte dat resulteert in je Bewuste Persoonlijkheid activeringen. De tweede berekening is gebaseerd op 3 maanden voor je geboorte, of specifieker 88 dagen of 88 graden van de zonneboog die resulteert in je Onbewuste Ontwerp activeringen.

Bovendien stemt het Astrologisch Wiel de planeetposities af op de hexagrammen van de I-Ching. Net zoals de planeetposities in onze geboortekaart in een bepaald Huis en teken staan, die ons iets vertellen over bepaalde thema's die in ons leven spelen, zo is de planeetovergang op een bepaald moment wat bepaalde Poorten in ons ontwerp "activeert", die ons dan iets vertellen over bepaalde persoonlijke eigenschappen.

Chinese I-Ching

De I'Ching ("Yi-Jing"), ook bekend als "Het Boek der Veranderingen", is een oude Chinese waarzeggerij tekst die vaak werd gebruikt als een Orakel voor begeleiding en advies, omdat het duizenden jaren van wijsheid bevat.

Het is afkomstig van een legendarische figuur genaamd Fu Xi ("Foo-Shi") die de originele versie met symbolen creëerde nog voordat Chinese karakters waren uitgevonden. Fu Xi begreep dat alle dingen voortkomen uit twee energieën genaamd Yin en Yang, dus elk van de oorspronkelijke symbolen bestond uit een rechte lijn die Yang energie voorstelt, en twee gebroken lijnen die Yin energie voorstellen.

De I-Ching bestaat uit 64 "hexagrammen", dat is een figuur met zes lijnen die is opgebouwd uit een combinatie van die vaste en gebroken lijnen. De vaste lijnen vertegenwoordigen Yang (mannelijke) energie en de gebroken lijnen vertegenwoordigen Yin (vrouwelijke) energie, die de basisbouwstenen zijn van alles in het universum.

Elk van de 64 hexagrammen vertegenwoordigt 64 unieke situaties in het universum en het menselijk leven, of met andere woorden, toestanden van verandering of gedrag waar we doorheen bewegen. De staat van verandering of archetypisch gedrag brengt ons bewustzijn rond hoe we kunnen leven naar de hogere expressie en ons kunnen ontwikkelen door die staat van verandering, om het moment te beheersen.

Hoe houdt dit verband met Human Design? De 64 hexagrammen van de I'Ching komen overeen met de 64 Poorten in het Human Design, wat staat voor een andere "smaak" van energie die ons unieke energetische ontwerp vormt. De hexagrammen lopen rond het Wiel en zijn verder onderverdeeld in 6 Lijnen, die in totaal 384 combinaties vormen rond de buitenste ring van de Mandala.

Bovendien zijn er verbanden gevonden tussen de 64 hexagrammen van de I'Ching en de 64 codons van het DNA (d.w.z. onze genetische code). Er is een theorie dat DNA onze "energiecode" is. Er zijn ook verbanden gelegd tussen de hexagrammen en de codons, op een dieper niveau, er zijn 6 lijnen per hexagram naar 6 groepen aminozuren per codon. De 64 hexagrammen worden gebruikt om onze genetische code te begrijpen en te interpreteren en geven specifieke details over de eigenschappen die maken wie we zijn.

OORSPRONG VAN DE I'CHING

Fu Xi begreep dat alle dingen voortkomen uit hetzelfde gen dat "Taiji" wordt genoemd en waaruit twee energieën zijn afgeleid die Yin en Yang worden genoemd. Hij tekende een rechte lijn die op Yang lijkt en twee gebroken lijnen die op Yin lijken.

Yang zoals we dat nu kennen heeft een mannelijke, creatieve, handelende en vooruitstrevende kwaliteit. Terwijl Yin een vrouwelijke, ondersteunende, existerende en rustgevende kwaliteit heeft. Hij concludeerde dat Yin en Yang de basiselementen van alles zijn.

Fu Xi maakte acht trigrammen van Yin en Yang met verschillende combinaties die "Ba Gua" werden genoemd en die de basiseenheden werden om het universum en het menselijk leven te verklaren. Deze acht trigrammen lijken op acht verschillende krachten in de natuur: Aarde, Berg, Water, Wind, Donder, Vuur, het Meer en de Hemel. Ze bevatten allemaal Yin en Yang.

Ongeveer 3000 jaar geleden was koning Wen van Zhou (ongeveer 1000 voor Christus) gefascineerd door het werk van Fu Xi, maar hij vond acht trigrammen te weinig om mee te spelen, dus maakte hij verdere combinaties van de 8 basiseenheden en breidde het werk uit tot 64 hexagrammen, die de vroegste versie van de I'Ching vormden. De 64 hexagrammen lijken op de 64 unieke situaties in het universum en het menselijk leven."*

*Bron: Qi Zhang (YouTube) https://www.youtube.com/watch?v=63rOs3D_0Bo&t=6s
Website: www.ichingcompass.com

Aanvullende bronnen over I'Ching:

De Complete I'Ching: Vertaling door Taoïstisch Meester Alfred Huang
De I'Ching: Vertaling door Richard Wilhelm
De I'Ching: boekje van Brian Browne Walker

Upper Trigram Lower Trigram	Upper Trigram Lower Trigram	Upper Trigram Lower Trigram	Upper Trigram Lower Trigram	Upper Trigram Lower Trigram	Upper Trigram Lower Trigram	Upper Trigram Lower Trigram	Upper Trigram Lower Trigram	Upper Trigram Lower Trigram	Upper Trigram Lower Trigram
Qian Heaven	Dui Lake	Li Fire	Zhen Thunder	Xun Wind	Kan Water	Gen Mountain	Kun Earth	Qian Heaven	Qian Heaven
1 Qian Creative Power	43 Guai Decisive Action	14 Da You Accolades	34 Da Zhuang Great Power	9 Xiao Chu Cultivate Gently	5 Xu Patience	26 Da Chu Cultivate Supremely	11 Tai Harmony	Dui Lake	Dui Lake
10 Lu Treading	58 Dui Joyous Exchange	38 Kui Opposition	54 Gui Mei Marrying Maiden	61 Zhong Fu Faith Within	60 Jie Boundaries	41 Sun Debilitation	19 Lin Spring is Coming	Li Fire	Li Fire
13 Tong Ren Fellowship	49 Ge Revolution	30 Li The Spark	55 Feng Opulence	37 Jia Ren The Family	63 Ji Ji After the Ending	22 Bi Luminosity	36 Ming Yi Darkening the Light	Zhen Thunder	Zhen Thunder
25 Wu Wang Without Folly	17 Sui Inspiring Followers	21 Shih He Bite Through	51 Zhen Jolt	42 Yi Burgeoning	3 Tun Initial Challenge	27 Yi Nourishment	24 Fu Repose	Xun Wind	Xun Wind
44 Gou Improper Meeting	28 Da Gua Undertake the Great	50 Ding The Cauldron	32 Heng Endurance	57 Xun Use Gentle Force	48 Jing Fountainhead	18 Gu Decay	46 Sheng Hoist	Kan Water	Kan Water
6 Song The Trial	47 Kun Blockade	64 Wei Ji Toward the End	40 Jie Release of Tension	59 Huan Making Waves	29 Kan The Abyss	4 Meng Naivete	7 Shi The Army	Gen Mountain	Gen Mountain
33 Dun Withdraw	31 Xian Mutual Accord	56 Lu The Wanderer	62 Xiao Guo Attention to Detail	53 Jian Steadfast	39 Jian An Impasse	52 Gen Listen to the Wind	15 Qian Modesty	Kun Earth	Kun Earth
12 Fou Stalemate	45 Cui Assembly	35 Jin Advancement	16 Yu Enthusiasm	20 Guan Observation	8 Bi Alliance	23 Bo Partition	2 Kun Supportive Power		

