

Types:

Er zijn 5 types die in onze rollen ook vandaag de dag zichtbaar en onzichtbaar vertegenwoordigd zijn. Kijk maar eens om je heen. Bijvoorbeeld als je met een groep vrienden in het park zit of op een festival staat. Wie is degene die de groep aanspoort om naar de volgende plek te gaan? **De Manifestor**. Of in een projectgroep: wie is degene die het meeste werk uitvoert? **De Generator**. Wie doet van alles tegelijk en houdt alle ballen tegelijk in de lucht? **De Manifesting Generator**. Wie neemt het initiatief? **De Manifestor** En wie is de project manager of coach, die zorgt dat alles in goede banen wordt geleid? **De Projector**.

Manifestors (+/- 9%)

Om de hele groep in beweging te krijgen, is er iemand die moet opstaan. Iemand die moet zeggen: "Kom jongens, laten we verder gaan!" Diezelfde persoon loopt voorop, in de zoektocht naar een nieuw stuk land. Deze persoon is een Manifestor, een leider, een initiator. En met slechts 9% van de bevolking, uniek in zijn soort. Een Manifestor mag dan een leider zijn, hiermee is hij of zij niets meer (en niets minder) dan de rest van de groep. Deze persoon is simpelweg gemaakt om de weg te wijzen en voldoening te halen uit het maken van impact. Manifestors zijn creatief, flexibel en vooral zelfstandig. Ze hebben niemand nodig om iets op te starten. En zijn op hun best als ze gewoon lekker hun eigen gang kunnen gaan.

Generators (+/- 37%)

Zodra er een stuk land is gekozen, moet het hele dorp weer worden opgebouwd. Er moeten huizen komen, waterbronnen, plekken om vuur te maken, etc. Dit is het moment waarop de Generators floreren. De Generators zijn de energietypes. Zij zijn de bouwers, met een tomeloze energie, waarop ze eindeloos door kunnen gaan. Generators zijn diesels: ze komen soms wat langzamer op gang, maar als ze eenmaal op gang zijn, zijn ze niet te stoppen. Mits ze voldoende worden uitgedaagd en iets doen wat ze leuk vinden uiteraard. Generators zijn sociaal, ze houden van samenwerken en halen voldoening uit zichtbaar resultaat (letterlijk uit datgene wat ze hebben gebouwd). Er is niets aantrekkelijker dan een Generator die met passie aan iets werkt.

Manifesting Generators (+/- 33%)

Dan zijn er de Manifesting Generators. Letterlijk een combinatie tussen Generators en Manifestors; ook wel *the best of both worlds* genoemd. Zij hebben de energie van een Generator en de manier van werken van een Manifestor. Zij zijn niet perse gemaakt om voor de groep uit te lopen, maar kunnen wel (zoals een Manifestor) heel snel schakelen. Waar Generators -als zogenaamde Diesels- de tijd nemen om dingen goed af te ronden, heeft de Manifesting Generator eerder een benzinemotor. Zij kunnen razendsnel van A naar Z gaan, om vervolgens vrolijk verder te gaan met B. En waar een Generator liever eerst een huis van top tot teen af maakt, bouwt een Manifesting Generator aan meerdere huizen tegelijk. Dit betekent niet dat ze geen afmakers zijn; het huis zal er staan aan het einde van de dag. Maar ze hebben simpelweg te veel talenten en interesses (en stiekem misschien ook niet het geduld) om zich helemaal toe te wijden aan één taak. En zeg nou zelf: soms werkt het toch ook gewoon sneller om eerst van alle huizen de fundering neer te zetten en daarna pas verder te gaan bouwen?

Projectors (+/- 20%)

Naast harde werkers, zijn er ook mensen nodig om te zorgen dat het werk gedaan kan worden. Dat de juiste bouwmaterialen er zijn en dat iedereen op de juiste plek staat, om als groep het beste resultaat te behalen. Dit zijn de Projectors. Zij zijn de (project) managers, coaches en leraren, die hier zijn om het proces te begeleiden. Vaak zien ze al op het eerste oog waar iets stagneert of vast loopt. Ze hebben zelf niet de energie om een heel huis te bouwen, maar weten wel als geen ander hoe je dat kunt doen. Waar de energietypes (Manifestor, Generator & Manifesting Generators) meer doeners zijn, zijn projectors meer denkers. Tevens zijn zij erg gericht op de ander; zij herkennen talent en wat er bij een ander leeft. Zo kunnen ze iedere plek een stukje mooier, beter (en vooral: efficiënter) maken.

Reflectors (+/- 1%)

En terwijl iedereen zo druk bezig is, zit er iemand rustig op een steen dit hele tafereel te aanschouwen. Maak kennis met de wijze grootvader. Als alles goed verloopt, heeft hij een tevreden glimlach op zijn gezicht. Als de dingen minder goed gaan, is dat al lang voordat de anderen dit door hebben aan zijn gezicht af te lezen. Hij bemoeit zich niet met dagelijkse gang van zaken. Maar wanneer iedereen vast loopt en niemand het meer weet, weet iedereen dat ze bij hem terecht kunnen voor advies. Dit is de Reflector, met 1% het meest zeldzame Human Design type. Je mag je dus vereerd voelen als je een reflector bent of er eentje in je omgeving hebt.

Strategie:

MANIFESTOR: INFORMEREN

Omdat de energie van een Manifestor zo krachtig is, kunnen ze intimiderend over komen. Ze weten wat ze willen en bewandelen helemaal hun eigen pad. Door de ander mee te nemen in de keuzes die je maakt, begrijpen zij jou beter en zullen ze zich minder geïntimideerd voelen. Het feit dat je anderen informeert, betekent niet dat je jouw plannen hoeft te wijzigen. Anders zou de strategie van de Manifestor wel 'advies vragen' heten.

Uit angst dat anderen de Manifestor proberen te vertellen hoe zij het kan doen, informeert ze daarom maar liever niet. Dan kan je in ieder geval niet gecontroleerd en gemanipuleerd worden. Dat heeft een Manifestor in vroegere ervaringen namelijk vaak meegemaakt. Dus onthoud: jij hebt nog steeds de touwtjes in handen, alleen laat je anderen gewoon even weten wat ze van je kunnen verwachten.

Dat is een vorm van het uiten van jouw liefde: je vindt de ander belangrijk genoeg om te vertellen wat je gaat doen. Omgekeerd werkt dit trouwens ook voor een Manifestor. Als zij geïnformeerd wordt door de ander, zal ze zich gerespecteerd en geliefd voelen. Dat geïnformeerd worden, betekent niet dat andere types jou gaan vertellen wat je zou moeten doen. Het betekent dat zij aan jou laten weten wat zij zelf gaan doen, waardoor jij ook de duidelijkheid (en liefde) van de ander hebt.

GENERATOR: REAGEREN EN ZICHZELF KENNEN

Een Generator heeft geen startende energie, omdat er geen verbinding tussen een motorcentrum en het keelcentrum is. Daarom is het belangrijk dat een Generator wacht op mogelijkheden om te reageren. Als Generator kun je een druk voelen om dingen te starten en het gewoon te gaan doen, maar dit past niet bij je. Het leven voelt dan frustrerend: je stopt zoveel energie in het starten van iets (omdat jou verteld wordt dat je dan pas succesvol bent), maar het werkt gewoon niet voor je.

Als Generator kun je beter omarmen dat je een aantrekkelijke aura hebt én een geweldig instrument bezit om de juiste keuzes te maken in jouw leven. Namelijk jouw onderbuik, het sacrale centrum. Jij bent in staat om dingen aan te trekken en kunt hierop gaan reageren vanuit jouw sacrale centrum. Er is niet altijd direct iets om op te reageren; het kan tijd kosten en dat vraagt om geduld. En laat dat nou net iets zijn wat Generators erg moeilijk vinden. Het voelt onnatuurlijk om te wachten, maar juist door die rust te nemen en even te wachten zal ertoe leiden dat er ruimte komt voor jou om op te reageren.

Daarnaast is het belangrijk dat een Generator zichzelf leert kennen. Zodra jij jouw sacrale reactie leert te herkennen en hierop reageert, zal het leven je toe lachen en kun je er veel voldoening uit halen.

Maar hoe voelt dat nou, een reactie vanuit jouw sacrale centrum? In een post hieronder vertel ik wat je kunt doen om in kleine stappen erachter te komen hoe jouw lichaam voelt bij een JA of een NEE. Het is vooral veel uitproberen, experimenteren en voelen.

MANIFESTING GENERATORS: VISUALISEREN EN INFORMEREN

De strategie van Manifesting Generators is tweeledig. Omdat Mani-Gens iets hebben van zowel Generators als Manifestors, wordt daar een combinatie van gemaakt. Een Mani-Gen is in de eerste plaats een Generator, door het gedefinieerde sacrale centrum (de levensenergie). Daar zal een Mani-Gen zich dus bewust van moeten zijn en als basis moeten nemen om op te reageren.

Allereerst is het voor een Mani-Gen belangrijk om eerst haar ideeën en de (gewenste) uitkomst te visualiseren. Daarna zul je ook, net als Generators, geduldig moeten wachten voordat je actie onderneemt. Daar komt dus de energie van de Generators naar boven. Lees daarom als Manifesting Generator ook het stuk hierboven over het volgen van jouw onderbuikgevoel in het sacrale centrum.

Jouw sacrale centrum blijft heel belangrijk voor jou om naar te luisteren en mee te experimenteren. In de praktijk zie je dat veel Mani-Gens een idee hebben, dit gaan uitproberen en daarna voelen of dit bij haar past of niet. Een Mani-Gen kan makkelijker 'terugschakelen' dan een pure Generator en beslissen om toch niet door te gaan met een idee.

Zodra je eenmaal dé reactie (JA!) hebt, kun je gaan en dat doen wat je voor ogen hebt. Het is dan wel belangrijk om de mensen om jou heen te informeren van jouw acties, zodat er meer begrip is voor wat je doet of gaat doen. Over informeren lees je meer bij de strategie van Manifestors.

PROJECTORS: WACHTEN OP EEN UITNODIGING

Een Projector is een geweldige bron van wijsheid, maar het is voor jou heel belangrijk om te wachten op een uitnodiging. Doe je dit niet, dan zul je ongevraagd mensen van advies of antwoorden voorzien terwijl ze daar helemaal niet op zitten te wachten. Je kunt je als Projector soms een beetje onzichtbaar voelen. Het komt zelfs voor dat een Projector iets zegt in een vergadering wat even later herhaald wordt en dan ineens wel gehoord wordt. Als je dit vaak mee maakt en niet begrijpt waarom het gebeurt, kan dat leiden tot bitterheid.

Echter, als je als Projector leert om te wachten, komen de juiste mensen op jouw pad. Je wordt gezien in jouw ware kracht als je uitgenodigd wordt. Het gaat dan met name om 'grote' uitnodigingen door mensen (geen dingen), bijvoorbeeld in de liefde, in jouw carrière of bij leefomstandigheden.

Projectors voelen door hun veelvuldige openheid in hun centra heel goed aan wat juist is. Maar omdat dat niet altijd is wat men wil horen, kunnen ze ook overkomen als een know-it-all of controlerend. Zelfs als hier de beste intenties achter schuilen.

Wacht je als Projector op de juiste uitnodiging, dan kun je een (Manifesting) Generator een geweldige richting aan zijn of haar leven geven. Het wachten lijkt een beetje passief, maar zal een magnetische werking hebben waardoor er steeds meer zal aandienen bij jou. En wachten betekent trouwens ook niet niks doen: ondertussen kun je wel onderzoeken, leren, jouw expertise opbouwen. Zodra de ander eraan toe is om jou uit te nodigen, ben je klaar om hem of haar te laten zien wat je waard bent. En onthoud: je wordt altijd door de juiste mensen benaderd, want zij zien jou. Hoe mooi is dat.

REFLECTOR: WACHT EEN MAANCYCLUS

De Reflector gaat heel goed op de cyclus van de maan, omdat het haar vastigheid in het leven biedt. Die kan door alle openheid namelijk ontbreken bij jou als Reflector. De maand gaat iedere 28 dagen langs de 64 gates. Als de Reflector weet welke energie er speelt door haar geactiveerde gates in haar Human Design te leren kennen, zal ze weten met welke energie ze te maken krijgt. Daarom is het voor jou als Reflector extra belangrijk om te weten hoe jouw Design in elkaar zit. Een reading door een professional kan een goede ondersteuning zijn.

Als een Reflector niet lang genoeg wacht, kan dit leiden tot teleurstelling. En je kunt je voorstellen dat de kans groot is dat dat gebeurt, omdat er in deze snelle maatschappij geen tijd lijkt voor het afwachten van 28 hele dagen. Zo kun je ook wel eens vast komen te zitten in een situatie waarbij je te snel een beslissing genomen hebt. Zodra de Reflector een beslissing heeft genomen, kan ze overigens direct overgaan tot actie en als iets toch niet goed voelt, dan kan ze er ook weer uitstappen. Hiervoor hoeft je niet eerst weer 28 dagen te wachten.

Daarnaast is het ook heel erg belangrijk voor een Reflector om met anderen te praten. Dat zie je Reflectors vaak dan ook veelvuldig doen! Enerzijds is dit goed omdat je de rest verblijdt met jouw pure en diepe wijsheid en anderzijds omdat je dan ook meer duidelijkheid over jezelf gereflecteerd krijgt in de ander. Het is daarbij cruciaal om een gekozen kring om je heen te hebben met mensen die jou goed laten voelen, naar je luisteren en je steunen in het maken van beslissingen. Je bent op jouw best als jij je goed voelt. Het liefst hebben wij overigens allemaal een (blijje) Reflector om ons heen, zodat wij ook kunnen checken hoe het met onszelf gaat.

Innerlijke autoriteit: Een autoriteit is iemand die iets te zeggen heeft, een expert of een deskundige. In Human Design staat dit voor jouw persoonlijke expert, jouw interne raadgever. Oftewel: het stemmetje waar jij het beste naar kunt luisteren bij het maken van beslissingen.

Emotional authority +/- 47%

Heb jij een *Emotional authority*, dan maak jij beslissingen op basis van je emoties, op basis van hoe jij je over een bepaalde keuze voelt. Krijg je ergens een goed gevoel bij? Of geeft iets je juist een slecht gevoel?

Sacrale authority +/- 35%

Beslissingen maken doe je met een *Sacral authority* op basis van je onderbuikgevoel, je *gut feeling*. Je onderbuikgevoel reageert alleen met een ja of een nee.

Spleen authority +/- 11%

Heb jij een *Spleen authority*, dan kun jij beslissingen maken op basis van je intuïtie, je instinct, dat echt gaat over overleven. Het is een heel klein stemmetje dat influistert wat je moet doen, wanneer je dat moet doen en hoe je dat moet doen.