Kabbala

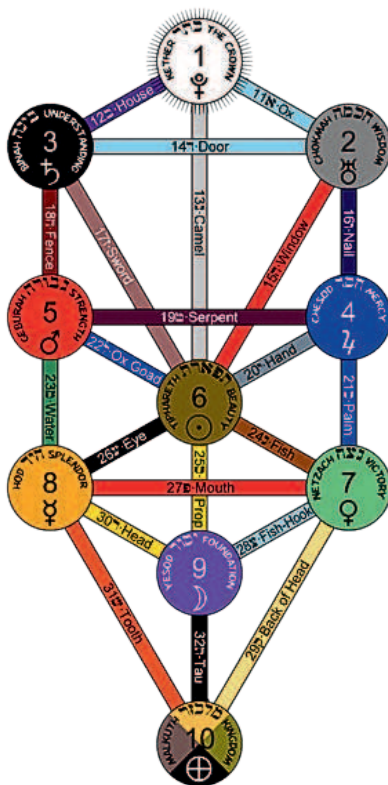
De Kabbala is een mystieke en esoterische traditie die geworteld is in het Jodendom. Het biedt een spirituele interpretatie van de Hebreeuwse Bijbel (Tenach), probeert verborgen goddelijke waarheden te onthullen en onderzoekt de aard van God, het universum, de ziel en de reis van de ziel. Het woord "Kabbala" betekent zelf "ontvangst" of "traditie", wat duidt op de ontvangen mondelinge traditie achter de leer.

Centraal in het Kabbalistische denken staat het concept van de Levensboom, een symbolisch diagram dat bestaat uit tien onderling verbonden knooppunten of sefirot. Elke sefira vertegenwoordigt een aspect van God of een stap in het scheppingsproces en de stroom van goddelijke energie in de wereld. De Levensboom dient als een kaart om de relatie tussen het goddelijke, het universum en de mensheid te begrijpen.

Kabbala leert dat door studie, meditatie en het uitvoeren van geboden, mensen een diepere verbinding met het goddelijke kunnen bereiken en de spirituele wetten die het universum besturen kunnen begrijpen. Dit kan op zijn beurt leiden tot spirituele verlichting en de verbetering van de ziel.

Historisch gezien werd Kabbala beschouwd als een geavanceerde en geheimzinnige tak van Joodse studie, traditioneel voorbehouden aan geleerde Joodse mannen ouder dan 40 jaar. In de afgelopen eeuwen is het echter toegankelijker geworden en heeft het een breed scala aan spirituele en mystieke tradities buiten het Jodendom beïnvloed.

Hoe houdt dit verband met Human Design? De Kanalen die de Energiecentra verbinden, komen voort uit de paden die verschillende sferen in de Levensboom van de Kabbalistische traditie verbinden.



BODYGRAPH

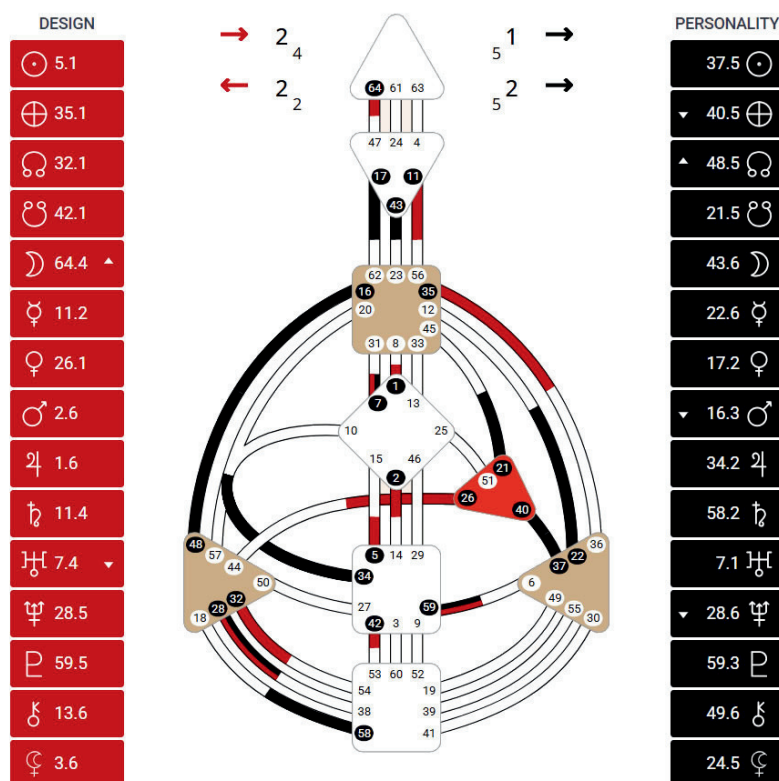
Een BodyGraph is de "mensachtige" figuur die je ziet in de Mandala en op je Human Design Chart, die bestaat uit vormen, getallen, lijnen en kleuren.

We hebben allemaal het basis "skelet" van de BodyGraph, van de 9 Energiecentra tot de 36 Kanalen, en we kunnen allemaal elk Centrum en Kanaal ervaren.

Wat ons uniek maakt is de combinatie van wat "geactiveerd" en "niet geactiveerd" is in ons ontwerp, wat bepaald wordt door een specifieke berekening.

BEREKENING VAN DE BODYGRAPH

We gebruiken Astrologie om de Human Design Chart (BodyGraph) te berekenen. De positie van hemellichamen zoals de Zon en de andere planeten op bepaalde tijdstippen bepaalt en "activeert" specifieke energieën (ook wel Poorten genoemd) die ons ontwerp vormen. Met andere woorden, de hemellichamen activeren in wezen de Poorten waarin ze zitten. We noemen dit onze Poortactiveringen en we hebben twee soorten Poortactiveringen:



De eerste reeks Poortactiveringen (aan de zwarte kant) is gebaseerd op de datum, tijd en plaats berekend op het exacte moment van je geboorte. Dit is je **Persoonlijkheidsbewustzijn**.

De planeetposities op dit moment activeren specifieke energieën die onze Bewuste Persoonlijkheid vormen.

De tweede reeks poortactiveringen (aan de rode kant) is gebaseerd op een ander tijdstip, ongeveer 88 dagen voor je geboorte. Dit is je Onbewuste Ontwerp.

De planeetposities op dit moment activeren specifieke energieën die ons **Ontwerpbewustzijn** vormen.

We zijn een binair bewustzijn, we zijn een nevenschikking (of naast elkaar) van zowel het bewuste als het onbewuste en het ene kan niet bestaan zonder het andere. Dus komen de twee samen om ons unieke ontwerp te creëren.

KLEUREN IN DE BODYGRAPH

Definitie vs. Openheid

Wanneer je kleur ziet in je kaart, noemen we dit definitie in Human Design. Waar je "ingekleurd" bent, vertegenwoordigt een absolute consistentie in onze natuur en wat bij je geboorte is vastgelegd. Je definitie is in feite de kern van wie je bent en de levenskrachtenergieën die uniek zijn voor jou.

Definitie in Human Design verwijst specifiek naar je gedefinieerde Centra en Kanalen. Dit gebeurt wanneer twee Poorten aan het einde van een Kanaal geactiveerd worden door een planeet. Wanneer dit gebeurt, wordt het Kanaal gedefinieerd en gekleurd in de BodyGraph, evenals de Energiecentra aan beide uiteinden van dat Kanaal.

Aan de andere kant, waar je wit bent in je kaart, noemen we dit openheid. Openheid geeft aan dat je geen consistente toegang hebt tot deze specifieke energie, maar dat je gevoelig, open en ontvankelijk bent voor energieën van buitenaf. We hebben de neiging om op deze gebieden meer conditionering te ervaren. Tegelijkertijd is het door onze openheid dat we zeer empathisch van aard kunnen zijn en ook onze diepste bronnen van wijsheid hier kunnen ontwikkelen wanneer we de lessen binnen deze thema's leren. Geactiveerde Poorten die verbonden zijn met Ongedefinieerde Centra worden beschouwd als deel van je openheid in plaats van je definitie.

Kleur van de Vormen (Energiecentra)

Het volgende gebied waar je de kleur zult opmerken is in de geometrische vormen (ook bekend als Energiecentra). Dus elk van de Energiecentra is ofwel geel, groen, bruin of rood, maar dit alles heeft geen enkele betekenis. De specifieke kleur doet er niet toe, het was gewoon iets dat aan Ra werd doorgegeven door de Stem.

Wat er wel toe doet is of deze Energiecentra ingekleurd zijn of niet. Als ze ingekleurd zijn, noemen we ze gedefinieerde Centra en is dat het consistentie in onze natuur vertegenwoordigt. De witte Centra noemen we ongedefinieerd (als ze Poortactiveringen hebben) of volledig open (als er geen Poortactiveringen zijn).

Kleur van Lijnen

Last but not least zul je ook merken dat de Lijnen een kleur hebben. De zwarte Lijnen die van je Bewuste Poortactiveringen komen, vertegenwoordigen je Bewuste Persoonlijkheid, je geest en het deel van jou dat op een bewust niveau werkt. Deze eigenschappen zijn typisch herkenbaar voor je en het is hoe je jezelf ziet. Met andere woorden, het is het deel van je aard waar je je bewust van bent en waarmee je je waarschijnlijk kunt identificeren.

De rode Lijnen die van je Onbewuste Poortactiveringen komen, vertegenwoordigen je Onbewuste Ontwerp, je lichaam, je genetische erfenis, eigenschappen uit vorige levens en het deel van jou dat functioneert op een onbewust niveau. Deze eigenschappen zijn dingen die je misschien niet noodzakelijk in jezelf ziet of waarmee je je niet identificeert omdat het onbewust is, maar hoe anderen je zien en herkennen.

ONDERDELEN VAN DE BODYGRAPH

Kort overzicht:

De geometrische vormen die je ziet worden Energiecentra genoemd

Cijfers en halve lijnen worden Poorten genoemd

Hele Lijnen die Energiecentra verbinden worden Kanalen genoemd

DE 9 ENERGIECENTRA

Energiecentra zijn knooppunten van subtiële energie (vergelijkbaar met de chakra's die de meesten van jullie vast wel kennen), en er zijn er 9 in totaal, die elk corresponderen met een ander thema of fysiek lichaamsdeel.

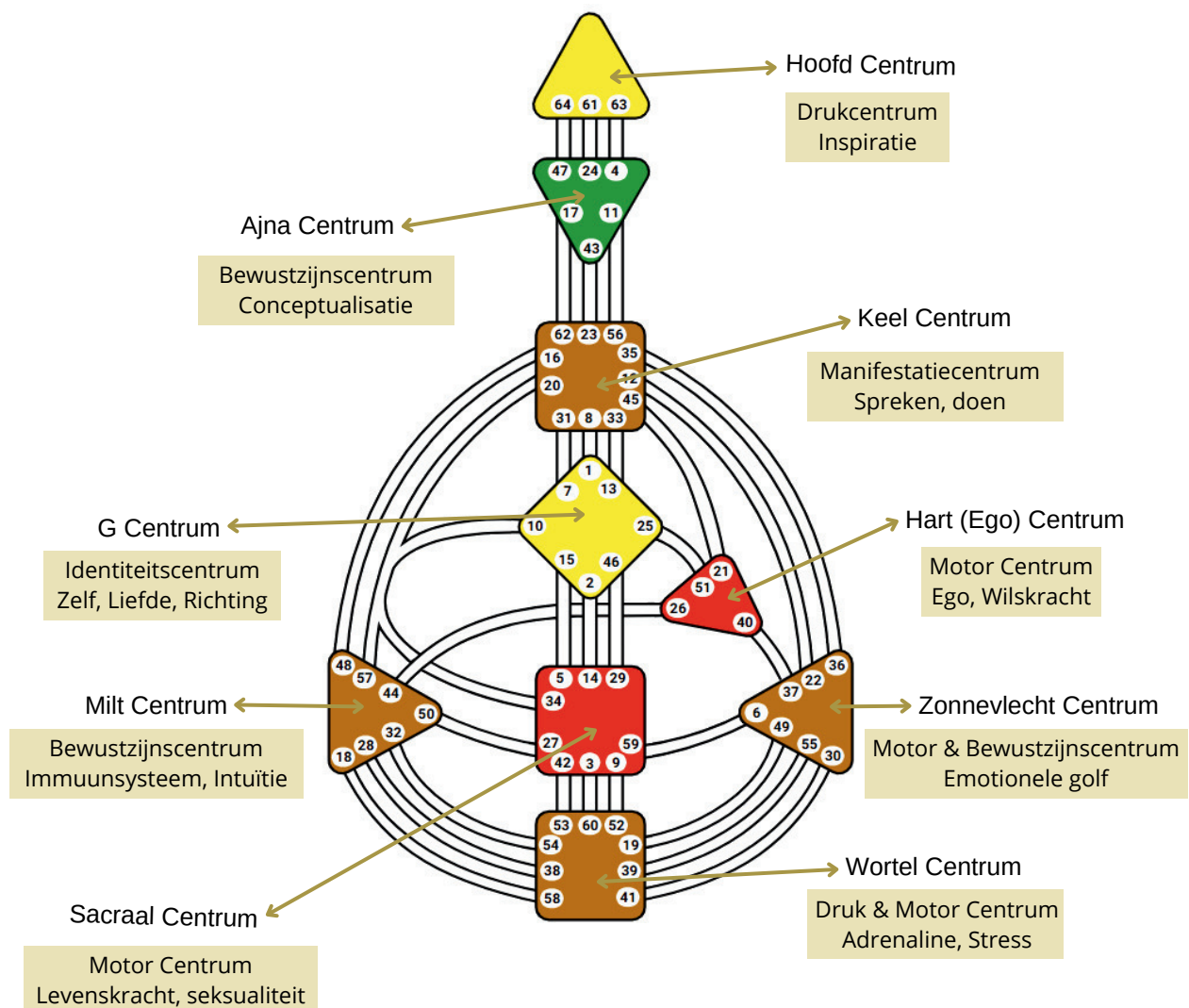
Gekleurde Energiecentra = gedefinieerde Centra

Witte Energiecentra = ongedefinieerde (met geactiveerde Poorten) of open Centra (geen geactiveerde Poorten)