Self-Projected (of G) authority +/- 2%

Heb jij een *G authority*, dan heb je een duidelijke richting in het leven. Wie of wat je bent (je identiteit) en vooral waar je naartoe wilt is bepalend voor de keuzes die jij maakt in het leven. Sluit een keuze niet aan bij waar jij jezelf over een aantal jaar ziet staan? Of bij jouw normen en waarden? Dan is het niet voor jou. Luister hierbij naar je hart, die weet je liefdevol altijd de juiste weg te wijzen.

Ego (of Heart) authority +/- 2%

Jij mag letterlijk je hart laten spreken wanneer je een *Ego authority* hebt. Waar gaat jouw hart sneller van kloppen? Waar stroom jouw hart van over? Wat maakt jou écht gelukkig? En dit hoeft niet sociaal wenselijk te zijn. Het mag alles zijn. Met deze autoriteit maak je keuzes die passen bij jouw motivatie, jouw drive, jouw wilskracht. Een hele andere manier van luisteren naar je hart dus.

Mental authority

Een *Mental authority* hebben klinkt als keuzes maken met je hoofd. Niets is minder waar; in Human Design maak je geen keuzes met je hoofd. Maar het bijzondere aan deze autoriteit is wel dat je geen innerlijke raadgever hebt zoals bij de andere autoriteiten. Keuzes maken doe je door te praten met anderen, verschillende perspectieven te bespreken. Tot je het ineens 'weet'.

None

Wanneer geen enkel centrum is gedefinieerd, ben je een Reflector. Er is dus geen enkel centrum dat je helpt bij het maken van beslissingen. Het advies is om te wachten met het nemen van beslissingen: een maancyclus, oftewel een maand. Net zolang tot het juiste antwoord boven komt drijven.

Niet jezelf thema:

Een veel gehoorde term in Human Design is je not-self theme. De emotie die je voelt wanneer je niet jezelf bent. En deze emotie hangt af -of eigenlijk samen- met je type. Maar laten we eerst even kort kletsen over emoties. Want wat zijn emoties nou eigenlijk? En ervaart niet iedereen dezelfde emoties?

Emoties zijn hele sterke gevoelens. Gevoelens als geluk, paniek, enthousiasme, ellende, woede, verbazing, plezier. Er is een heel spectrum aan emoties dat je kunt ervaren, een stuk of 30, maar je zult zien dat al deze emoties zijn terug te voeren naar een aantal basis emoties.

- Blijdschap en verdriet
- Vertrouwen en walging
- Angst en boosheid
- Verrassing en verwachting

Denk je: ik herken mezelf niet in alle basis emoties? Dat was ook onze eerste gedachte! Maar de wetenschap/psychologie zegt het, dus interessant om voor jezelf te onderzoeken of je al deze emoties écht niet herkent (en waarom niet).

Trouble makers

Er is vrij veel bijzonders aan de hand met emoties. Want over het algemeen, vinden we emoties maar lastig. Ze komen onverwacht naar boven, ze brengen ons uit balans, ze kunnen ons overspoelen, we zijn geneigd elke emotie te willen verklaren, we mogen geen negatieve emoties ervaren -moeten altijd gelukkig zijn, we tonen te weinig emoties of we moeten juist niet 'zo emotioneel zijn'.

Daarom zijn we geneigd om:

- Emoties te onderdrukken
- Lows minder te accepteren dan highs
- We hebben (of nemen) simpelweg de tijd niet om ze echt te doorvoelen
- En we willen elke emotie verklaren

Waarom is dit zo slecht? Omdat emoties er niet voor niets zijn, ze hebben een functie. Emoties zijn namelijk (richting)-aanwijzers, guidelines; ze geven aan waar je tegen je grenzen aan loopt, welke plekken, situaties en personen wel of niet goed voor je zijn en voor sommige mensen (met een *Emotional authority*) is het zelfs de belangrijkste keuzetool. De tool die ons vertelt of we wel of niet in *alignment* met ons ware zelf leven. En in *alignment* zijn, dat is wat je wilt.

Wat dat in *alignment* zijn precies is, daarin ligt wetenschap en spiritualiteit nog niet altijd helemaal op een lijn. Maar waar beiden het wel over eens zijn, is het dát wat ons brein associeert met alle positieve gevoelens (gelukt, blijdschap, tevredenheid).

Dit is dus je not-self theme, of letterlijk: dat wat je voelt als je niet jezelf bent. Of als je van je pad dreigt af te raken. Dus als je dingen doet die je diep van binnen eigenlijk niet wilt.

Nu herken je misschien al deze emoties wel van jezelf. Dus ja, iedereen voelt verschillende emoties. Maar waarom heeft dan toch elk type een ander (specifiek) not-self thema?

Dat komt omdat elk design anders is. En dus dat niet alles altijd en consistent aanwezig is. Dat zit zo: Human Design is eigenlijk te zien als een overzicht. Alles wat we als mens kunnen ervaren zit erin. Dus ook elke emotie. En iedereen kan dus ook alles ervaren.

Ons design vertelt ons vooral wat er van nature (constant) aanwezig is in jouw beleving. Want ja, emoties zijn altijd jouw beleving, jouw reactie op de situatie. En zo zijn jouw emoties niet alleen van jou, maar ze zijn er ook VOOR jou. Ze zijn er om je te helpen. En als je hulp inschakelt, dan is het wel zo fijn als die hulp constant is. Dat het betrouwbaar is. Want als het er de ene keer wel is en de andere keer niet, dan kun je er simpelweg niet op vertrouwen. Door te weten wat jouw not-self theme (emotie) is, leer je dit te herkennen en kun je dit bewust inzetten.

Daarom is het zo belangrijk om je 'strategie' en dus je not-self theme te volgen. Het is namelijk dé aanwijzer die ons vertelt dat we niet ons design leven. De not-self theme betekent simpelweg '*It's not me*'. En dat is niet iets waar je je rot over hoeft te voelen, of schuldig (er zijn zoveel overtuigingen die emoties een slecht imago hebben gegeven – probeer dit los te laten en er zoveel mogelijk met een open blik naar te kijken). Want het is 'gewoon' een teken dat je even niet op het juiste pad zit en dat je mag bijsturen.

Signature

En wat áls het je lukt om bij te sturen? Wat gebeurt er dan met die emotie? Die wordt getransformeerd naar een andere emotie, je signature. Het tegenovergestelde van je not-self theme. Het gevoel dat jij krijgt als je je design **WEL** leeft. Dat is niet zomaar blijheid voor iedereen. Ook dat is weer een hele specifieke emotie per type.

Self thema:

Manifestor: rust
Generator: tevredenheid
Manifesting Generator: rust en tevredenheid
Projector: succes
Reflector: verrassing

Not Self thema:

Manifestor: boosheid,
Generator: frustratie
Manifesting Generator: boosheid en frustratie
Projector: verbittering
Reflector: teleurstelling

Definitie:

Wat jou definieert als persoon is terug te zien middels de gedefinieerde centers, kanalen en poorten: de gekleurde ofwel 'gesloten' onderdelen van je chart. Je definitie laat zien hoe energie in jouw lichaam stroomt; hoe energie beweegt van het ene gedefinieerde centers naar het andere. Het bepaalt de manier waarop we werken, hoe we omgaan met anderen en wat we zoeken in anderen.

Deze definitie kan *single*, *split*, *triple split of quadruple split* zijn. Ook kun je géén definitie hebben. Zijn ál jouw gedefinieerde centers met elkaar verbonden? Kan alles doorstromen? Of zie jij losse 'groepjes' centers in je chart? Dit bepaalt wat voor soort (of eigenlijk: hoeveel) definities jij hebt.

In je chart vind je gedefinieerde poorten (de paarse cijfers van 1 t/m 64) en wanneer er twee gedefinieerde poorten tegen over elkaar staan vormt er een kanaal (een rode, zwarte of rood-zwarte lijn). Een kanaal zorgt ervoor dat er energie kan stromen tussen twee centers. Bijvoorbeeld tussen het Hoofd en Ajna center, of tussen je Sacraal en Wortel center.

Als je een gedefinieerd kanaal hebt, dan worden automatisch de centers die dit kanaal aan elkaar verbindt gedefinieerd. De plekken in je design die gedefinieerd zijn, vormen je 'definitie'. Oftewel: dat wat jou definieert. Ze laten zien waar van nature energie aanwezig is en bepalen daarmee jouw unieke design.

Eén of meerdere definities

Bij *definition* kijken we specifiek naar deze definities van je chart. Of eigenlijk naar de vraag: is er sprake van één definitie of is er sprake van meerdere definities? Loopt er één stroom energie tussen al je centers, of zijn er meerdere losse 'groepjes' / centers -en dus verschillende 'losse' energiestromen?

Hoe belangrijk is het, of er één of meerdere energiestromen zijn? Allereerst goed om te beseffen: elk center staat voor een bepaald thema. Bijv. intuïtie, of emoties, of je identiteit. En

dit center is gedefinieerd of niet-gedefinieerd (wit/open). Als een centrum gedefinieerd is, dan is de energie in dit center constant, altijd aanwezig. Dit is dus waar jij 'jezelf' bent. Waar je op kunt vertrouwen. De eigenschappen van dit center zijn heel kenmerkend voor jou.

Sommige mensen kunnen zelf al deze eigenschappen, uit al die verschillende centers, aan elkaar koppelen -wanneer er één energiestroom is tussen alle gedefinieerde centers. Je verbindt dan alle gedefinieerde centers met elkaar. Je kunt je voorstellen dat dit voor een hele gemakkelijke samenwerking zorgt.

Wanneer níét al je centers middels één energiestroom met elkaar verbonden zijn, is die samenwerking een stuk lastiger. Het ene groepjes gedefinieerde centers werkt dan met elkaar samen, en het andere groepje centers. Maar de twee groepjes... die komen maar moeilijk met elkaar in verbinding.

Samenwerken en verbinden

En dus gaat *definition* enerzijds om hoe makkelijk jou de dingen afgaan; hoe snel jij verbinding kunt maken tussen de verschillende gedefinieerde centers en dus tussen je eigenschappen. Hoe snel je informatie/prikkels kunt verwerken. Maar *definitions* gaat ook over verbinden met anderen. Onbewust zoeken wij namelijk naar verbinding tussen alle gesloten centers. *"I want it. I don't have it."* Het is datgene want ons mens maakt, de aard van het beestje. Daarmee voelen we ons namelijk 'heel'. En als je die verbinding dus niet zelf kunt maken, dan zoek je mensen die sámen met jou die verbinding (af) maken.

Jij hebt je vást wel eens afgevraagd waarom het met sommige mensen gelijk klikt, en met anderen niet? Met Human Design zie je de mechanica achter die klik. Waarom en hoe we verbinding maken kan heel complex voelen. Maar je bodygraph laat dus gelijk zien hoe dit voor jou werkt. En in welke mate jij iemand zoekt die jouw kanalen afmaakt, waarmee je gesloten centers ineens wél verbinden met elkaar.

Single definition (42%)

Bij mensen met een single definition is er sprake van één energiestroom; één energiestroom die alle gedefinieerde centers met elkaar verbindt. Dit betekent jij razendsnel informatie kunt verwerken; informatie komt het ene center binnen en wordt gelijk doorgegeven aan alle andere centers. Daarnaast voelt jij je 'heel' van jezelf en je hebt anderen niet nodig om je heel te voelen. Je voelt je van nature onafhankelijker. Je hebt niet iemand nodig die je helpt om alle gedefinieerde centers met elkaar te verbinden.

Split definition (46%)

Bij mensen met een split definition is er sprake van twee afzonderlijke energiestromen. Het voelt als het ware alsof jij uit twee delen bestaat; het ene groepje centers en het andere groepje centers. Wat je soms ziet is dat iemand -onbewust- vooral bezig is met het ene groepje en het andere groepje vergeet; zo kun je uit balans raken of soms even niet meer weten welk groepje je nou eigenlijk bent. Neem bijvoorbeeld mensen met een gedefinieerd hoofd center en een ander groepje gedefinieerde center: er ontstaat als het ware een 'kamp' hoofd en een 'kamp' lichaam, die maar moeilijk bij elkaar te brengen zijn. Helemaal als je werk doet waarbij je veel in je hoofd zit, kan het moeilijk zijn om de connectie met je lichaam te bewaken.

In je eentje kun je dus deze twee delen maar moeilijk bij elkaar brengen en je zult merken dat het het soms wat langer duurt om informatie te verwerken. Dit gaat vaak makkelijker in contact of in gesprek met anderen. En zodra je iemand hebt gevonden die deze 'energetische brug' kan slaan, zul jij het gevoel van 'heelheid' ervaren, wat je in je eentje

vaak mist. Je hebt in theorie maar één persoon nodig om dit te 'helen', één iemand die er voor kan zorgen dat je gesloten centers toch worden verbonden. En waarbij je het gevoel krijgt van 'you complete me'.

Triple split definition (10%)

Heb jij een triple split definition, dan is er sprake van drie afzonderlijke energiestromen. En dit werkt weer heel anders dan de split definition. Jij bent niet op zoek naar de ene persoon die je 'heel' maakt, want dat is een vrijwel onmogelijke missie. Meestal heb je verschillende mensen om je heen nodig om de gedefinieerde centers met elkaar te kunnen verbinden. Eén persoon geeft jou niet altijd het gevoel dat je 'heel' bent, je vindt niet altijd vervulling bij één persoon. En dit is voor sommige heel verwarrend, die opgroeien met het idee dat je je 'heel' moet voelen met/bij die ene persoon. Jij vindt heelheid door te *connecten* met ook andere mensen: collega's en vrienden bijvoorbeeld. Maar ook openbare ruimtes opzoeken zoals café's gaan je helpen. Want onbewust pik je de energieën van anderen op waarmee jij misschien wel je gesloten centers met elkaar kunt verbinden.

En: waardoor gelijk alles een stuk sneller gaat! Je zult soms het gevoel hebben dat het kwartje maar langzaam valt, of dat je dingen maar langzaam kunt integreren. En dat gevoel kan helemaal kloppen. Tot je je omringt met mensen, groepen, communities en je zult zien dat alles dan ineens meer gaat stromen.

Quadruple split definition (0,5%)

Tot slot komt het soms voor dat je vier afzonderlijke energiestromen terugvindt in je chart. Dit kan eigenlijk alleen wanneer bijna al je centers gesloten zijn, minstens 8. Bij deze definitie heb jij veel tijd en ruimte nodig om informatie te verwerken. Je kan echt ervaren dat dingen niet zo soepel gaan; als energie niet kan doorstromen dan kun jij niet zo snel schakelen, tussen bijvoorbeeld je emoties en je Hoofd, of je G center en je Milt center. Terwijl je met andere mensen om je heen ineens wél die verbinding kunt maken. Grote kans dat je veel verschillende mensen om je heen nodig hebt, om die energetische bruggen te kunnen slaan. En dit kan in vele vormen; vriendschappen, dorpspleinen, collega's en ook in relaties. Mensen met een quadruple split definitions zijn vaak heel geschikt voor polyamoreuze relaties.

Non definition (1,5%)

Is er geen enkel center gedefinieerde in je chart, dan heb jij geen definities in je chart én dan ben je dus een reflector. Als reflector reflecteer je de ander; in jezelf hoeft niets 'heel' gemaakt te worden. Je hebt niet de *urge*, dat brandende verlangen, dat compleet moet worden gemaakt. Grote kans dat je wel graag een relatie wilt, maar van nature heb jij waarschijnlijk het geduld om te wachten op de juiste persoon omdat jij het niet nodig hebt.

Het fijne aan definities is dat het verklaart waarom je bent zoals je bent, het helpt je jezelf en anderen beter begrijpen. Ongeveer de helft van de mensheid is gemaakt om op zoek te gaan naar anderen om zich 'heel' te voelen en waar dit in de maatschappij soms wordt bestempeld als slecht (want: je bent daar toch te zelfstandig voor, je hebt toch niemand nodig?), is dit energetisch gezien juist hartstikke logisch.

En weet jij niet zo goed hoe en wie je moet aantrekken? Volg te allen tijde je Strategie en Autoriteit en de juiste mensen en situaties zullen vanzelf op je pad komen!

Profiel:

Het eerste nummer beschrijft je bewuste persoonlijkheid, dus waarschijnlijk herken je je hier ook gelijk in. Het tweede nummer beschrijft je meer ónbewuste persoonlijkheid. In deze blog beschrijven we de zes verschillende rollen, maar vergeet niet: de twee rollen die je hebt werken met elkaar samen, beïnvloeden elkaar, zitten elkaar soms in de weg (en zo komen we eigenlijk uit op 12 profielen). Je bent van beide een beetje.

Profiel 1= Onderzoeker (Investigator)

It's all in the name. Een onderzoeker wil graag alles tot de bodem uitzoeken. Met een 1 in je profiel ben je op zoek naar fundament, naar zekerheid. Want de 1 is een ietwat onzeker profiel van zichzelf. Je wilt graag alles tot in de details begrijpen, je bereid dingen tot in de puntjes voor, wilt op elke vraag voorbereid zijn. Jouw mantra: "Better safe than sorry". Het liefst zoek je informatie in je eentje (vandaar de meer introverte kant), observeer je de wereld. En zodra je zeker weet dat je alles (voldoende) weet, deel jij je kennis met de wereld. Dus weet: die basis die je legt, daar profiteren ook de mensen om je heen van. Grote kans namelijk dat die een ander type hebben en zich nou eenmaal minder graag met al die details bezig houden dan dat jij dat doet. Oftewel; met een 1 in je profiel is dit jouw kracht!

Profiel 2 = Kluzenaar (Hermit)

Een kluzenaar zijn betekent dat je graag alleen bent, of in ieder geval dat je je regelmatig terugtrekt in je (zo zeggen wij vaak gekscherend) 'grot'. Want ja, een kluzenaar leeft graag op zichzelf, wil zijn/haar eigen ding doen, heeft niemand nodig en wil het liefst alleen gelaten worden. Maar... een kluzenaar in Human Design is veel meer dan dat. Als kluzenaar heb jij een heel bijzonder natuurlijk talent. Terwijl jij lekker in je eentje aan het 'rommelen' bent, ziet de rest van de wereld dat jij super goed bent in dat 'rommelen'. Zonder dat je daar voor hebt geleerd of gestudeerd, zonder uit te kunnen leggen waarom je goed bent in dat ene. En dat is heel speciaal (al heb je dit zelf -omdat het zo natuurlijk gaat- vaak helemaal niet door)! Een 2 in jouw profiel en geen idee wat het is waar je dan zo goed in bent? Vraag het aan je vrienden! Anderen kunnen het waarschijnlijk gelijk benoemen. Dus terwijl jij je afsluit en lekker in je eentje werkt thuis, in je 'grot', is de wereld vol bewondering hoe je het toch allemaal doet.

Profiel 3 = Martelaar (Martyr)

Niet schrikken van de naam hoor, die klinkt vrij heftig. Maar jij met een 3 in je profiel 'martelt' jezelf door steeds opnieuw fouten te maken. Bij jou draait het leven namelijk om *trail and error*. Het gaat er om dat jij door eigen ervaringen (die jij als introvert in je eentje op doet) leert en ontdekt wat je wilt en te onderzoeken wat werkt. Zelfhulpboeken zijn voor jou niet weggelegd, je moet de dingen zelf ervaren om de lessen echt te laten bezinken. In onze maatschappij vinden we daar soms wat van, iemand die constant 'fouten' maakt. Maar jij mag dit juist! Dit is namelijk de manier waarop je leert. Al doende leert men, je kent het wel. Extra voordeel: jij kunt -als ware ervaringsdeskundige- deze lessen delen met anderen. Als je iemand met een lijn 3 hoort zeggen: dit werkt wel/niet, dan kun je dat altijd vertrouwen, want deze persoon is hier zelf geweest, heeft het zelf meegemaakt.

Profiel 4 = Opportunist (Opportunist)

We verplaatsen van de introverte kant naar de meer extraverte kant. De 4 is het enige profiel die beide kwaliteiten herkent, in één rol, die zich in beide kan vinden. En daarmee is de opportunist een echte verbinder. Jij bent hier om mensen / dingen / situaties samen te brengen; je houdt ervan om verbindingen te leggen met mensen, maar ook om mensen met elkaar te verbinden. Je bent vriendelijk en mensen zijn graag bij je in de buurt, omdat je ze

het gevoel geeft dat ze welkom en belangrijk zijn. Maar... deze relaties moet je wel opbouwen. Jouw netwerk is heel belangrijk. Alles in je leven (denk aan werk, het vinden van een huis etc.) komt via je netwerk. Zorg dus goed voor je relaties, want ze zijn essentieel voor je welzijn. De staat van je relaties met vrienden, familie, collega's, romantische partners en zelfs kennissen houdt rechtstreeks verband met jouw eigen geluk.

Profiel 5 = Ketter (Heretic)

Eerlijk is eerlijk: wij schrokken eerst een beetje van deze naam. Maar *bare with us*, alles wordt zo duidelijk. Als ketter ben je een beetje de held van onze maatschappij. Mensen met het 5e profiel, zijn extreem sociaal (aka extravert); nog meer dan profiel 4. Maar in tegenstelling tot profiel 4, hoef jij niet eerst dat netwerk op te bouwen. Want (ook vreemde) mensen vertrouwen jou direct, zien jou als de held die de antwoord weet, de oplossingen heeft, *you save the day*. Je fixt altijd alles. Dit is wat je doet. Maar, en daar komt 'ie, dat is precies waar de naam 'ketter' vandaan komt. Dit profiel heeft veel last van projectie; dus het gevoel dat je de oplossing móét weten of anders 'verketterd' (afgestoten) wordt. Onthoud: je hoeft niet altijd iedereen te helpen, te redden. Je hoeft niet altijd 'aan' te staan. Je voelt vanzelf wanneer je geïnspireerd bent of getriggerd word en verder laat je de boel maar lekker de boel. Want ook al krijg je er veel energie van, het helpen van anderen moet niet ten koste van jezelf gaan!

Profiel 6 = Rolmodel (Role model)

Een bijzonder profiel, omdat het leven van een rolmodel uit drie fases bestaat. Maar eerst even de algemene omschrijving: als rolmodel -de naam zegt het al- ben je een voorbeeld voor anderen. Je bent dat door 'gewoon' jezelf te zijn. Door je eigen ding te doen. En waarschijnlijk heb je niet eens door, dat je daarmee een bron van inspiratie bent voor anderen. Als je een lijn 6 in je profiel hebt, ga je dan ook door 3 fases in je leven:

- Tot +/- 30* jaar lijk je een beetje op profiel 3, de martelaar, die leert door *trial and error*). Want... om een rolmodel te zijn, moet je eerst een rolmodel worden! Je moet eerst door allerlei ervaringen gaan, om ze daarna met anderen te kunnen delen. In de eerste fase van je leven, kun je dus vaak 'fouten' maken en hiervan leer je -met vallen en opstaan- jezelf steeds beter kennen.
- In het tweede deel van je leven, van 30-50* jaar, heb je de neiging je ietwat terug te trekken en te evalueren wat je dusver hebt geleerd. Je komt waarschijnlijk in een wat rustiger vaarwater. Je leert via anderen, door te kijken naar de mensen om je heen. Waarschijnlijk krijg je in deze fase ook meer aandacht voor / interesse in anderen? Je extraverte kant is hier in ontwikkeling.
- Vanaf ongeveer je 50e* jaar geef je terug aan de wereld wat je geleerd hebt. Gewoon door jezelf te zijn. Daar hoef je niets voor te doen. Je kunt van nature niet wachten om dat wat je middels je ervaringen hebt geleerd te delen.

Incarnatie kruis/ Missie:

In Human Design heet je purpose het incarnatie kruis (incarnation cross). Wat letterlijk staat voor datgene waarvoor jij in dit leven bent geïncarneerd.

Left Angle Cross: een missie gericht op het geheel (een Wereldse missie)

Right Angle Cross: een missie gericht op de persoon zelf en de nabije omgeving (een persoonlijke missie)

Met een 'left angle cross' Incarnatie Kruis heb je een wereldse bestemming in het leven en ben je gericht op het geheel. Je ontmoet andere krachten in de wereld en er is wederzijdse beïnvloeding.

Left Angle Incarnatie Kruizen

Left Angle Cross of Alignment 1 (27/28 | 19/33) Je bent hier om dingen, concepten en manieren onder de aandacht te brengen door ze te benoemen. De groep en de samenleving kan dan evalueren en besluiten wat ermee te doen.

Left Angle Cross of Alignment 2 (28/27 | 33/19)

Je bent hier om door onverwachte gebeurtenissen te manoevreren, voor jezelf en voor anderen.

Left Angle Cross of Confrontation 1 (45/26 | 36/6)

Je bent hier om richting te geven en oude zaken in nieuwe zaken te veranderen. Uiteraard kan dit weerstand opleveren bij anderen.

Left Angle Cross of Confrontation 2 (26/45 | 6/36)

Je bent hier om van buitenaf te komen en de controle over te nemen. Je schudt zaken op en neemt de macht over.

Left Angle Cross of Cycles 1 (53/54 | 42/32)

Je bent hier om regels en leiderschap ter discussie te stellen. Je hebt een scherp randje, wat handig is om een spade dieper te graven en erachter te komen wat voor vlees je in de kuip hebt.

Left Angle Cross of Cycles 2 (54/53 | 32/42)

Je bent hier om de cyclus van vernieuwing en verbetering draaiende te houden. Je bent gericht op verandering.

Left Angle Cross of Dedication 1 (23/43 | 30/29)

Je bent hier om vernieuwings- en verbeterprocessen te vervolmaken. Je bent gericht op de cycli van veranderingen.

Left Angle Cross of Dedication 2 (43/23 | 29/30)

Je bent hier om les te geven en je kunt het lang volhouden om anderen steeds opnieuw zaken uit te leggen.

Left Angle Cross of Defiance 1 (2/1 | 49/4)

Je bent hier om jouw inzichten toe te lichten aan anderen, waarna ze daar op kunnen kauwen en bepalen of het iets voor hen is.

Left Angle Cross of Defiance 2 (1/2 | 4/49)

Je bent hier om zaken op een andere manier te doen dan anderen. Je brengt variatie op de norm. Anderen kunnen jouw actie volgen, waardoor een nieuwe norm ontstaat.

Left Angle Cross of Demands 1 (52/58 | 21/48)

Je bent hier om ervoor te zorgen dat jouw zelf-expressie gehoord wordt en niet gebonden aan regels en kaders.

Left Angle Cross of Demands 2 (58/52 | 48/21)

Je bent hier om aan te wijzen wat er niet goed gaat in de groep en samenleving. Je eist dat iemand actie neemt om deze zaken op te lossen.

Left Angle Cross of Distraction 1 (56/60 | 27/28)

Je bent hier om jouw energie beschikbaar te stellen aan anderen. De uitdaging is je niet te laten gebruiken, ook door anderen te wijzen op een eerlijke uitruil van energie.

Left Angle Cross of Distraction 2 (60/56 | 28/27)

Je bent hier om de aandacht weg te trekken van waar mensen op dat moment mee bezig zijn.

Left Angle Cross of Dominion 1 (63/64 | 26/45)

Je bent hier om op de rem van verandering te kunnen trappen en de vraag te stellen waarom iets moet veranderen.

Left Angle Cross of Dominion 2 (64/63 | 45/26)

Je bent hier om situaties met kracht en autoriteit naar jouw hand te zetten. Dit heeft gevolgen in de loop der tijd.

Left Angle Cross of Duality 1 (20/34 | 37/40)

Je bent hier om veranderingen te bewerkstelligen voor anderen, de groep waarmee je verbonden bent. Weet dat niet alles wordt overgenomen.

Left Angle Cross of Duality 2 (34/20 | 40/37)

Je bent hier om balans te vinden tussen je bijdrage leveren aan de groep en bezig zijn voor jezelf.

Left Angle Cross of Education 1 (12/11 | 25/46)

Je bent hier om les te geven aan de massa. Je vindt jouw publiek in waar jij goed in bent en wat jouw passie vertegenwoordigt.

Left Angle Cross of Education 2 (11/12 | 46/25)

Je bent hier om les te geven en het les geven zelf te promoten als belangrijk onderdeel van onze evolutie, opdat wij onszelf gaan begrijpen.

Left Angle Cross of Endeavour 1 (21/48 | 54/53)

Je bent hier om op een zeer gecontroleerde manier, via het samenbrengen van kleinere krachten, grote zaken mogelijk te maken.

Left Angle Cross of Endeavour 2 (48/21 | 53/54)

Je bent hier om jouw diepgang voor processen, producten, systemen enzovoort te delen met anderen, opdat zaken hiermee verbeteren en prettiger worden. Je bent wel afhankelijk van anderen.

Left Angle Cross of Healing 1 (25/46 | 58/52)

Je bent hier om de wereld duidelijk te maken dat gezondheid en zingeving de belangrijkste factoren zijn in het leven. Je kunt vaak spreken uit eigen ervaring.

Left Angle Cross of Healing 2 (46/25 | 52/58)

Je bent hier om lief te hebben en om middels liefde te helen, samen met anderen. Je houdt van het lichaam.

Left Angle Cross of Identification 1 (16/9 | 63/64)

Je bent hier om op basis van logica, charisma en enthousiasme zaken aan de man te brengen en mensen om je heen te verzamelen.

Left Angle Cross of Identification 2 (9/16 | 64/63)

Je bent hier om vanuit een stabiele omgeving zeer geconcentreerd een bijdrage te leveren waarvoor jij beloond wordt en zekerheid krijgt.

Left Angle Cross of Incarnation 1 (24/44 | 13/7)

Je bent hier om het proces van het leven zelf, het komen en gaan van leven, te begrijpen en uit te dragen aan anderen.