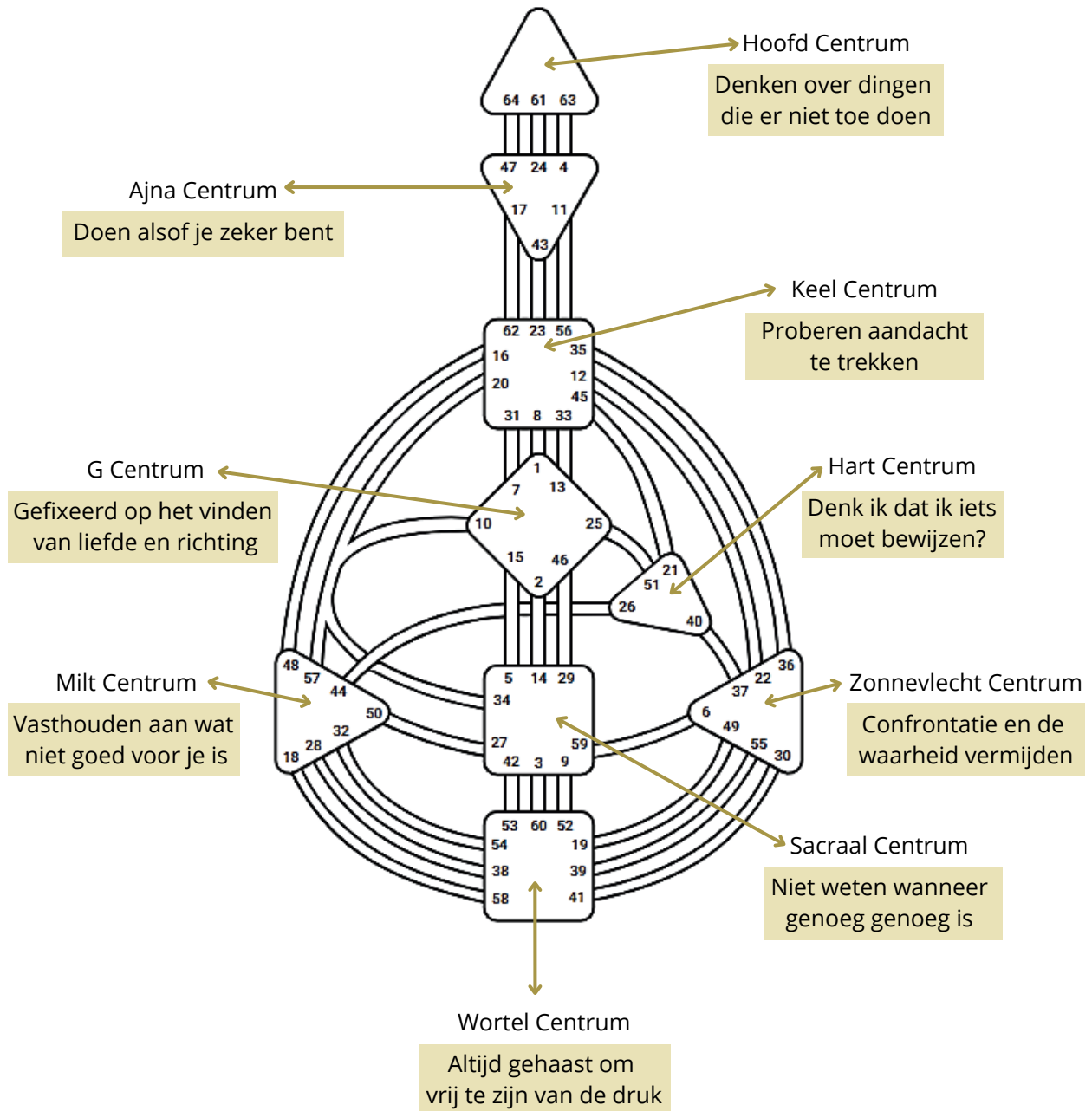
Wat vertellen de Energiecentra jou?

De gedefinieerde Energiecentra zijn een vast en consistent deel van je aard en geven je inzicht in de consistente gaven die je hier bent om te delen en uit te stralen naar de wereld.

De Ongedefinieerde/Open Energiecentra zijn een inconsistent deel van je aard en in het bijzonder zijn we hier om te leren en diepe wijsheid te vergaren.



OPEN CENTRA NIET-ZELF THEMA'S



Funcities van de Energiecentra

Hoofd	Druk	Het druk Centrum functioneert om energie te verplaatsen naar het bewustzijns Centrum. Het is druk om te weten en te doen, om te denken en in leven te blijven
Ajna	Bewustzijn	Het bewustzijns Centrum functioneert als potentiëel gebied van zelfbewustzijn en zelfinzicht. Het focust, verwerkt en interpreteert onze levenservaringen energetisch als lichaam, geest of spiritueel bewustzijn.
Keel	Manifestatie	De functie van het manifestatie Centrum is bedoeld om het transformeren en omzetten van onze energie in vorm
G	Identiteit	Het identiteits Centrum is waar onze eigen unieke energiestroom zich verbindt met de stroom van al het leven, het is onze verbinding met het Goddelijke, met het Universum zelf.
Hart	Motor (Energie)	Het motor Centrum heeft specifieke frequenties die ons voorziet van de energiebronnen die nodig zijn om te manifesteren en vooruit te gaan in ons leven.
Zonnevlecht	Bewustzijn Motor (Energie)	Het bewustzijns Centrum functioneert als potentiëel gebied van zelfbewustzijn en zelfinzicht. Het focust, verwerkt en interpreteert onze levenservaringen energetisch als lichaam, geest of spiritueel bewustzijn. Het motor Centrum heeft specifieke frequenties die ons voorziet van de energiebronnen die nodig zijn om te manifesteren en vooruit te gaan in ons leven.
Sacraal	Motor (Energie)	Het motor Centrum heeft specifieke frequenties die ons voorziet van de energiebronnen die nodig zijn om te manifesteren en vooruit te gaan in ons leven.
Milt	Bewustzijn	Het bewustzijns Centrum functioneert als potentiëel gebied van zelfbewustzijn en zelfinzicht. Het focust, verwerkt en interpreteert onze levenservaringen energetisch als lichaam, geest of spiritueel bewustzijn.
Wortel	Druk Motor (Energie)	Het druk Centrum functioneert om energie te verplaatsen naar het bewustzijns Centrum. Het is druk om te weten en te doen, om te denken en in leven te blijven Het motor Centrum heeft specifieke frequenties die ons voorziet van de energiebronnen die nodig zijn om te manifesteren en vooruit te gaan in ons leven.

HOOFD CENTRUM: INSPIRATIE, IDEEËN, WAAROM/HOE/WAT VRAGEN

Ondanks de naam bevindt dit Energiecentrum zich niet in het hoofd.

Het zit eigenlijk aan de bovenkant van het hoofd, en fungeert als onze brug tussen de fysieke en niet-fysieke werelden.

Het wordt ook wel het Krooncentrum genoemd.

In termen van het fysieke lichaam is het geassocieerd met de pijnappelklier die ook bekend staat als onze verbinding met het hogere bewustzijn. De functie is een drukcentrum, specifiek wordt het ervaren als de druk om iets te weten of iets te begrijpen.

	Gedefinieerd	Ongedefinieerd
Uniek potentieel	• Kan een onderwerp of inspiratiebron zijn die beschikbaar is voor anderen, vooral voor de resterende 70% die ongedefinieerd is. • Kan anderen inspireren als zij vragen en mogelijkheden stellen over hun kijk op de wereld. • Kan antwoorden geven die anderen kunnen verrijken, inspireren en bekrachtigen.	• Kunnen wijsheid terugkaatsen naar gedefinieerde hoofden en iets anders aanbieden dat ze kunnen overwegen, zoals nieuwe inzichten, perspectieven en vragen. • Kunnen potentieel onderscheiden welke inspiratie waarde heeft voor de mensheid. • Kunnen wijsheid verschaffen over wie/wat inspirerend is en wie niet. • Kunnen terugkaatsen wat anderen denken.
Uitdaging	• Kunnen worstelen om hun ingevingen in concrete vorm te brengen of ze coherent over te brengen. • Kunnen diepe angst, zelftwijfel en depressie ervaren als ze hardnekkig zijn in het forceren van de oplossing van hun vragen.	• Raken verstrikt in de gedachten van anderen, waardoor ze denken aan dingen die er niet toe doen of die niet relevant voor hen zijn, en daar vaak naar handelen. • Kunnen verdwalen of overweldigd raken door twijfel of verwarring, omdat ze afgeleid worden door de gedachten van anderen.
Oplossing	• Mentale druk accepteren zonder te proberen ernaar te handelen of eraan te ontsnappen.	• Vertrouwen op Autoriteit om hen te leiden en te onderscheiden welke inspiratie het waard is om hun energie in te steken en welke een afleidingsbron is. • Niet overweldigd raken of zich hechten aan alle inspiratie die tot hen komt, noch onder druk komen te staan om ernaar te handelen.
Energetische functie	• Constante mentale druk om inspiraties en vragen te downloaden en te ontvangen, maar ook om na te denken over waarheden, twijfels en mogelijkheden.	• Geen consistente mentale druk om inspiratie en vragen te ontvangen; kan overweldigd raken door de gedachten van andere mensen.

AJNA CENTRUM: VERWERKING VAN IDEEËN NAAR CONCEPTEN, DETAILS

Het Ajna Centrum is het Centrum van conceptualisatie, denken en antwoorden. Het is het Centrum dat de ontvangen inspiratie van het Hoofd Centrum in bruikbare informatie transformeert (d.w.z. antwoorden) voor herziening, onderzoek en communicatie. Het wordt ook Geest Centrum genoemd.

In termen van het fysieke lichaam is het geassocieerd met de voorste en achterste hypofyse. Het is een mentaal bewustzijnscentrum dat wordt ervaren als een mentale angst om twijfels en vragen op te lossen en met antwoorden te komen.

	Gedefinieerd	Ongedefinieerd
Uniek potentieel	• Kunnen conceptualiseren, anderen inspireren en onder druk zetten om te denken. • Gebruiken gedachten om gegevens te verwerken, creativiteit en als een uiterlijke autoriteit voor anderen.	• Zijn in staat om de wereld diepgaand te overdenken en te ontdekken door middel van hun intellectuele gaven. • Ontdekken welke concepten waarde hebben en herkennen wie in staat is een antwoord te geven op de vragen die overwogen worden. • Het vermogen om door vele mogelijkheden te zeven en te nemen wat van belang is.
Uitdaging	• Hebben de neiging om veel energie te verspillen door geobsedeerd te zijn over een onvoltooide actie of beslissing die te laat is om er nog iets aan te doen.	• Door conditionering geloven ze dat ze zeker moeten zijn van hun ideeën om intelligent over te komen. • Omdat ze bang zijn om over te komen, doen ze alsof ze zeker zijn over dingen die er niet toe doen.
Oplossing	• Niet vertrouwen op het verstand om beslissingen te nemen en vertrouwen op Autoriteit.	• Zichzelf niet identificeren met of hechten aan concepten, ideeën of meningen van anderen als hun eigen persoonlijke waarheid.
Energetische functie	• Consistente bron van mentale energie om te conceptualiseren, informatie te verwerken. Vaste manier van denken.	• Geen consistente manier om mentale informatie te verwerken. Flexibele en grenzeloze manier van denken.

KEEL CENTRUM: EXPRESSIE, COMMUNICATIE, ACTIE

Het Keel Centrum is het communicatie en manifestatie Centrum. Het is via het Keel Centrum dat we de downloads die we hebben, de gevoelens die we voelen en onze intuïtie uiten. Hier manifesteren we door middel van communicatie of actie.

In termen van het fysieke lichaam is het geassocieerd met de schildklier en de bijschildklier. Het is het meest complexe Centrum met 11 Poorten die in verbinding staan met 6 verschillende Centra. Het is het Centrum waar alle andere energie naartoe probeert te bewegen, om uit te drukken en te manifesteren.

	Gedefinieerd	Ongedefinieerd
Uniek potentieel	Uniek potentieel om zich uit te drukken of te handelen vanuit de 6 verschillende centra: Ajna, Zonnevlecht, Hart, G, Sacraal en Milt. Naar Hart = "Ik wil dat, ik heb dat, ik zal dat doen". Naar Ajna = Spreekt uit wat de geest denkt en conceptualiseert Naar Zonnevlecht = Spreken of handelen naar emoties of gevoelens Naar Milt = Spreekt spontaan vanuit een intuïtief weten in het moment. Naar Sacraal = Spreken en handelen naar Sacraal antwoord. Naar G-Centrum = Spreekt vanuit persoonlijke identiteit en richting, vanuit het Hogere Zelf	• Flexibele en spontane manier om zichzelf uit te drukken door middel van verschillende stemmen en uitdrukkingsvormen. • Kan herkennen en terugkaatsen wie vanuit zijn waarheid spreekt en wie niet. • Een gezonde keel kan druk voelen om te spreken als ze bij anderen zijn, maar is ook ontspannen met hun natuurlijke staat van stilte.
Uitdaging	• Degenen met een motor Centrum dat verbonden is met de Keel kunnen altijd "doen" of manifesteren, maar dat betekent niet dat ze dat ook moeten doen. • Drang om impulsief te zijn, neiging om te veel te praten of te doen en energie weg te geven aan elke impuls.	• Vrezen dat ze niet opgemerkt zullen worden, dus voelen een verhoogde druk om te praten, te acteren, indruk te maken, te onderbreken of het middelpunt van het feest te zijn. • Besteedt veel mentale energie aan het bedenken wat ze gaat zeggen, maar kan niet consequent plannen wat ze gaat zeggen.
Oplossing	• Zich laten leiden door Type en Autoriteit alvorens actie te ondernemen en te communiceren	• De dringende druk om te spreken verminderen en leren comfortabel te zijn met stilte. • Stoppen met proberen te controleren wat ze zeggen, omdat ze ontworpen zijn om spontaan te spreken.
Energetische functie	• Consistente, maar vaste en beperkte manier om zichzelf op een betrouwbare manier uit te drukken.	• Geen consistente manier van communiceren en zich uitdrukken. Flexibele en grenzeloze manier van communiceren.

G CENTRUM: IDENTITEIT, LIEFDE, RICHTING, DOEL, GEVEN EN ONTVANGEN

Het G-centrum is het identiteitscentrum, evenals het Centrum van liefde en richting. Het is verantwoordelijk voor de richting die je in je leven neemt en de kwaliteit van de liefde die je ervaart in je leven. Het staat ook bekend als het Zelf Centrum.

In termen van het fysieke lichaam is het geassocieerd met de lever en het bloed.

Het is de thuisbasis van de magnetische monopool die werkt als een magneet die mensen, situaties en omstandigheden in ons leven aantrekt die nodig zijn om ons doel en onze bestemming te vervullen.

	Gedefinieerd	Ongedefinieerd
Uniek potentieel	• Hebben meestal een gevoel van hun eigen juiste richting of missie in het leven en zijn natuurtalenten in het aanwijzen van nieuwe richtingen voor anderen.	• Kunnen aanvoelen wanneer een omgeving niet geschikt voor hen is. • Vermogen om in de schoenen van anderen te stappen en liefdevolle, juiste begeleiding te bieden. • Wijsheid om ons te vertellen wat liefde en richting zijn, omdat ze alle mogelijkheden in zich opnemen. • Kan onderscheiden wie het leven authentiek leeft.
Uitdaging	• Kan op weerstand stuiten wanneer hij probeert anderen richting of leiderschap te geven zonder te wachten tot hij gevraagd of uitgenodigd wordt. • Verwachten soms dat anderen hen volgen.	• Zichzelf veranderen om liefde en/of acceptatie van anderen te krijgen. • Het gevoel hebben niet te weten wie ze zijn en zich hechten aan de identiteit van anderen.
Oplossing	• Verwachtingen en controle over anderen loslaten; d.w.z. anderen vrij laten om hun eigen pad te volgen.	• Op de juiste plaats/in de juiste omgeving zijn - dit zal leiden tot de juiste baan, het juiste huis of de juiste relatie. • Hun behoefte aan identiteit en liefde loslaten.
Energetische functie	• Consistente manier om zichzelf te ervaren (d.w.z. vaste identiteit en manier van zijn).	• Geen consistent gevoel van identiteit en zichzelf ervaren (d.w.z. identiteit). Flexibele en grenzeloze manier om zichzelf te ervaren.