Left Angle Cross of Incarnation 2 (44/24 | 7/13)

Je bent hier om continu na te gaan of er genoeg middelen zijn voor de groep of de samenleving.

Left Angle Cross of Individualism 1 (39/38 | 51/57)

Je bent hier om individueel (alleen) te zijn, wat een voorbeeld en provocatie kan zijn voor anderen die in de groep of samenleving zitten.

Left Angle Cross of Individualism 2 (38/39 | 57/51)

Je bent hier om anderen uit te dagen en spanning te veroorzaken, opdat anderen een positie innemen en in beweging komen om te groeien.

Left Angle Cross of Industry 1 (30/29 | 34/20)

Je bent hier om jouw kracht en energie om te zetten naar zaken die jij graag wil en nodig hebt.

Left Angle Cross of Industry 2 (29/30 | 20/34)

Je bent hier om zaken te doen en bent ook toegewijd en druk bezig de hele tijd. Belangrijk is dat je druk bezig bent met wat jouw passie is.

Left Angle Cross of Informing 1 (22/47 | 11/12)

Je bent hier om informatie te verzamelen en te distribueren. Je kunt goed luisteren en goed communiceren, voor de groep en de samenleving.

Left Angle Cross of Informing 2 (47/22 | 12/11)

Je bent hier om anderen te voorzien van informatie. Je bent open en sociaal. Wellicht informeer je op een expressieve wijze, zoals via kunst of zang.

Left Angle Cross of Limitation 1 (42/32 | 60/56)

Je bent hier om beperkingen en grenzen aan te geven, opdat anderen niet in zeven sloten tegelijk lopen en leren gestructureerd te werken. De uitdaging is om jouw boodschap toe te lichten.

Left Angle Cross of Limitation 2 (32/42 | 56/60)

Je bent hier om de beperkingen te kennen in het kader van overleving of behoud van zaken. De uitdaging is niet in de angst te gaan zitten.

Left Angle Cross of Masks 1 (13/7 | 43/23)

Je bent hier om jezelf te worden door te kijken naar jouw verleden en van daaruit de veranderen. In dit proces draag je maskers, speel je rollen, in relatie tot anderen.

Left Angle Cross of Masks 2 (7/13 | 23/43)

Je bent hier om richting en leiding te geven wanneer de nood hoog is en er iets moet gebeuren om de zaak te redden. Voorbereiding is belangrijk.

Left Angle Cross of Migration 1 (37/40 | 5/35)

Je bent hier om te breken met bestaande groepen en de samenleving, omdat je teveel van jezelf op moet geven en je beter overnieuw kunt beginnen.

Left Angle Cross of Migration 2 (40/37 | 35/5)

Je bent hier om in beweging te komen en door te stromen wanneer er gevaar dreigt of een vlucht nodig is.

Left Angle Cross of Obscuration 1 (62/61 | 3/50)

Je bent hier om vragen te stellen en te onderzoeken of zaken goed gaan volgens plan met als doel uit te vinden of waar we staan wel of niet de goede plaats is.

Left Angle Cross of Obscuration 2 (61/62 | 50/3)

Je bent hier om gedreven met werk en de organisatie bezig te zijn, met ook als doel mensen samen te brengen.

Left Angle Cross of Prevention 1 (15/10 | 17/18)

Je bent hier om liefdevol en voorzichtig anderen te helpen om negatieve patronen en verkeerde paden te voorkomen, vermijden of vanaf te komen.

Left Angle Cross of Prevention 2 (10/15 | 18/17)

Je bent hier om het gedrag van anderen te bestuderen en ze te helpen hun gedrag bij te stellen zodat ze niet in zeven sloten tegelijk lopen.

Left Angle Cross of Refinement 1 (33/19 | 2/1)

Je bent hier om te zorgen dat jij en de anderen een eigen woonruimte hebben en noodzakelijke spullen voor een fijn leven.

Left Angle Cross of Refinement 2 (19/33 | 1/2)

Je bent hier om richting te geven aan anderen over wat nodig is op lange termijn, met name op gebied van voedsel en overleving.

Left Angle Cross of Revolution 1 (49/4 | 14/8)

Je bent hier om veranderingen te helpen doorvoeren die het grotere geheel ten goede komen. Je komt ook op voor 'de zwakkeren'.

Left Angle Cross of Revolution 2 (4/49 | 8/14)

Je bent hier om veranderingen praktisch te maken. Wanneer iets niet praktisch is en niet praktisch gemaakt kan worden, kun je het laten gaan.

Left Angle Cross of Separation 1 (35/5 | 22/47)

Je bent hier om met iedereen om te kunnen gaan. Je accepteert dat mensen anders zijn en voelt je zelfs prima bij vreemdelingen.

Left Angle Cross of Separation 2 (5/35 | 47/22)

Je bent hier om te leven volgens jouw eigen patronen en ritmes, zodat jij je zult afscheiden van de hoofdstroom met patronen en ritmes die niet voor jou werken.

Left Angle Cross of Spirit 1 (55/59 | 9/16)

Je bent hier om te genieten van het leven door fijn eten, liefde en intimiteit. Wanneer deze zaken zijn geregeld, kun je werken aan zingeving en spiritualiteit.

Left Angle Cross of Spirit 2 (59/55 | 16/9)

Je bent hier om te zoeken naar intimiteit en romantiek in relaties. Door het plezier en de pijn die je ondervindt in de relaties krijg je een beter beeld op relaties in het algemeen.

Left Angle Cross of the Alpha 1 (31/41 | 24/44)

Je bent hier om leiding te geven, vooral op het gebied van veiligheid en zekerheid, ook om te overleven of uit lastige situaties te komen.

Left Angle Cross of the Alpha 2 (41/31 | 44/24)

Je bent hier om de leiding te nemen, vanuit een inspirerende visie. Soms zul je even moeten wachten op de kans, maar dan ben je er ook klaar voor.

Left Angle Cross of the Clarion 1 (51/57 | 61/62)

Je bent hier om een schok te veroorzaken, opdat mensen die daar klaar voor zijn, en dus ontvankelijk, in beweging komen.

Left Angle Cross of the Clarion 2 (57/51 | 62/61)

Je bent hier om jouw intuïtie en wijsheid te delen met anderen en hen op praktische wijze verder te helpen op hun levenspad.

Left Angle Cross of the Plane 1 (36/6 | 10/15)

Je bent hier om balans te vinden tussen leven in de groep en je eigen droom najagen en daar zelf alleen van genieten.

Left Angle Cross of the Plane 2 (6/36 | 15/10)

Je bent hier om een voorbeeld te zijn hoe we op Aarde kunnen leven, ook in succes en materiële zin.

Left Angle Cross of Uncertainty 1 (8/14 | 55/59)

Je bent hier om je verlangen naar voor jou goede dingen in te vullen door je over te geven aan onzekerheden, want juist op die wijze komt het juiste op jouw pad.

Left Angle Cross of Uncertainty 2 (14/8 | 59/55)

Je bent hier om zorg te dragen voor middelen en zekerheden om onzekerheid bij anderen weg te nemen.

Left Angle Cross of Upheaval 1 (17/18 | 38/39)

Je bent hier om zaken op te stoken die stil gevallen zijn, en om te zorgen voor evaluatie, verbetering en verfijning.

Left Angle Cross of Upheavel 2 (18/17 | 39/38)

Je bent hier om zaken op te stoken en praktisch te houden door verbaal sterk te zijn, zonder over grenzen heen te gaan.

Left Angle Cross of Wishes 1 (3/50 | 41/31)

Je bent hier om leiding te geven aan veranderingen in regels, normen en wetten. Dit heeft te maken met wensen en hoop voor de toekomst.

Left Angle Cross of Wishes 2 (50/3 | 31/41)

Je bent hier om bestaande systemen en structuren onder de loep te nemen en jouw unieke visie te geven op hoe deze kunnen verbeteren.

Met een **'right angle cross'** Incarnatie Kruis heb je een persoonlijke bestemming in het leven en ben je gericht op jezelf. Anderen kunnen geen invloed uitoefenen op de richting van jouw bestemming in dit leven.

Right Angle Cross of Consciousness 1 (63/64 | 5/35)

Je bent hier om vragen te stellen en te betwijfelen of zaken goed gaan volgens plan met als doel een beter begrip te krijgen over de huidige situatie en of plannen bijgesteld moeten worden.

Right Angle Cross of Consciousness 2 (35/5 | 63/64)

Je bent hier om jouw denkkraft en ideeën te gebruiken om macht uit te oefenen op anderen met als doel jou of jouw ideeën te volgen.

Right Angle Cross of Consciousness 3 (64/63 | 35/5)

Je bent hier om in de flow van het leven mee te gaan, bewust te zijn om het leven te accepteren zoals het komt. Je kunt deze wijsheid delen met anderen.

Right Angle Cross of Consciousness 4 (5/35 | 64/63)

Je bent hier om zoveel mogelijk dingen te ervaren en vervolgens door te gaan naar de volgende ervaring.

Right Angle Cross of Contagion 1 (30/29 | 14/8)

Je bent hier om 'Ja!' tegen dingen te zeggen, vooral nieuwe dingen om uit te proberen. Je hebt een sterk verlangen om te experimenteren.

Right Angle Cross of Contagion 2 (8/14 | 30/29)

Je bent hier om spontaan en passievol anderen te inspireren jou en jouw ideeën te volgen. Je zult niet of deels anderen volgen, maar vooral jouw eigen weg gaan.

Right Angle Cross of Contagion 3 (29/30 | 8/14)

Je bent hier om 'Ja!' tegen dingen te zeggen. Je verspreidt enthousiasme en datgene waar jij passievol over bent.

Right Angle Cross of Contagion 4 (14/8 | 29/30)

Je bent hier om jouw energie in te zetten en te laten zien aan anderen, jij kunt beweging creëren door 'Ja!' te zeggen.

Right Angle Cross of Eden 1 (36/6 | 11/12)

Je bent hier om een stukje hemel op Aarde te vinden (ontdekken) en aan te bieden aan de wereld.

Right Angle Cross of Eden 2 (12/11 | 36/6)

Je bent hier om de Aardse wereld te ontdekken en dat wat je ontdekt te delen met anderen. Dit kun je bijvoorbeeld doen via de kunst.

Right Angle Cross of Eden 3 (6/36 | 12/11)

Je bent hier om een stukje hemel op Aarde te ontdekken. Dit lukt waarschijnlijk beter naarmate je ouder wordt, omdat je moet wennen hier op Aarde.

Right Angle Cross of Eden 4 (11/12 | 6/36)

Je bent hier om anderen te leren omgaan met het Aardse bestaan, het vaste lichaam. De kunst is balans te vinden tussen de zwaarheid van het bestaan en de schoonheid ervan.

Right Angle Cross of Explanation 1 (49/4 | 43/23)

Je bent hier om zaken revolutionair te veranderen, in eerste instantie voor jezelf. Het betreft bijvoorbeeld basisbehoeften zoals voedsel.

Right Angle Cross of Explanation 2 (23/43 | 49/4)

Je bent hier om zeer vernieuwend te zijn in jouw individuele uiting, waardoor anderen jou vreemd kunnen vinden maar later na veel herhaling er enigszins in mee kunnen gaan.

Right Angle Cross of Explanation 3 (4/49 | 23/43)

Je bent hier om ongewone verklaringen en antwoorden te geven, om het collectief na te laten denken over lastige vraagstukken. Hun reactie is niet persoonlijk.

Right Angle Cross of Explanation 4 (43/23 | 4/49)

Je bent hier om zaken te verklaren en uit te leggen aan de wereld. De uitdaging is anderen mee te nemen vanaf het begin en niet te zeggen: 'Daarom'.

Right Angle Cross of Laws 1 (3/50 | 60/56)

Je bent hier om te zorgen voor goede regels, normen en wetten. Deze duidelijke regels komen de groep ten goede.

Right Angle Cross of Laws 2 (56/60 | 3/50)

Je bent hier om ideale regels, voorschriften en wetten te promoten. Je praat graag over jouw droom en visie om te komen tot betere regels.

Right Angle Cross of Laws 3 (50/3 | 56/60)

Je bent hier om regels en wetten te maken voor de groep, zodat die groep productief en gestructureerd kan functioneren en haar doelen behalen.

Right Angle Cross of Laws 4 (60/56 | 50/3)

Je bent hier om gebruiken, oude wetten, tradities en dergelijke te behouden en dat ook duidelijk te maken aan anderen.

Right Angle Cross of Maya 1 (42/32 | 61/62)

Je bent hier om zaken voor elkaar te krijgen, dat wat jij belangrijk vindt of wat jouw passie vertegenwoordigd. Houd jouw omgeving hiervoor goed in de gaten, alsmede de haalbaarheid.

Right Angle Cross of Maya 2 (62/61 | 42/32)

Je bent hier om tot in de kleinste details zaken te begrijpen. Je ontdekt en herinnert je de kleinste details die jij belangrijk vindt.

Right Angle Cross of Maya 3 (32/42 | 62/61)

Je bent hier om in het kader van overleving en voortgang, waarde toe te kennen aan dingen en mensen. Wat helpt jou en ons verder.

Right Angle Cross of Maya 4 (61/62 | 32/42)

Je bent hier om het ongekende bekend te maken. Dit is een nieuwe en onontdekte kennis of nieuwe manier om naar zaken te kijken.

Right Angle Cross of Penetration 1 (51/57 | 54/53)

Je bent hier om de kern bloot te leggen en alle franjes weg te laten. Dit kan wel shockeren en weerstand opleveren.

Right Angle Cross of Penetration 2 (53/54 | 51/57)

Je bent hier om iets nieuws te beginnen of aan te dragen, ook ben je graag betrokken bij nieuwe zaken.

Right Angle Cross of Penetration 3 (57/51 | 53/54)

Je bent hier om mensen als het ware 'te lezen' en dan te weten wat wel en niet goed voor hen is. Je hebt een sterke intuïtie en bent recht door zee.

Right Angle Cross of Penetration 4 (54/53 | 57/51)

Je bent hier om herkend te worden als een ambitieus persoon die zaken aanpakt en vlot recht trekt.

Right Angle Cross of Planning 1 (37/40 | 9/16)

Je bent hier om zaken te doen en te onderhandelen ten gunste van de groep of de samenleving.

Right Angle Cross of Planning 2 (16/9 | 37/40)

Je bent hier om ideeën om te zetten in handige oplossingen voor het collectief. De uitdaging is het vinden van middelen hiertoe.

Right Angle Cross of Planning 3 (40/37 | 16/9)

Je bent hier om vragen te stellen of zaken en projecten voor de groep en samenleving wel voldoende opleveren en het waard zijn om uit te voeren.

Right Angle Cross of Planning 4 (9/16 | 40/37)

Je bent hier om in detail en focus plannen te maken voor jouw groep. Dit gaat over prioriteiten en resultaten, niet over de benodigde middelen.