HART (EGO) CENTRUM: WILSKRACHT, EIGENWAARDE, GEDREVENHEID, ZELFVERTROUWEN

Het Hart Centrum is het Centrum van wilskracht. Het is verbonden met de wil om te overleven in gemeenschap en te gedijen op het materiële vlak. Er zijn ook onderliggende thema's van eigenwaarde en zelfrespect, omdat voor veel mensen in onze samenleving, onze eigenwaarde en zelfrespect gebonden is aan ons vermogen om iets te bereiken, om te overleven in een gemeenschap, om te gedijen op het materiële vlak, ons te bewijzen, te concurreren of aan bepaalde verwachtingen te voldoen. Het staat ook bekend als het Wilscentrum of Centrum of Ego Centrum.

In termen van het fysieke lichaam is het geassocieerd met de maag, thymusklier, galblaas en hart. Het is ook het motor Centrum dat ons voorziet van energie om te manifesteren, vooruit te gaan en te handelen, om te voldoen aan onze fysieke en materiële behoeften. Je zult dus merken dat elk van de Poorten in het Hart Centrum te maken heeft met bescherming, ondersteuning of zorg voor de stam.

	Gedefinieerd	Ongedefinieerd
Uniek potentieel	• Om anderen tot actie aan te zetten en dingen in gang te zetten met consistente toegang tot wilskracht. • Kan goed zijn in het motiveren van anderen om zichzelf te pushen wanneer zij geleid worden door hun Strategie en Autoriteit om dit te doen.	• Kan herkennen wie een gezond gevoel van eigenwaarde heeft en wie een belofte kan nakomen.
Uitdaging	• Kan op weerstand stuiten wanneer hij probeert anderen richting of leiderschap te geven zonder te wachten tot hij gevraagd of uitgenodigd wordt. • Verwachten soms dat anderen hen volgen.	• Kan zich laten meeslepen en te krachtig overkomen, of onrealistische verwachtingen stellen aan anderen, vooral aan degenen met ongedefinieerde Harten, om competitief en eigenzinnig te zijn zoals zij zijn, wat op weerstand van anderen kan stuiten.
Oplossing	• Verwachtingen en controle over anderen loslaten; d.w.z. anderen vrij laten om hun eigen pad te volgen.	• Om zich door niemand de expressie van hun ego en wilskracht te laten ontzeggen; zichzelf bewijzen is gezond voor hen. • Zich te laten leiden door Type en Autoriteit voordat ze wilskracht op anderen gebruiken.
Energetische functie	• Consistente bron van wilskracht en egokracht om actie te ondernemen (initieren).	• Geen consistente bron van wilskracht en egokracht om actie te ondernemen (initieren).

SACRAAL CENTRUM: VITALE LEVENSKRACHT, VOORTPLANTING, DUURZAAMHEID

Het Sacraal Centrum vertegenwoordigt levenskracht, werkkraft, reproductieve, seksuele en creatieve energie. Alle Generators en Manifesting Generators hebben dit Energiecentrum gedefinieerd, wat hen die duurzame levenskracht geeft om elke taak of project uit te voeren zonder zichzelf uit te putten.

In termen van het fysieke lichaam heeft dit Centrum betrekking op de voortplantingsorganen, specifiek de eierstokken en testikels. Het is ook een motor Centrum dat energie genereert om te werken en te creëren.

In tegenstelling tot de andere 3 motor Centra is het geen initiërende energie. Het straalt omhullende energie uit die ontworpen is om dingen naar zich toe te trekken, zodat het kan reageren, zich kan openen en die overvloedige en duurzame levenskracht energie kan genereren.

	Gedefinieerd	Ongedefinieerd
Uniek potentieel	• Overvloedige toegang tot Sacrale levenskracht energie die hen door elke taak of project kan dragen wanneer geactiveerd door respons. • Doorzettingsvermogen en volharding wanneer het sacraal positief reageert.	• Het vermogen om je over te geven aan het ritme van de Generator zonder erin verstrikt te raken. • Vermogen om een stap terug te doen en anderen het werk te laten doen dat de Generator niet wil doen. • Vermogen om vlagen van versterkte energie te hebben. • Wijs worden over hoe de Sacraal werkt en hoe zijn energie gebruikt kan worden door degenen die het genereren.
Uitdaging	• Zichzelf uitputten door te proberen een eigen richting in te slaan. • Kan vast komen te zitten en gefrustreerd raken bij het wachten, dwingt een beslissing voortijdig af. • Gebrek aan geduld, compromitteert macht en eindigt met dingen te doen die het haat met mensen die het niet initiëren. • Neiging om dingen op te geven als ze verkeerd zijn aangegaan.	• Te veel hooi op zijn vork nemen en te veel verplichtingen aangaan en vaak moeite hebben met nee zeggen. (d.w.z. weet niet wanneer genoeg genoeg is) • Zet zichzelf onder druk om te werken en heeft de neiging om vaak overweldigd en uitgeput te raken door de energie van anderen.
Oplossing	• Niet initiëren zonder eerst te reageren. Door je Strategie en Autoriteit te volgen, krijg je toegang tot overvloedige Sacrale energie en minimaliseer je frustratie tijdens drempelpunten.	• De juiste grenzen tussen werk en privé stellen. • Tekenen van fysieke uitputting herkennen en gedurende de dag pauzes inlassen in plaats van door te drammen.
Energetische functie	• Consistente bron van levenskracht, werkkraft en creatieve energie om een project of taak uit te voeren.	• Geen consistente toegang tot levenskracht, werkkraft en creatieve energie.

ZONNEVLECHT (EMOTIONEEL) CENTRUM: EMOTIES, GEVOELEN, GEVOELIGHEID

De Zonnevlecht is het Centrum van emoties en gevoelens. Het creëert golf-achtige emotionele energie, bewegend heen en weer tussen hoop en pijn. Van alle energie in de BodyGraph is het de krachtigste energie die de menselijke ervaring aandrijft.

In termen van het fysieke lichaam is het geassocieerd met de nieren, alvleesklier, prostaatklier en zenuwstelsel. Het is een emotioneel bewustzijnscentrum dat wordt ervaren als specifieke angst of nervositeit die ontworpen is om ons naar emotionele helderheid en emotionele intelligentie te brengen.

	Gedefinieerd	Ongedefinieerd
Uniek potentieel	• Ervaart een rijke emotionele diepte in het leven, van passie en opwindend tot melancholie. • Kan grote inzichten ontwikkelen terwijl het door alle delen van zijn emotionele golf beweegt, terwijl het de lens verandert waardoor het de dingen benadert of ziet.	• Een emotionele barometer worden voor de emotionele gezondheid van de mensen en de omgeving om hen heen. • Ontdekken wie vooruitgang boekt op weg naar emotionele gezondheid, stabiliteit en spiritueel bewustzijn.
Uitdaging	• Erg impulsief zijn omdat ze gedreven worden door emotie en beslissingen nemen zonder op duidelijkheid te wachten. • Vechten in plaats van de emotionele golf te accepteren, waardoor ze de neiging hebben de hoogtepunten op te zoeken en de dieptepunten te vermijden.	• Zich overweldigd voelen door een emotionele omgeving en confrontaties ten koste van alles vermijden (inclusief moeite hebben om grenzen te stellen en te vragen om tegemoet te komen aan behoeften). • Gedreven worden door de emoties van anderen.
Oplossing	• De emotionele golf afwachten en uitrijden voordat je een beslissing neemt, om tot helderheid te komen.	• Leren hun energie te beschermen en geen "spons" te zijn voor de emotionele energie die uit hun omgeving komt.
Energetische functie	• Vaste en consistente output van (en manier van verwerken van) emotionele energie.	• Geen vaste en consistente output van (en manier van verwerken van) emotionele energie.