Right Angle Cross of Rulership 1 (22/47 | 26/45)

Je bent hier om gracieus en natuurlijk leiding te geven aan jezelf, de groep of de samenleving. Dit op basis van kunnen luisteren, onderwijzen en ontdekken.

Right Angle Cross of Rulership 2 (45/26 | 22/47)

Je bent hier om leiding en controle te hebben over jouw eigen land, huis, afdeling, project enzovoort. Je brengt structuur aan.

Right Angle Cross of Rulership 3 (47/22 | 45/26)

Je bent hier om het verleden te begrijpen en die kennis te gebruiken in het heden. Dit komt waar jij mee bezig bent ten goede, alsmede jouw connectie met anderen.

Right Angle Cross of Rulership 4 (26/45 | 47/22)

Je bent hier om jezelf te promoten als leider en dan ook een leider te zijn. Zorg ervoor dat je hiertoe alles op een rijtje hebt.

Right Angle Cross of Service 1 (17/18 | 58/52)

Je bent hier om op logische wijze richting aan anderen te geven en hen te helpen een gezonder en gelukkiger leven te leiden.

Right Angle Cross of Service 2 (52/58 | 17/18)

Je bent hier om richting te geven aan anderen, door stil te zijn, te luisteren en te helpen met inzichten, adviezen en keuzes maken.

Right Angle Cross of Service 3 (18/17 | 52/58)

Je bent hier om verbeteringen aan te brengen met als doel het leven beter en gelukkiger te maken.

Right Angle Cross of Service 4 (58/52 | 18/17)

Je bent hier om zowel te genieten van het leven als energie te besteden aan logische processen. Je wil dingen graag mooier maken en wellicht ook spiritueel groeien.

Right Angle Cross of Tension 1 (21/48 | 38/39)

Je bent hier om middels provocatie en spanning orde te houden in de groep waarmee je verbonden bent.

Right Angle Cross of Tension 2 (39/38 | 21/48)

Je bent hier om anderen uit te dagen in zichzelf te zoeken naar (spirituele) groei. Je drukt op de goede knoppen om hun 'gave' bloot te kunnen leggen.

Right Angle Cross of Tension 3 (48/21 | 39/38)

Je bent hier om zaken in grote diepte te begrijpen. De uitdaging is om te gaan met de spanning om hiervoor steeds meer vaardigheden te willen ontwikkelen. Relax.

Right Angle Cross of Tension 4 (38/39 | 48/21)

Je bent hier om doelen na te streven en deze wellicht onder moeilijke omstandigheden ook te behalen.

Right Angle Cross of the Four Ways 1 (24/44 | 19/33)

Je bent hier om te begrijpen wat er in het leven gebeurt. Hiervoor heb je het geduld en doorzettingsvermogen om langdurig en steeds opnieuw erover na te denken.

Right Angle Cross of the Four Ways 2 (33/19 | 24/44)

Je bent hier om jouw vrijheid op te zoeken en wanneer nodig op jezelf te zijn. Je bent gesteld op je eigen ruimte.

Right Angle Cross of the Four Ways 3 (44/24 | 33/19)

Je bent hier om vanuit je instinctieve ervaring richting en leiding te geven aan de groep, zodat die kan beschikken over wat ze nodig heeft.

Right Angle Cross of the Four Ways 4 (19/33 | 44/24)

Je bent hier om te zorgen dat jouw omgeving, de groep of de samenleving genoeg te eten heeft (letterlijk of figuurlijk - in spirituele zin).

Right Angle Cross of the Sleeping Phoenix 1 (55/59 | 34/20)

Je bent hier om balans te vinden tussen half volle en half lege glazen. Dit geeft je en kost je energie. Je leert omgaan met emoties en kan wat jij leert ook weer doorgeven aan anderen.

Right Angle Cross of the Sleeping Phoenix 2 (20/34 | 55/59)

Je bent hier om druk bezig te zijn met van alles en nog wat, leuke en minder leuke dingen, vooral druk bezig met jezelf (alleen).

Right Angle Cross of the Sleeping Phoenix 3 (59/55 | 20/34)

Je bent hier om intieme relaties te ervaren, van het gezin tot en met partners. Je hebt een zeker seksueel verlangen.

Right Angle Cross of the Sleeping Phoenix 4 (34/20 | 59/55)

Je bent hier om bezig te zijn en het lekker druk te hebben. Kies bij voorkeur zaken uit die echt belangrijk voor jou zijn of jouw passie vertegenwoordigen.

Right Angle Cross of the Sphinx 1 (13/7 | 1/2)

Je bent hier om de vele mogelijkheden te zien die voor ons liggen. Je kunt richting geven en alternatieven bieden.

Right Angle Cross of the Sphinx 2 (2/1 | 13/7)

Je bent hier om het grotere geheel te overzien en een visie voor de toekomst te hebben. Wellicht kun je leiding geven richting die toekomst.

Right Angle Cross of the Sphinx 3 (7/13 | 2/1)

Je bent hier om vooral jezelf te volgen en in het moment te leven. Je bent een voorbeeld voor anderen wanneer jij jouw hart en passie volgt.

Right Angle Cross of the Sphinx 4 (1/2 | 7/13)

Je bent hier om hulp te bieden en te staan voor de groepen waarmee je verbonden bent. Veelal kom je met onverwachte zaken op de proppen.

Right Angle Cross of the Unexpected 1 (27/28 | 41/31)

Je bent hier om leiderschap te aanvaarden, wat je onverwacht in de schoot geworpen krijgt. Wees klaar om die verantwoordelijkheid op te pakken.

Right Angle Cross of the Unexpected 2 (31/41 | 27/28)

Je bent hier om te worstelen met zaken in dit leven. Zorg dat je worstelt met passievolle zaken, die ertoe doen voor je. Je trekt ook onverwachte zaken aan.

Right Angle Cross of the Unexpected 3 (28/27 | 31/41)

Je bent hier om onverwachte gebeurtenissen te beleven met daaruit voortvloeiende ontdekkingen die jij kunt delen.

Right Angle Cross of the Unexpected 4 (41/31 | 28/27)

Je bent hier om lief te hebben en liefde te verspreiden, in de volle breedte van het leven. De uitdaging is tegenslag te overwinnen.

Right Angle Cross of the Vessel of Love 1 (25/46 | 10/15)

Je bent hier om mensen de flow van liefde te laten ervaren, liefde voor zichzelf, voor anderen en voor het leven zelf.

Right Angle Cross of the Vessel of Love 2 (15/10 | 25/46)

Je bent hier om het leven en jezelf lief te hebben en daarin een voorbeeld te zijn voor anderen.

Right Angle Cross of the Vessel of Love 3 (46/25 | 15/10)

Je bent hier om de liefde in alle facetten te belichamen en om de liefde voor je Zelf te vinden. Je bent hierin een voorbeeld voor anderen.

Right Angle Cross of the Vessel of Love 4 (10/15 | 46/25)

Je bent hier om anderen duidelijk te maken wat jij aanvoelt en geleerd hebt van het verleden en gedane zaken.

Met een 'juxtaposition cross' Incarnatie Kruis ligt het niet in je natuur om te veranderen. Je hebt een hele specifieke rol te vervullen in dit leven en het gaat niemand aan om hier iets aan te willen veranderen.

Juxtaposition Cross of Alertness (44/24 | 7/13)

Je bent hier om de leiding te nemen, over de situatie, met kracht en autoriteit. Je kunt het beter maken, maar ook slechter.

Juxtaposition Cross of Ambition (54/53 | 32/42)

Je bent hier om jouw passie zeer gedreven te leven. Dit kan leiden naar zowel een burn-out als een grote ontdekking.

Juxtaposition Cross of Articulation (12/11 | 25/46)

Je bent hier om de wereld duidelijk te maken dat het leven mooi is, dat het heerlijk is om te leven hier op Aarde.

Juxtaposition Cross of Assimilation (23/43 | 30/29)

Je bent hier om risico's te nemen en daarvan te genieten. Via deze risico's zoek en vind je zowel zingeving als 'de kick'.

Juxtaposition Cross of Bargains (37/40 | 5/35)

Je bent hier om te luisteren naar de geschiedenis van gebeurtenissen. Je kunt luisteren in diepgang, tussen de regels door en over het geheel heen.

Juxtaposition Cross of Beginnings (43/54 | 42/32)

Je bent hier om waakzaam te zijn en als eerste de problemen te zien aankomen voor de groep.

Juxtaposition Cross of Behavior (10/15 | 18/17)

Je bent hier om zaken toe te zeggen en dan te zorgen dat ze afkomen. Je kunt doorzetten en volhouden.

Juxtaposition Cross of Caring (27/28 | 19/33)

Je bent hier om jouw boodschap in woorden en energie uit te dragen en daarmee mensen aan te moedigen en te inspireren.

Juxtaposition Cross of Commitment (29/30 | 20/34)

Je bent hier om jouw vernieuwende ideeën naar voren te brengen met als doel verandering te creëren. Belangrijk is dat anderen jou leren kennen.

Juxtaposition Cross of Completion (42/32 | 60/56)

Je bent hier om zaken te doen en te onderhandelen ten gunste van jezelf, en eventueel ook ten gunste van de groep of de samenleving als je daar ook iets voor terugkrijgt.

Juxtaposition Cross of Conflict (6/36 | 15/10)

Je bent hier om zaken te beginnen en op te starten, alsmede een start te maken met de transformatie ervan.

Juxtaposition Cross of Confusion (64/63 | 45/26)

Je bent hier om richting te geven aan het gedrag van anderen en om hen hierin te corrigeren. Zorg dat je aansluit bij hen, anders leggen ze jouw mening naast zich neer.

Juxtaposition Cross of Conservation (32/42 | 56/60)

Je bent hier om te zorgen voor alle dingen en alle mensen in je leven. Dit zorgen voor anderen geeft je een doel. Tegelijk wil jij ook verzorgd worden.

Juxtaposition Cross of Contribution (8/14 | 55/59)

Je bent hier om af te maken waar je aan begonnen bent, zaken compleet te maken en vol te houden tot de eindstreep.

Juxtaposition Cross of Control (21/48 | 54/53)

Je bent hier om 'Ja!' tegen dingen te zeggen. Je hebt een groot verlangen om het met zaken eens te zijn en ergens voor te gaan. Je kunt anderen meekrijgen, maar ook jezelf vermoeien.

Juxtaposition Cross of Correction (18/17 | 39/38)

Je bent hier om via relaties te ontdekken hoe jij een gelukkig leven kan leiden op Aarde. Jouw conflict is om balans te vinden tussen het Kosmische en Aardse bestaan.

Juxtaposition Cross of Crisis (36/6 | 10/15)

Je bent hier om bewust te zijn van patronen in het leven en het denken. Je kunt dat goed uitleggen. De uitdaging is om steeds bij de feiten te blijven en de waarheid te vertellen.

Juxtaposition Cross of Denial (40/37 | 35/5)

Je bent hier om te zorgen voor het behoud van de natuur en het leven zelf. De uitdaging is niet in de angst te gaan zitten.

Juxtaposition Cross of Depth (48/21 | 53/54)

Je bent hier om controle te houden op de situatie en vanuit controle te kunnen innoveren, bestaande concepten vernieuwen.

Juxtaposition Cross of Detail (62/61 | 3/50)

Je bent hier om te laten zien dat een bijdrage aan de samenleving ertoe doet en je geeft ook zelf het goede voorbeeld hierin.

Juxtaposition Cross of Doubts (63/64 | 26/45)

Je bent hier om verbeteringen aan te brengen en zal een balans moeten vinden tussen provocatie/vechten en tact/samenwerken.

Juxtaposition Cross of Empowering (14/8 | 59/55)

Je bent hier om balans te vinden tussen het leven met alle anderen lief te hebben en tegelijk zelf intimiteit te beleven.

Juxtaposition Cross of Experience (35/5 | 22/47)

Je bent hier om je zorgen te uiten en op de rem te trappen wanneer iedereen begint te rennen.

Juxtaposition Cross of Experimentation (16/9 | 63/64)

Je bent hier om zaken met grote diepgang te doen. Dit motiveert anderen en helpt zaken beter en meer logisch te gaan doen.

Juxtaposition Cross of Extremes (15/10 | 17/18)

Je bent hier om details toe te voegen aan de betekenis van zaken, met als doel een beter en duidelijker beeld te scheppen.

Juxtaposition Cross of Fantasy (41/31 | 44/24)

Je bent hier om de ongelovige Thomas uit te hangen en te twijfelen aan zogenaamd logische zaken.

Juxtaposition Cross of Fates (30/29 | 34/20)

Je bent hier om te krijgen wat je wilt, zowel materieel als romantisch. Een voorwaarde hiertoe is een voldoende ontwikkelde zelfverzekerdheid.

Juxtaposition Cross of Focus (9/16 | 64/63)

Je bent hier om bijzondere en unieke dingen te ervaren. De uitdaging is om niet te hoge verwachtingen bij de uitkomsten te hebben.

Juxtaposition Cross of Formulization (4/49 | 8/14)

Je bent hier om wat jij belangrijk vindt en passievol over bent, te doen uitkomen of realiseren. Wetende dat niet alles kan lukken.

Juxtaposition Cross of Grace (22/47 | 11/12)

Je bent hier om het ritme in uitersten te ontdekken. Zelfs de grootste verschillen in jezelf hebben een gemeenschappelijk ritme.

Juxtaposition Cross of Habits (5/35 | 47/22)

Je bent hier om jouw fantasie en intuïtie te gebruiken om onverwachte zaken aan te zien komen en te voorspellen.

Juxtaposition Cross of Ideas (11/12 | 46/25)

Je bent hier om jouw concentratie in te zetten om zaken uit te zoeken of zaken te plannen. Dit kan haastig, maar ook vanuit een zen-houding gebeuren.

Juxtaposition Cross of Influence (31/41 | 24/44) Je bent hier om een begin te maken met gedachten over theorieën, patronen en formules die zaken kunnen verklaren. Anderen kunnen daarmee verder werken.

Juxtaposition Cross of Innocence (25/46 | 58/52)

Je bent hier om te luisteren en kunt hierdoor zelfs goed werken met vreemden, omdat zij instinctief aanvoelen dat jij aandacht hebt voor wat zij te zeggen hebben.

Juxtaposition Cross of Insight (43/23 | 29/30)

Je bent hier om te leven volgens specifieke patronen en gewoonten, die zorgen voor een duidelijk ritme in het leven.

Juxtaposition Cross of Interaction (7/13 | 23/43)

Je bent hier om jouw ideeën kenbaar te maken, vooral aangaande de fysieke ervaring van het mens zijn. Je kunt hierin ook lesgeven of een spreker zijn.

Juxtaposition Cross of Intuition (57/51 | 62/61)

Je bent hier om invloed uit te oefenen vanuit je kracht om aanhoudend te zijn. Je kunt ook leiding geven door invloed uit te oefenen.

Juxtaposition Cross of Limitation (60/56 | 28/27)

Je bent hier om puzzelstukjes bijeen te brengen en dan een 'Aha' inzicht te krijgen. De uitdaging is om jouw totaaloverzicht en inzicht over te kunnen brengen aan anderen.

Juxtaposition Cross of Listening (13/7 | 43/23)

Je bent hier om richting en leiding te geven in organisaties die daarvoor bedoeld zijn, zoals politieke organisaties. Dit kan ook een deelname of bijdrage daaraan zijn.

Juxtaposition Cross of Moods (55/59 | 9/16)

Je bent hier om jouw al sterke intuïtie verder te ontwikkelen. Je kan anderen als het ware 'lezen' en weten wat wel en niet goed voor hen is. Je spreekt dit echter niet snel uit.

Juxtaposition Cross of Mutation (3/50 | 41/31)

Je bent hier om te geloven in de manier hoe dingen gedaan moeten worden, zoals ze al lang gedaan worden. Hiermee wordt traditie behouden.

Juxtaposition Cross of Need (19/33 | 1/2)

Je bent hier om zaken met grote diepgang en in detail uit te zoeken en begrijpen. De uitdaging is om te gaan met je wisselende stemmingen.

Juxtaposition Cross of Opinions (17/18 | 38/39)

Je bent hier om regels, normen en wetten van de groep te veranderen. Hierdoor kun je gezien worden als afvallige.

Juxtaposition Cross of Opposition (38/39 | 57/51)

Je bent hier om creatief bezig te zijn en jezelf creatief te uiten, op je eigen wijze en in jouw eigen ruimte.

Juxtaposition Cross of Oppression (47/22 | 12/11)

Je bent hier om een tegenovergestelde kracht te vertegenwoordigen, opdat anderen de juiste zaken doen. Je haalt de waarheid boven tafel.

Juxtaposition Cross of Possession (45/26 | 36/6)

Je bent hier om ideeën te opperen die te maken hebben met verleden, heden en toekomst. Het is aan anderen om al dan niet iets te doen met jouw ideeën.

Juxtaposition Cross of Power (34/20 | 40/37)

Je bent hier om andere mensen te controleren en 'bezitten'. De uitdaging is je hand niet te overspelen.

Juxtaposition Cross of Principles (49/4 | 14/8)

Je bent hier om vast te houden aan principes, met name op gebied van mensenrechten. Bij veranderingen let jij op wat rechtvaardig is.

Juxtaposition Cross of Provocation (39/38 | 51/57)

Je bent hier om anderen ernstig uit te dagen, opdat zij wel moeten reageren en in beweging moeten komen om te zien waaraan zij kunnen werken.

Juxtaposition Cross of Rationalization (24/44 | 13/7)

Je bent hier om de lastigste concepten in diepte te begrijpen en uit te werken. De uitdaging is de samenleving mee te krijgen, omdat deze niet over hetzelfde denkniveau beschikt.

Juxtaposition Cross of Retreat (33/19 | 2/1)

Je bent hier om te zorgen dat jij en de anderen ruimte hebben om zich terug te trekken en zichzelf te zijn.

Juxtaposition Cross of Risks (28/27 | 33/19)

Je bent hier om anders te zijn dan anderen en te doen waar je zelf zin in hebt. In jouw zelf-expressie gaan mensen mee, maar vallen ook af.

Juxtaposition Cross of Self-Expression (1/2 | 4/49)

Je bent hier om op het juiste moment op de juiste plaats te zijn. Je houdt van het leven en deelt graag jouw positieve ervaringen.

Juxtaposition Cross of Serendipity (46/25 | 52/58)

Je bent hier om mensen te shockeren, opdat mensen in beweging komen na een periode van apathie en inschikkelijkheid.

Juxtaposition Cross of Shock (51/57 | 61/62)

Je bent hier om in de stilte en rust antwoorden te vinden op belangrijke vraagstukken. Anderen kunnen jou herkennen als adviseur en naar jou toe komen.

Juxtaposition Cross of Stillness (52/58 | 21/48)

Je bent hier om spannende dingen te beleven en daarvan een kick te krijgen, waarna je graag jouw avonturen vertelt aan anderen.

Juxtaposition Cross of Stimulation (56/60 | 27/28)

Je bent hier om mensen aan elkaar te koppelen, omdat je een goed oog hebt voor waar mensen elkaar in kunnen ontmoeten.

Juxtaposition Cross of Strategy (59/55 | 16/9)

Je bent hier om achter de waarheid te komen. Jouw waarheid, die van anderen en universele waarheden.

Juxtaposition Cross of the Driver (2/1 | 49/4)

Je bent hier om vooral in het nu te zijn, in het moment te leven. De uitdaging is om anderen, de groepen waar je mee verbonden bent, niet te vergeten.

Juxtaposition Cross of the Now (20/34 | 37/40)

Je bent hier om anderen te laten geloven in wat jij te bieden hebt, je kunt heel goed zaken aan de man brengen.

Juxtaposition Cross of the Trickster (26/45 | 6/36)

Je bent hier om zaken te overdenken, te begrijpen en dan te weten. Dit is nodig in de evolutie van ons denken.

Juxtaposition Cross of Thinking (61/62 | 50/3)

Je bent hier om op een milde manier te helpen om regels en wetten te maken voor de groep.

Juxtaposition Cross of Values (50/3 | 31/41)

Je bent hier om energie te geven aan logische processen en deze te controleren zodat alle betrokkenen er baat bij kunnen hebben.

Juxtaposition Cross of Vitality (58/52 | 48/21)

Je bent hier om jouw mening te geven aan anderen om ervoor te zorgen dat gedrag kan worden verbeterd en om processen geïmplementeerd kunnen worden voor een prettiger leven.

Digestion/Vertering:

Er zijn 12 verschillende manieren waarop wij ons voedsel verteren en één van deze manieren past het beste bij jou. Vraag jij je bijvoorbeeld wel eens af waarom een bepaald dieet wel/niet werkt? Al die adviezen over wat je wel/niet moet eten... Human Design kijkt er heel anders naar!

Eigenlijk gaat *digestion*, over vertering, in plaats van over voeding. Het laat zien wat jouw lichaam nodig heeft, welke omstandigheden jouw lichaam nodig heeft, om de belangrijkste vitamines en mineralen uit het eten te halen. En dat is dus niet voor iedereen hetzelfde.

Appetite

Staat er Appetite (of consecutive of alternating) in jouw chart? Dan noemen we jou ook wel een hunter, een jager. Vroeger ging de jager op pad en zodra hij iets vond om te eten (en

waar hij zin in had waar hij 'appetite' voor had), dan at 'ie het op. Voor jou is het dus heel belangrijk dat je niet te veel verschillende ingrediënten met elkaar mixt. Zorg er daarnaast voor dat je simpel eet: geen kruiden, sausjes en jus. Dat deed de jager tenslotte vroeger ook niet 😊

Staat er in je chart achter appetite consecutive, of alternating? Consecutive betekent dat je het beste opeenvolgend kunt eten: eerst aardappelen, dan wortelen, dan vlees. Alternating betekent dat je iets afwisselender kunt eten: hapje aardappelen, hapje wortelen, hapje vlees, hapje aardappelen, etc.

Taste

Staat er Taste (of open of closed) in jouw chart? Dan noemen we jou ook wel een gatherer, een verzamelaar. We gaan weer even terug in de tijd: waar de jager de bossen in trekt op zoek naar voedsel, verzamelt de gatherer voedsel een stukje dichterbij. Daarnaast verzamelt het verschillende ingrediënten om daar een maaltje van te maken. Voor jou is het dus heel belangrijk dat je zoveel mogelijk lokale producten eet. "Wat van ver komt is lekker?" Dat gaat dus niet helemaal voor jou op. Of nou ja, jouw verteringssysteem gaat er in ieder geval niet zo lekker op.

Voor de verzamelaar gaat het daarbij om taste; om hoe het eten smaakt. Je onderzoekt of je iets wel/niet lekker vindt en daar blijf je dan ook bij. Heel afwisselend eet je vaak niet en dat is dus helemaal ok!

Staat er in jouw chart achter taste open of closed? Open betekent dat je openstaat voor verschillende voedingsmiddelen; je vindt het leuk om uit te zoeken wat je altijd zou kunnen eten door van alles proeven. Closed betekent dat je al vrij snel bepaald welk eten je lekker vindt en daarna voel je niet echt de behoefte nog heel veel andere dingen te proberen.

Thirst

Staat er Thirst (of hot of cold) in jouw chart? Dan noemen we jou ook wel een transformer. Jij transformeert het eten naar warm of koud. En denk je: huh, maar thirst klinkt alsof je het over dorst hebt? Thirst staat voor 'thirsty for food'. Ben jij dit, dan ben je het meest experimentele type, wat van alles wil proberen. En ook kan proberen. Maar belangrijk is wel dat je het eten op de juiste temperatuur eet.

Staat er in je jouw chart naast thirst hot of cold? Warm betekent dat jouw verteringssysteem het beste werkt wanneer je eten eet dat warmer is dan je lichaamstemperatuur. Maar ook wanneer je eten eet dat als heet is te kwalificeren, bijvoorbeeld bepaalde kruiden (denk aan gember). Cold betekent eten dat kouder is dan je lichaamstemperatuur. Of koele voedingswaren, zoals bijvoorbeeld kokos.

Touch

Staat er Touch (of calm of nervous) in jouw chart? Dan noemen we jou ook wel een determiner. Touch gaat niet om letterlijk je voedsel aanraken, maar om contact. En of jij beter rustig in je eentje kunt eten of gezellig omringt door anderen. Als determiner, bepaal jij je eigen omstandigheden.

Staat er in je chart naast touch calm of nervous? Calm betekent dat jij je maaltijd het beste in alle rust tot je kunt nemen zodat de belangrijkste voedingsstoffen uit je voeding worden opgenomen. Vermijd prikkels zoveel mogelijk en zorg dat je bijvoorbeeld eerst even tot rust komt (denk aan een korte meditatie of ademhalingsoefening) voordat je gaat eten. Nervous

betekent juist dat jouw systeem heel goed gaat op prikkels, dus vul die tafel maar met mensen en met een bordje voor de tv eten is in dit geval geoorloofd.

Sound

Staat er Sound (of high of low) in jouw chart? Dan noemen we jou ook wel de listener. Jij bent gevoelig voor geluid en waar touch gaat over elke prikkel-vorm, gaat het hier specifiek om geluid en of jij voeding het beste tot je kunt nemen in stilte of met geluid om je heen.

Staat er in je chart naast sound high of low? Je raad het vast al. Low betekent dat jij tijdens het eten beter een omgeving kunt opzoeken zonder geluid. En praten of luisteren naar iemand die aan je tafel zit? Liever niet. Dat vertraagt jouw verteringssysteem. High betekent uiteraard het tegenovergestelde en dus dat al het geluid is toegestaan; lekker muziekje aanzetten tijdens het eten misschien?

Light

Staat er Light (of direct of indirect) in jouw chart? Dan noemen we jou ook wel de watcher. En wat bekijkt deze watcher dan eigenlijk? Nou, eigenlijk heel simpel: of het buiten licht of donker is. Of iets specifieker: of er daglicht op zijn/haar huid schijnt.

Staat er in je chart naast light direct of indirect? Direct betekent dat er direct licht op je huid schijnt en dus dat het dag is. Jouw verteringssysteem werkt het beste overdag. Eten na 8 uur 's avonds? Uit den boze. Indirect betekent dat er geen direct licht op je huid schijnt en dus is het nacht. Eten na 8 uur 's avonds? Jij kan dat dus wel! Jouw verteringssysteem komt namelijk op gang als het donker is buiten. Waarschijnlijk ben jij ook een echt avondmens?

Sense:

6	5	4	3	2	1	TONE	Cognition	Awareness center
6	Acceptance	Touch						Solar Plexus
5	Judgement	Feeling						
4	Meditation	Inner Vision						Ajna
3	Action	Outer Vision						
2	Uncertainty	Taste						Spleen
1	Security	Smell						

Cognition: Jouw sterkste zintuig

Er zijn 6 zintuigen die hierbij een rol spelen. Hoe ruikt iets? Hoe ziet iets er uit? Hoe proeft iets? Hoe bepaal jij, met welk zintuig, of iets goed voor jou is? In Human Design wordt dit Cognition genoemd.

Iedereen heeft een sterkste zintuig; van de 6 zintuigen heeft ieder van ons er één die van nature het meest ontwikkeld is. En dit zintuig moeten we juist inzetten. Niet alleen voor onszelf trouwens of voor eten. Een zintuig is hoe je de wereld waarneemt. Het is jouw kracht. Dat maakt dat we er veel meer mee kunnen, maar voor nu richten we ons even op voeding.

In Human Design zijn deze zintuigen gekoppeld aan 3 centers (voor degenen die al meer weten van Human Design: dit zijn de awareness centers). Deze centers helpen (elk op een eigen manier) om te bepalen wat goed is voor jou:

- Spleen: het center dat draait om instinct en intuïtie. Het is een klein stemmetje dat dat influistert wat goed en veilig is voor jou.
- Ajna: het center dat staat voor je mind. Dit center werkt veel conceptueler; is de bedenken van een strategie om te bepalen wat wel en niet goed is
- Solar plexus: het center dat draait om gevoelens en emoties. Met dit center voel je letter wat goed is voor jou en wat niet.

Oftewel: je zintuigen verzamelen informatie, die informatie komt binnen en wordt verwerkt in het center. Dus je center interpreteert en beoordeelt al die verschillende prikkels en komt met een advies, waar jij vervolgens alleen nog maar naar hoeft te luisteren (of niet -dat blijft jouw keuze natuurlijk!).

Smell

1 = **Smell**. Is dit jouw sterkste zintuig? Dan is je geur (en dus je neus) je belangrijkste zintuig. En dit zit gekoppeld aan je Spleen center. Je spleen is erop gericht om jou veilig en gezond te houden. Het is dus niet het meest experimentele zintuig, maar het weet wél precies wat goed voor je is. Jij ruikt als geen ander of eten goed voor je is. Ruikt het goed, vers, gezond? Je bent van nature waarschijnlijk voorzichtig met eten, bang dat je ziek of misselijk wordt. Je hoeft niet zo nodig heel veel verschillende dingen te proberen. Wel een tip: voor jou is het belangrijk om niet door je mond te ademen, omdat jouw beoordelingsvermogen dan gewoon niet lekker werkt. Vind je het lastig om te bepalen of je iets wel of niet moet eten? Haal een aantal keer diep adem door je neus. Wat zegt je eerste ingeving?

Taste

2 = **Taste**. Is dit jouw sterkste zintuig? Dan is wat je proeft (en dus je mond) je belangrijkste zintuig. Ook gekoppeld aan je Spleen Center. Maar waar de Tone Smell voorzichtig is als het gaat om voeding, ben jij juist heel nieuwsgierig, wil je van alles proberen, van alles proeven. Hierbij ben je op zoek naar allerlei verschillende smaken. Je gaat op onderzoek uit om te ontdekken wat goed werkt voor jou, wat lekker is. Je weet wat goed is, door het te proeven. Dus iets kan er goed uit zien, maar als smaak tegen valt? Vooral niet eten!