MILT CENTRUM: INTUÏTIE, INSTINCT, ANGST, OVERLEVEN, IMMUUNSYSTEEM

De Milt is het centrum van intuïtie, instinct, overleven en welzijn. Het kan ons vertellen hoe gevoelig ons immuunsysteem is, hoe we intuïtie ervaren en hoe we angsten verwerken.

In termen van het fysieke lichaam is het geassocieerd met het lymfestelsel systeem, milt en miltcellen. De Milt is ook het oudste van de drie bewustzijnscentra die verbonden zijn met lichaam, overleving en instinctief bewustzijn. Elk van de Poorten in de Milt kan worden teruggeleid naar menselijke angsten die bedoeld waren om ons in leven te houden.

	Gedefinieerd	Ongedefinieerd
Uniek potentieel	- Sterk immuunsysteem dat het lichaam in evenwicht houdt. - Kunnen vertrouwen op hun ingevingen en intuïtie in het nu en kunnen spontaan handelen als de Milt hun Autoriteit is. - Vaste manier om angst te verwerken, die leidt tot een diep gevoel van veiligheid.	- Accepteert de inconsistentie van lichamelijk welzijn, wetend dat het dat is wat het gevoelig maakt en zeer afgestemd op de behoeften van het lichaam. - Is niet bang voor de angst zelf, maar leert wijs te zijn wat betreft de aard ervan door er niet plotseling op te reageren of te proberen het op te lossen. - Kan terugkaatsen of iemand gezond of ziek is en wat er uit balans zou kunnen zijn.
Uitdaging	- Een gevoel van onkwetsbaarheid kan leiden tot overbelasting van het systeem en plotselinge onvoorziene gezondheidsproblemen. - Niet luisteren naar ingevingen wanneer de milt de belangrijkste Autoriteit is, of ingevingen volgen met gedefinieerde Zonnevlecht kan fysieke gezondheidsproblemen en gevaar veroorzaken.	- Het najagen van een goed gevoel en probeert zijn eigen inconsistentie op te lossen door middel van dieet, therapie, relaties of het helpen van anderen. - Gevangen raken in hoe het lichamelijk voelt, "zijn eigen probleem worden". - Proberen spontaan te zijn om zich beter te voelen en de angst te laten verdwijnen. Zijn eigen veiligheid opofferen omwille van het welzijn. - Afhankelijk en bezitterig worden in relaties.
Oplossing	- Steunen op Type en Autoriteit om te bepalen wanneer actie te ondernemen. - Als Milt Autoriteit, om te vertrouwen op intuïtie en instincten in het nu.	Leren loslaten wat niet langer goed voor hen is en zich niet hechten aan externe mensen of dingen om hen te helpen zich "goed te voelen".
Energetische functie	Vast en betrouwbaar instinct en intuïtief weten in het nu, ook bekend als intuïtie, buikgevoel of voorgevoel.	Geen vast en betrouwbaar instinct en intuïtief weten in het nu, en manier van angsten verwerken. Heeft de neiging onvoorspelbaarder te zijn.

WORTEL CENTRUM: LEVENSBRANDSTOF, ADRENALINE, STRESS, DRUK

Het Wortel Centrum is het Centrum van stress en adrenaline. Vanwege zijn krachtige adrenalinekarakter is het de enige motorische energie die verwerkt moet worden door een ander Centrum voordat het de Keel bereikt voor manifestatie.

In termen van het fysieke lichaam is het geassocieerd met de adrenaline klier. Het heeft twee functies - zowel een drukcentrum als een motorcentrum. Specifiek wordt het ervaren als de druk om te doen, met elke Poort in het Wortel Centrum als een specifieke druk om iets te doen. Als motor geeft het een uit/aan pulserende energie af die ons aanzet tot actie.

	Gedefinieerd	Ongedefinieerd
Uniek potentieel	- Vermogen om stress op bepaalde manieren los te laten en te verwerken. Comfortabel met zijn eigen behoeften. - Stress constructief gebruiken als brandstof voor creatieve processen en inspanningen in de wereld. - Het vermogen om te weten hoe het zijn druk bij anderen kan gebruiken zonder hen te overbelasten.	- Kan genieten van de roes en adrenaline van stress zonder erdoor overweldigd te worden. - Geeft niet toe aan de druk om dingen sneller te doen. Hoe meer het onder druk staat, hoe minder het reageert. - Het vermogen om zich terug te trekken in natuurlijke stilte. - Wijsheid om na te denken over hoe stress werkt en hoe het op de juiste manier te gebruiken, inclusief wanneer het gezond is versus wanneer het te vermijden.
Uitdaging	- Als de druk onderdrukt wordt, en dus niet losgelaten wordt in een poging anderen te behagen, kunnen gezondheids- en emotionele problemen het gevolg zijn. - Kunnen verwachten dat anderen in staat zijn om met dezelfde druk om te gaan - hen overbelasten en overweldigen.	- Proberen dingen zo snel mogelijk voor elkaar te krijgen om de druk eraf te halen. - Onder druk van anderen impulsieve beslissingen nemen. - De neiging hebben om hyper te worden of zich te laten meeslepen door de haast, dan bezwijken onder druk. - Zich niet in staat voelen tijd te nemen om te ontladen en tot rust te komen, zichzelf veroordelen omdat ik lui ben.
Oplossing	Om niets in het leven te beginnen, tenzij het geworteld is in een plaats van stilte of een gevoel van vreugde.	- Wachten tot hun Autoriteit hun beslissingen leidt. - Gewoontes loslaten die voortkomen uit hun conditionering, zoals zich haasten en proberen overdreven productief te zijn in een eindeloze cyclus.
Energetische functie	Vaste en consistente druk om productief te zijn (d.w.z. vaste toegang tot adrenaline en stress die actie in gang zet), en een vaste manier van omgaan met stress en druk om te leven in de wereld.	Geen vaste druk om productief te zijn en consistent vermogen om met stress en druk om te leven in de wereld om te gaan.

Type & Strategie

In de kern van Human Design ligt het concept van Types.

Dit concept fungeert als de voornaamste lens waardoor mensen worden onderscheiden, gebaseerd op hun aangeboren natuur. Binnen Human Design worden vijf verschillende Types geïdentificeerd.

Dit gaat niet over persoonlijkheidskenmerken, gewoontes of andere psychologische aspecten van een persoon.

Type heeft zijn wortels veel dieper, namelijk in de genetica en biochemie van een individu.

Vanuit een esoterisch perspectief is Type de manifestatie van de wil van het hogere zelf door middel van het fysieke lichaam.

Binnen het Human Design systeem wordt het lichaam vaak gezien als een vorm of voertuig.

Elk Type heeft zijn eigen universele rol en methodes om deze rol uit te voeren. Mensen van verschillende Types ervaren zichzelf, anderen en de wereld om hen heen op unieke wijzen.

Zoals Ra Uru Hu, de oprichter van het Human Design systeem, opmerkte: "De verschillen tussen de Types zijn aanzienlijk groter dan die tussen geslachten."