Of ben je lekker aan het eten en merk je dat de laatste happen wat minder beginnen te smaken? Grote kans dat het een teken is dat je vol begint te raken en dat het dus een signaal is dat je genoeg hebt gegeten.

Outer vision

3 = **Outer vision** (of External vision). Dit zintuig is gekoppeld aan het Ajna center en heeft alles te maken met je ogen, met hoe jij de wereld ziet. *Eyes wide open!* Je wilt alles zien.

Voor jou is het handig om voor de koelkast te staan, te zien wat er allemaal beschikbaar is/licht en dan te besluiten wat je wilt eten. Maar ook ben jij goed in op strategische manier bepalen hoe je je maaltje maakt: welke voedingsmiddelen passen goed bij elkaar, qua kleur en qua voedingswaarden? Jij kunt dit als geen ander 'voor je zien'.

Inner vision

4 = **Inner vision**. Ook dit zintuig is gekoppeld aan het Ajna center. Waar Outer vision gaat over wat je je buiten jezelf ziet, gaat Inner vision over in jezelf, naar binnen kijken. Dit klinkt natuurlijk een beetje vaag. Maar als we het naar zintuigen vertalen, komt dit het dichtst bij je 6e zintuig. Een inner knowing- met je ogen dicht weet je wat goed voor je is.

Als iets voor je ligt (fruit, groente, vis, vlees) hoef jij alleen maar even je ogen dicht te doen om te weten of iets goed is voor jou of niet. Jij neemt alle verschillende sensaties van iets tot je; en bijvoorbeeld niet alleen hoe iets ruikt, proeft of eruit ziet. Dus in plaats van uren naar een menukaart staren, mag jij in het vervolg gewoon even een korte blik erop werpen en dan je ogen dicht doen. De antwoorden liggen in jou en als je je even af sluit voor de prikkels van buiten af, dan weet je het gewoon. Fijn toch? Dat scheelt weer uren naar die menukaart staren.

Feeling

5 = **Feeling**. Is dit jouw sterkste zintuig? Dan is dit je belangrijkste zintuig. Deze zit gekoppeld aan je Solar Plexus, je emotionele center. Emoties gaan natuurlijk om hoe iets voelt. Hoewel deze Tone niet perse gaat om letterlijk voelen, maar meer om energetisch voelen. Het is daarmee gekoppeld aan de energie die je voelt en niet aan een zintuigen zoals we ze kennen. Klikt ook dit nog een beetje vaag? Stel je dan voor dat je een kamer in loopt en je voelt een bepaalde vibe.

Dus in plaats van te 'bedenken' of 'weten' wat goed is voor jou of waar je zin in hebt, beoordeel jij het op basis van het gevoel wat je erbij krijgt. Welk gevoel krijg je erbij? Voelt deze voeding goed, gezond, voedend voor mij? Voelt het voor jou bijvoorbeeld wel of niet goed om vlees te eten? Om lokaal, organisch of biologisch te eten? En hoe voelt bijvoorbeeld de plek waar je je eten vandaan haalt?

Touch

6 = **Touch**. Is dit jouw sterkste zintuig? Deze is ook deze gekoppeld aan je Solar Plexus, je emotionele center. Dit keer kunnen we 'touch' letterlijk nemen; het gaat namelijk om aanraking. Touch is immers gelinkt aan ons 'tastzintuig': de huid. Daarmee gaat het om de dingen aanraken. Je kunt letterlijk je handen ergens op leggen en weten of het goed is voor jou. Als het gaat om eten, dan kun je dus het beste iets oppakken of aanraken. Dit zijn de mensen die in de supermarkt eerst dingen oppakken en dan weer terug leggen 😊 En misschien is het je al opgevallen dat het goed voelt voor jou om met je handen bezig te zijn? Denk bijvoorbeeld aan het verbouwen of bereiden van voedsel. Alles waarbij jij je handen kunt gebruiken!

Motivatie:

Waar kom jij 's ochtends je bed voor uit? Waar doe jij het 'allemaal' voor? Oftewel: wat motiveert jou?

Fear

Jij wordt gemotiveerd door wat ze in Human Design 'angst' noemen. Dit betekent niet dat jij een angstig persoon bent, zeker niet, hoewel jij wel 'bang' bent voor het onbekende. Vanuit hier voel jij een sterke drive om het onbekende, bekend te maken. Jij wil daarom alles weten, begrijpen, onderzoeken. Je bent simpelweg voorzichtig en je wilt zeker weten of 'de boel' wel klopt en of je wel het juiste doet. Deze motivatie lijkt daarin op profiel/lijn 1, de onderzoeker die zekerheid wil creëren.

Hope

Jouw motivatie komt vanuit een natuurlijk vertrouwen in het leven. Jij gaat er vanuit dat dingen goed uitpakken waardoor je geen behoefte voelt te focussen op het einddoel; jij vertrouwt op het proces. Deze motivatie lijkt daarin op profiel/lijn 2. De twee is een natuurtalent, die prachtige dingen creëert zonder eigenlijk te weten hoe. Dit doet de twee door te vertrouwen op zijn of haar intuïtie. Ook jij vertrouwt op wat je voelt; jij weet wanneer het het juiste moment is om in beweging te komen en alles precies loopt zoals het moet lopen.

Desire

Jouw motivatie wordt gedreven door verlangen. Het verlangen om te ervaren, om te ontwikkelen, om te groeien. Deze motivatie lijkt daarin op profiel/lijn 3. De avonturier die op ontdekkingsstocht gaat en via trial & error het leven leeft. Ook jij gaat graag op pad; het is belangrijk dat jij het leven zelf ervaart. Door al deze ervaringen groei je niet alleen zelf, maar ben je ook een ervaringsdeskundige die anderen aanzet tot groei. Jij wilt graag een beweging starten en mag daarin een leidinggevende rol pakken.

Need

Jouw motivatie draait om één vraag: 'Wat is er nodig?' Jij voelt een innerlijke drive om deze behoefte te vervullen en jezelf maar ook de mensen om je heen te geven wat ze nodig hebben. Van nature maak jij complexe dingen situaties begrijpelijk. Jij wil de complexiteit wegnemen en daarmee de ander helpen het op te lossen. Dit doe je instinctief, om ervoor te zorgen dat niet alleen jij, maar ook de ander zich goed voelt; je verbindt met de ander en je helpt de ander verbinden met zichzelf. Deze motivatie is vergelijkbaar met profiel/lijn 4: de netwerker. Deze 'need' gaat dus echt over het verlangen om te verbinden.

Guilt

Jij wordt gemotiveerd door wat ze in Human Design 'schuld' noemen. Met een gevoel van schuld kijk jij naar de wereld en zie jij wat er beter kan. Instinctief zie jij waar iets niet stroomt en je bent gemotiveerd dit op te lossen. Deze motivatie gaat over tot actie over gaan, over in beweging komen, over dingen verbeteren. Deze motivatie lijkt daarin op profiel/lijn 5. De zogenaamde 'Hero' die overal een antwoord op heeft, de redder in nood, *the one who saves the day*.

Innocence

Jouw motivatie komt voort vanuit het verlangen om een authentiek leven te leven, om dicht bij jezelf te blijven, om zonder verborgen agenda je ding te doen. Geen geheimen, maar geheel onschuldig leef jij in alignement met je design. Hiermee ben jij -voor onbewust- een voorbeeld en inspiratie voor anderen, Deze motivatie heeft overeenkomsten met profiel/lijn 6, het rolmodel. Je draagt deze rol uit, niet door je te focussen op anderen, maar vooral door jezelf te verbeteren.

Perspectief: Zie pijlen

Enviroment/omgeving:

De juiste omgeving kan jou ondersteunen óf de boel juist uitdagender maken. En nu schuwen ook wij een beetje uitdaging in het leven niet. Maar wil jij dat het makkelijker wordt om je strategie en autoriteit te volgen? Dan is de juiste omgeving van belang.

Caves

De grot draait om het creëren van een gevoel van veiligheid. Om een veilige omgeving. Hoewel je soms vindt dat je meer naar buiten zou moeten gaan, vind jij het stiekem heerlijk om binnen, in jouw grot, te blijven. Om daar echt jouw plek van te maken. Je vindt het fijn om al die muren om je heen te hebben; een open kantoor of een kantoortuin is bijvoorbeeld niet aan jou besteed.

Markets

Bij de markt denk je waarschijnlijk gelijk aan drukte, veel verschillende smaken, veel verschillende keuzes. En heb jij de markt als omgeving, dan draait alles om die keuzes. Jij hebt een omgeving nodig waarbij je iets te kiezen hebt; wat je eet, waar je gaat zitten, wat je meeneemt naar huis.

Kitchen

De keuken draait om ontmoetingen én om alchemie. Zie het als een plek waar een grote pot op het vuur staat te pruttelen, een pot van creativiteit. Je gooit er een beetje van dit in, je gooit er een beetje van dat in... je experimenteert om er zo achter te komen wat nou écht lekker smaakt. Deze smaak wordt aangevuld met mensen die komen aanwaaien, die even een drankje komen doen in jouw keuken. Mensen van verschillende culturen, leeftijden, met verschillende interesses. Op deze manier representeert het een plek waar transformaties in gang worden gezet. Dit is waar de wereld kan veranderen. En dit is jouw ideale omgeving om je energie te laten stromen.

Mountains

De bergen gaan letterlijk over hoogte. Jij hebt hoogte nodig om het grotere geheel te kunnen zien. Jouw bewustzijn werkt niet goed op begane grond. Daar ervaar je niet hetzelfde perspectief als dat je krijgt als je de hoogte in gaat. Dan ineens vallen dingen op z'n plek. Wat is dat dan met die hoogte? Je krijgt o.a. minder zuurstof daar boven op die berg. En jouw systeem gaat daar goed op. Of dit medisch onderbouwd kan worden weten we niet, maar dit is hoe Human Design er naar kijkt.

Valleys

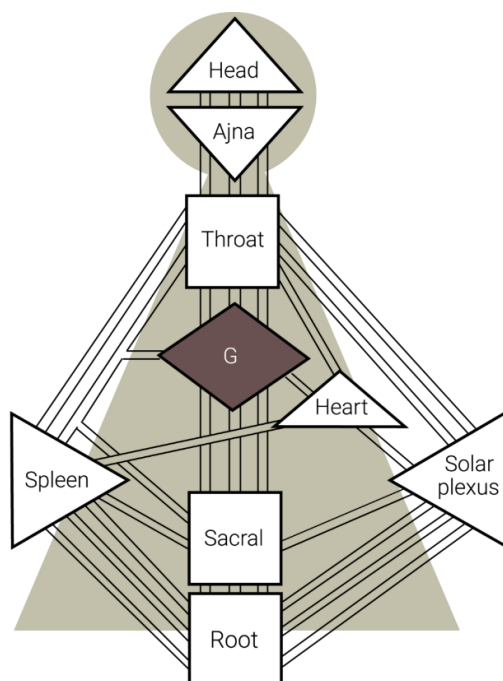
De vallei is een uitgestrekte gebied, een vlakte, tussen bergen en heuvels. Het is die plek op de begane grond waar je alles voorbij ziet komen. En waar communicatie en akoestiek een bijzondere rol spelen. Jouw ideale omgeving is een plek waar je mensen kunt kijken, gesprekken kunt opvangen, waar je zelf open een eerlijk kunt communiceren, waar je mensen en boodschappen goed kunt horen.

Shores

De kustlijn representeert een grenslijn, een scheidslijn. Tussen rotsen en water. Tussen water en strand. Bij de kustlijn draait alles om zien waar twee verschillende omgevingen

samenkomen. In jouw ideale omgeving moet je dus weg kunnen kijken, andere ruimtes kunnen zien. Het liefst zit bij je naast een raam. Maar letterlijk duiken in een andere wereld (via een boek, een film of een spel) is ook behulpzaam voor jouw energetische systeem.

Uitleg tekening:



Head-Hoofd: inspiratie en informatie
Ajna - Mind: nadenken en analyseren
Throath-Keel: communicatie en actie
G: identiteit, richting en liefde
Heart-Hart/Ego: wilskracht en ego
Solar Plexus – Zonnevlecht: Emotie: emoties en gevoelens
Spleen - Milt: intuïtie en instinct
Sacral - Sacraal: levensenergie
Root - Wortel: actie en ambitie

Centrum.

Een centrum kan open (wit) of gesloten (gekleurd) zijn. Als een centrum *gesloten* is, dan is de energie in dit centrum constant en altijd aanwezig. Dit is waar jij van nature 'jezelf' bent.

Waar je op kunt vertrouwen, waarin je een voorbeeld bent voor anderen. Maar waar je soms ook een béétje inflexibel bent.

Een *open* centrum daarentegen, staat letterlijk open: je wisselt energie uit met je omgeving. En dat is super leuk -maar soms een beetje verwarrend. Omdat je op het ene moment het ene voelt en op het andere moment het andere. Open centers maken je namelijk gevoelig voor invloeden van buitenaf. Anderzijds kun je hierdoor ook heel veel verschillende dingen ervaren en daarvan leren!

GESLOTEN CENTERS zijn hubs waar de energie constant is. Oftewel: waar constant energie is. De hubs zijn eigenlijk altijd tot de nok toe gevuld. Er stroomt -los van waar je bent en wie of wat er om je heen is- altijd een constante stroom van energie doorheen. Je kunt het centrum dan ook wel zien als een fabriek, waar de hele dag geproduceerd wordt. Hiervoor heb jij niets van buitenaf nodig; ook niets om te voorzien in brandstof of om je op te laden. De fabriek werkt op zichzelf. Dit betekent dat je niet zo ontvankelijk bent voor de energie van buitenaf, de energie van anderen. Hierdoor laat je je niet snel beïnvloeden of conditioneren op deze thema's. Jij bekijkt de wereld op je eigen objectieve manier. Vanuit jouw innerlijke wijsheid. En door jouw lens. Dit is enerzijds heel fijn (want duh, jij laat je door niets en niemand iets wijsmaken). Je kunt namelijk altijd op deze centers bouwen en vertrouwen, je werkt op die thema's in de basis altijd hetzelfde (of het nu maandag of dinsdag, ochtend of avond, en zomer of winter is) en waarschijnlijk ben je je daar ook bewust van. Wat jij ervaart vanuit de centers is heel constant en dat voelt fijn. Anderzijds ligt er op deze thema's minder ruimte voor groei. Je functioneert hier namelijk min of meer op dezelfde manier, waardoor het moeilijker is om van richting te veranderen (je bent stiekem ook iets minder flexibel) en je ervaart bijvoorbeeld niet alle 'verschillende smaken' van iets. Je zult niet zo snel de wereld bekijken door een andere lens. Op deze vlakken voel jij je daardoor wél heel erg 'jezelf' en ben je van nature zelfverzekerd. En deze kwaliteit kun je met de wereld delen, door anderen de dingen vanuit jouw perspectief te laten zien. We noemen een gesloten centrum dan ook wel een bron van wijsheid, waar jij uit kunt putten. Jouw gesloten centers bepalen je energietype, je strategie en je autoriteit.