En dit klopt inderdaad. Van gedrag tot levensprioriteiten, de Types delen weinig overeenkomsten. Elk individu heeft niet alleen zijn eigen unieke geur, stem of uiterlijk, maar ook een specifiek Type.

Ook de aard van de uitgezonden energie, of aurische frequentie, varieert en is net zo uniek als iemands bloedgroep. We dragen allemaal bij aan het informatieveld van de Aarde met onze unieke bijdrages en alleen door onze frequenties af te stemmen op die van anderen kunnen we vruchtbare relaties ontwikkelen.

Het herkennen en waarderen van het unieke Type van elk individu is de eerste stap naar het vormen van een werkelijk harmonieuze samenleving.

Je kunt maar 1 Type zijn.

Je Type verandert niet tijdens je leven.

In totaal zijn er 5 Types:

**Generator
Manifesting Generator
Reflector
Manifestor
Projector**

Het Type wordt bepaald door de combinatie van gedefinieerde Energiecentra in een Chart.

- Of Energiecentra gedefinieerd zijn of niet hangt af van de Kanalen die gedefinieerd zijn in een Chart.
- Welke Kanalen er gedefinieerd zijn in een Chart wordt bepaald door welke Poorten er gedefinieerd zijn in een Chart.
- Welke Poorten er in een Chart gedefinieerd zijn wordt bepaald door waar alle hemellichamen (planeten, zon, etc.) zich bevonden op het moment van je geboorte EN op het moment 3 maanden voor je geboorte (88° van de Zon verwijderd).

Uiteindelijk geeft je Type jou algemene richtlijnen voor hoe je het beste energie kunt uitwisselen met het universum:

- Je unieke niveau's van fysieke en mentale energie beheren
- Op één lijn komen
- Vaststellen wanneer je niet op één lijn zit
- Hoe/Wanneer je het beste met anderen omgaat

Begrijpen van je Type binnen Human Design helpt je om een grondiger zelfinzicht te verkrijgen, inclusief je aspiraties, beweegredenen, passend gedragspatroon, en je sterke en minder sterke kanten.

Zonder deze inzichten kun je jezelf verliezen in de complexiteit van het leven, zonder echt te doorgronden waarom je de dingen doet zoals je ze doet.

Type definieert in Human Design het unieke temperament van je lichaam.

Het ontdekken van je Type is vergelijkbaar met het vinden van een gebruiksaanwijzing voor jezelf, waarmee je leert hoe je op de juiste manier met jezelf omgaat. Iemand die zijn eigen Design niet kent, leeft vergelijkbaar met een graafmachine die aan een race meedoet: hoewel dit in theorie mogelijk is, heeft dit in de praktijk weinig zin.

Op dezelfde wijze stelt men zich bloot aan situaties die niet bij hun aard passen, in de hoop op bepaalde resultaten.

Er zijn zaken die we niet kunnen bereiken, hoezeer we ook ons best doen.

Tegen de adviezen van motiverende sprekers in, zijn er bepaalde wensen die je niet kunt vervullen, enkel en alleen maar door ze te verlangen en er moeite voor te doen. Dat is tenminste wat deze sprekers je willen laten geloven. Eerlijk zijn tegen jezelf en een realistische evaluatie van je capaciteiten maken, dat is de eerste stap die kennis van je Type je biedt.

Bovendien helpt het je om beter met anderen om te gaan. Door je eigen uniciteit te erkennen, geef je anderen de vrijheid om zichzelf te zijn, zonder onrealistische eisen aan hen te stellen. Je ontdekt wat ware vrijheid inhoudt: niet vrezen voor je eigen identiteit en anderen de vrijheid gunnen om te handelen naar eigen inzicht.

We kunnen de Types onderverdelen in 2 groepen: energie Types en niet-energie Types

De **Energie Types** zijn de Manifestors, Generators, en Manifesting Generators.

Zij zijn de creatieve "basis" van het menselijk ras. Hun belangrijkste eigenschap is het vermogen om onafhankelijk energie op te wekken die gedurende het hele leven wordt gebruikt. Manifestors, Generators en Manifesting Generators zijn capabel en actief, maar zonder de correcte naleving van hun Strategie worden zij geconfronteerd met het Niet-Zelf. We zullen het later hebben over het Niet- Zelf.

De **Niet-Energie Types** zijn Reflectors en Projectors.

Zij hebben niet het vermogen om onafhankelijk energie op te wekken in de mate waarin de energie Types dat doen. Maar daarnaast hebben zij andere manieren om zich in de wereld te uiten, gebaseerd op een speciale interactie met andere mensen. Net als samenlevende partners zijn Reflectors en Projectors afhankelijk van de juiste omgeving en het juiste milieu waarin zij zich volledig kunnen overgeven aan hun Strategie. Als deze twee Types de eigenaardigheden van hun natuur negeren en gescheiden van anderen leven, dan zullen zij niet in staat zijn het voor hen bestemde programma uit te voeren. Natuurlijk zullen de gevolgen in de vorm van bitterheid of teleurstelling in hun leven niet lang op zich laten wachten.

Opmerking

Als je Type (of een ander deel van je Human Design) niet echt met jou resoneert, is dat ofwel omdat je de verkeerde geboortetijd/informatie hebt voor je Chart ofwel omdat je conditionering (overtuigingen, verhalen, enz.) van anderen hebt opgepikt die je moet loslaten/helen om je Design te kunnen omarmen.

GENERATOR & STRATEGIE

Kenmerken van het Generator Aura

Percentage van de bevolking:

36% van de bevolking (GeneticMatrix.Com)

Rol in de mensheid:

- "De grote bouwers"
- Hier om te bouwen en te creëren waar ze van houden.

Open en omhullende aura:

- Magnetische, warme en levendige energie
- Hier om energie met anderen te delen

Persoonlijkheidskenmerken:

- Duurzame energie en uithoudingsvermogen
- Mogelijkheid om lange uren te werken
- Ontworpen om "het werk te doen" en in actie te komen
- Juist werk zorgt voor diepste tevredenheid
- Toegang tot overvloedige sacrale energie wanneer ze doen waartoe ze zich geroepen voelen

Gave:

- Beheersing van vaardigheden in de loop van de tijd

Mechanische eigenschappen:

- Sacraal centrum gedefinieerd
- Geen motor naar keel

Uitdagingen

Conditionering die ze moeten initiëren om dingen te laten gebeuren

- De neiging om "vast te lopen" wanneer ze forceren en initiëren, wat kan leiden tot frustratie of te snel opgeven.

Angst dat er niets voor hen zal gebeuren als ze niets "doen", waardoor ze hun energie inefficiënt gebruiken.

- Ze hebben het vaak druk, maar zijn onproductief en onervuld (en gefrustreerd).

Gehechtheid aan visies over hoe zij denken dat het leven eruit "zou" moeten zien, die voortkomen uit verlangens en fantasieën uit open centra.

- Visies of ideeën initiëren die voortkomen uit angst, vergelijking of die van iemand anders komen, kan resulteren in meer weerstand en frustratie.

Om deze uitdagingen te overwinnen, is het belangrijk dat Generators vertrouwen op hun Strategie en Autoriteit om hen te leiden bij het bepalen waar ze zich mee bezig moeten houden en wanneer.

Gezondheid en slaapadvies

Het is belangrijk voor Generators om hun Sacrale energie op te gebruiken voordat ze gaan slapen.

- Als ze "uitgeput" naar bed gaan, voelen ze zich 's ochtends fris.

Thema's

Niet-Zelf Thema (uit balans) = Frustratie

- Als een Generator dit chronische thema van Frustratie begint te ervaren, is dat een teken van zijn intuïtie/het Universum dat er iets is dat niet in lijn is en waarnaar gekeken of wat veranderd moet worden.