Gesloten= - Energie geven - Innerlijke wijsheid - Consistentie

OPEN CENTERS zijn hubs waar de energie níet constant is. Oftewel: waar niet constant energie te vinden is. De fabriek moet als het ware aangezwengeld worden. Open centers zijn er dan ook om energie te ontvangen. Je bent hier ontvankelijk en dit betekent dat je letterlijk in uitwisseling staat met je omgeving. Wat je voelt, denkt of ervaart, zal daarom per situatie verschillen. Als er energie stroomt in het centrum, dan is dat afhankelijk van waar je bent en wie of wat er om je heen is. Het ene moment heb je bijvoorbeeld energie voor tien, kun je bergen werk verzetten en in een hyperfocus zitten, kun je moeiteloos de juiste woorden vinden of vind je jezelf de wereld waard, terwijl dit het volgende moment ineens weer ver te zoeken is. Je komt thuis en bent ineens helemaal op, je begint bij bepaalde mensen standaard aan jezelf te twifelen, je begint heel veel te praten om een stilte op te vullen of komt ineens juist helemaal niet meer uit je woorden. Dit allemaal omdat de energie op deze thema's -of op één van de thema's niet constant is. Dit betekent óók dat je hier makkelijker te beïnvloeden of te conditioneren bent. Vanuit de open centers bekijk je de wereld op een subjectieve manier, door verschillende lenzen. Dit creëert ruimte voor groei, variatie en het opdoen van wijsheid. En dat is iets moois! Jij bent hier namelijk om alles te ervaren en daarvan te leren. Maar... dit kan ook verwarrend zijn. Zeker omdat dit niet is hoe het ons is geleerd. Het kan zelfs een beetje onbetrouwbaar aanvoelen, omdat het altijd weer kan veranderen. In de ene situatie voelt het 'zo', in de andere situatie voelt het 'zo'. En daar is niets mis mee, het is allemaal 'waar'. Het is namelijk jouw observatie -jouw ervaring van de

werkelijkheid- op dat moment. En die klopt altijd. In je open centers ligt een zee aan mogelijkheden, maar deze zee is wel iets moeilijker te bevaren. En vooral: het is hier moeilijker om je éigen koers te varen. Daar waar je open staat, ben je namelijk gevoelig voor invloeden van buitenaf. Je pikt hier van alles op, bekijkt alles door al die verschillende lenzen, waardoor je soms letterlijk niet meer weet wat je zelf wilt. En als je dat al weet -of denkt te weten- dan is het misschien alweer veranderd.

Open= - Energie ontvangen - Groei / opbouw van wijsheid – Veranderlijkheid

Waarom zijn deze centers zo belangrijk?

Het is dé basis van Human Design en je centers bepalen je type, strategie en autoriteit. Alles wat jou mens maakt eigenlijk. Het laat zien waar je kracht ligt, wat je valkuilen zijn, je passies, je drijfveren, je identiteit, hoe je met stress om gaat, je emoties, liefde, hoe je bent in relatie tot anderen, waar je beïnvloedbaar bent, waar je anderen inspireert... kortom: ALLES!

Hoofd en Ajna centrum (Head en Ajna center)

We beginnen bovenaan, bij het Hoofd (Head) en de Ajna. Deze twee werken namelijk samen; samen vormen ze je mind, je gedachten, je ideeën, en meningen. Zie je hoofd als een databank voor inspiratie, als een wandelende antenne die de hele dag inzichten 'downloadt'. Je Ajna verwerkt vervolgens al deze informatie. Het verwerkt, structureert en analyseert. Jouw centers zijn open. Dat betekent dat je letterlijk beschikt over een open mind!

OPEN CENTRUM: jouw **Hoofd centrum** is wit en dus open? Voel jij net zo goed een druk om dingen te weten, te verklaren en te begrijpen? Dat kan goed kloppen! Hoewel deze druk niet uit jezelf komt, kun jij deze druk wél van buitenaf voelen. Je hebt misschien het gevoel dat je altijd inspiratie moet hebben, vol ideeën moet zitten. En dat je daarvoor constant nieuwe informatie tot je moet nemen en alles moet begrijpen. Dit kan in jouw geval nogal frustrerend zijn, want dit is simpelweg niet waar jij voor bent gemaakt. Jij bent hier om te dromen, om je te verwonderen, om mogelijkheden te ontdekken, om onbepaald geïnspireerd te raken. Kortom; om jouw blik op de wereld (én die van de mensen om je heen) te verruimen. Niets is te gek, dus kom maar door met al die nieuwe perspectieven! Inspiratie komt en gaat en het is OK om soms inspiratieloos te zijn. Wist je dat rust de perfecte 'voedingsbodem' is voor nieuwe inspiratie? Ook is het OK dat je niet altijd alles begrijpt, want eerlijk is eerlijk: stiekem vind je eigenlijk ook helemaal niet alles zo interessant. Voorkom dat je obsessief op zoek gaat naar informatie, want daarmee blokkeer je juist jouw energiestroom. De druk van buitenaf om constant informatie tot je te nemen (te downloaden) gaat nooit helemaal weg, maar het goede nieuws is: je kunt er wel mee leren omgaan. Gebrek aan inspiratie?

Tip: Bezoek plekken waar veel gebeurt en waar je geïnspireerd raakt... Dat kan in de vorm van reizen of het bezoeken van musea of exposities, maar dat zit ook net zo goed in de kleine dingen. Werk bijvoorbeeld eens vanuit een koffietentje of vanaf een andere werkplek. Omring je met mensen die je inspireren en geniet van het feit dat je niet zelf op zoek hoeft te gaan naar de antwoorden, maar dat anderen mensen dat voor jou doen.

GESLOTEN CENTRUM - is jouw **Hoofd centrum** ingekleurd en dus gesloten? Dan wil je constant dingen weten, verklaren, begrijpen. Je vindt het heerlijk om je hoofd te voeden met nieuwe informatie en je downloadt dan ook de hele dag door al die nieuwe inzichten. Je bent benieuwd hoe alles in elkaar zit, je wilt weten, je wilt begrijpen. Verwarring en twijfel over iets

is niet weggelegd voor jou. Jij bent op zoek naar duidelijkheid. Voor jou voelt dat heel natuurlijk, maar het is goed om je te beseffen dat slechts 30% van de mensheid een gesloten Hoofd centrum heeft. Niet iedereen voelt die interne drive om altijd op zoek te gaan naar antwoorden. Het leuke is dat jij hiermee een inspiratie kunt zijn voor anderen. Anderen luisteren graag naar jouw gedachten en ideeën. Jouw kennis en inzichten doen ertoe. Ze zijn een inspiratie voor anderen en mogen gehoord worden. De keerzijde van een gesloten Hoofd centrum is dat je het gevoel kunt hebben rond te lopen met een heel vol hoofd. Een hoofd vol gedachten dat bijna niet stil te krijgen is. De mentale druk die jij voelt geeft aan dat je jezelf teveel pusht in deze eindeloze zoektocht naar inspiratie. Oefen daarom geduld; niet elke vraag hoeft direct beantwoord te worden. Voorkom dat je de 'druk' opbouwt (en dat je gedachten letterlijk stagneren).

Vragen om jezelf te stellen: - Wil ik hier wel over nadenken? - Is dit een vraag waar ik écht antwoord op wil? - Interesseert het mij écht? - Gaat een antwoord op deze vraag mij echt helpen? - Wat als ik geen antwoord krijg op deze vraag? - Durf ik te dromen en mijzelf te verwonderen? - Vertrouw ik erop dat de antwoorden die ik zoek vanzelf naar mij toe komen?

OPEN CENTRUM: jouw Ajna centrum is wit en dus open. Je hebt een meer flexibel denkproces; je benadert vragen en informatie steeds op een andere manier. Oftewel: je hebt letterlijk een open-mind. Je hebt niet snel een oordeel klaar, veroordeelt niet snel iets of iemand, kunt een probleem van meerdere kanten bekijken en kunt je goed in anderen verplaatsen. Dat maakt je empathisch en tot een fijn klankbord voor de mensen om je heen. Maar... je bent hierdoor ook nooit helemaal zeker van je zaak. Je hebt nooit alle antwoorden. Je neemt liever nooit direct een standpunt in. Hebt niet altijd direct een mening klaar. En misschien ben je geneigd extreem hard te studeren, alles tot in je puntjes te willen begrijpen, alles uit te schrijven zodat je als iemand een vraag stelt, het antwoord hebt. Misschien doe je zelfs stiekem een beetje je best om intellectueel te zijn of over te komen? Maar weet: je hoeft niet alles te weten, je hoeft niet alles te snappen, je hoeft niet alle antwoorden te hebben! Jij bent hier om met nieuwe denkbeelden te komen, om onze manier van denken te verruimen. En zeg nou zelf: dat is toch veel leuker dan het reproduceren van 'feiten' en conclusies die anderen al hebben bedacht? En niet doorvertellen hoor, maar het bijzondere aan jouw open-mind is dat jij soms gedachten kunt lezen van anderen. Dit komt omdat jij met een open centrum de gedachten van anderen oppikt. En maak jij ook weleens de zinnen af van een ander? Ook dat is een mooi voordeel van een open-mind!

GESLOTEN CENTRUM: is jouw Ajna centrum ingekleurd en dus gesloten? Dan heb je een constant denkproces. Een constante manier van informatie verwerken. Jij leert en onthoudt informatie steeds op dezelfde manier en hebt daardoor het gevoel dat je heel zeker bent van je zaak. Je weet gewoon wat je doet. En staat eigenlijk altijd klaar om op de meeste vragen een antwoord te hebben. Je kunt goed diep nadenken, maar daar soms ook moeilijk mee stoppen. Met een gesloten Ajna centrum kun je daarom ook wel zowel de filosoof als de piekeraar zijn. Mensen met een gesloten Ajna identificeren zich gemakkelijk met hun mind. Mijn waarheid? Dat is toch gewoon dé waarheid? Het lastige is dat de energie in je mind heel dominant kan zijn, het Ajna is een krachtig centrum. Maar pas op voor rationale beslissingen. Je mind is een hele mooie tool om informatie te analyseren, vergelijken en verwerken. Maar geef het niet te veel macht. Wat op papier de beste keuze is, zegt namelijk niets over wat jou het meest gelukkig maakt. Maak daarom keuzes met je lichaam, met je *inner authority*. Het lichaam vertelt je letterlijk waar het energie van krijgt en waarvan niet, waar jouw passie

ligt en waar jouw hart sneller van gaat stromen. En willen we daar uiteindelijk niet allemaal meer van?

Geen kanaal tussen je Ajna centrum en je Keel centrum? Dan is er letterlijk geen constante verbinding tussen je mind en je lichaam, waardoor je geneigd bent nóg meer naar je mind te luisteren. En waardoor het nóg moeilijker is om 'uit je hoofd' te komen. Wat kan leiden tot piekeren, negatieve gedachten en angsten (want ja, die creëer je allemaal in je gedachten). Er stroomt veel energie in je Ajna centrum, maar vergeet niet dat er ook veel energie stroomt in je andere gesloten centers. Contact maken met je lichaam is dus heel belangrijk.

Vragen om jezelf te stellen: - Probeer ik anderen te overtuigen dat ik het (antwoord) wel weet? - Heb ik het gevoel dat ik alle antwoorden móét weten? - Luister ik écht naar anderen - of probeer ik ondertussen te bedenken wat ik zelf wil zeggen? - Leef ik in het moment -of ben ik de hele tijd antwoorden aan het bedenken op vragen? - Sta ik het mijzelf toe om van gedachten te veranderen? - Waar houd ik vast aan overtuigingen die niet helpend zijn?

Keel centrum (Throat center)

Alles wat je voelt en ervaart in je andere centers, komt hier naar buiten. Het is het kanaal van transformatie, manifestatie en communicatie. Het is de manier waarom je laat zien aan de wereld wie je bent. *How you show up*. Je moet het zo zien... je voelt in het Emotionele centrum allemaal emoties, je voelt je Sacraal motor branden, je voelt een adrenaline stoot vanuit je Wortel centrum, je voelt een sterke drive vanuit je Hart centrum... en deze energie, die wil naar buiten. En dat kan op allerlei manieren zijn, hoe je beweegt, hoe je je werk doet, creativiteit (dus schilderen, schrijven) en dus communicatie, hoe je praat.

Met welk centrum is de keel verbonden?

Ajna - Je spreekt wat je denkt.

G - Je spreekt vanuit je diepste kern.

Heart - Je spreekt vanuit jezelf en wat jou drijft.

Solar Plexus - Je spreekt met een emotionele kleur.

Spleen - Je spreekt over wat goed / gezond is voor jou.

Sacral - Je spreekt over werk en relaties.

Root - Je spreekt over jouw ambities

OPEN CENTRUM: is jouw **Keel centrum** wit en dus open? Dan beschik jij niet over een constante manifestatiekracht. Niet getreurd: niet iedereen is gemaakt om de hele tijd te creëren en zichzelf te laten zien. Jij niet en 35% van de mensheid niet. Jij hoeft niet constant uiting te geven aan wat er gebeurt in de overige centers. Soms voel je ineens een impuls om iets te doen of te maken, maar soms ook helemaal niet. Wel is het ook hier belangrijk om je strategie en autoriteit te volgen. En hoe vervelend het 'wachten' misschien ook klinkt, dit is wel hoe het voor Generators, Projectors en Refectors allemaal (in bepaalde mate) werkt. Betekent dit dat je passief moet gaan zitten tot je aan de slag mag en jezelf mag laten zien? Nee, integendeel! Het betekent vooral dat je niets hoeft te pushen, omdat de kans dan groot is dat je dan tegen muren aan loopt. Maar je bent volledig vrij om te leren en te creëren. Als je aan je hobby's / passies / carrières werkt -zonder de druk om een eindresultaat af te dwingen- zal je door anderen worden opgemerkt. Probeer dus vooral niet geforceerd aan de buitenwereld te laten zien wat je hebt bedacht of gemaakt. De bloem wacht niet op de bij met bloeien. Hij bloeit en de bijen komen. En, er zijn andere voordelen! Veel grote sprekers hebben een open Keel centrum, omdat ze heel goed hun toon kunnen aanpassen aan de boodschap en hun publiek. Spreek vrijuit en laat de woorden spontaan komen. En ja, een valkuil is dat je er nog wel eens iets uit gooit, waar je later spijt van krijgt. Maar dit gebeurt

alleen als je een druk van buitenaf voelt om iets te zeggen. Voel jij zelf, van binnenuit, de behoefte om iets te zeggen? Denk dan niet na over je woorden; ze komen vanzelf.

GESLOTEN CENTRUM: jouw Keel centrum is ingekleurd en dus gesloten. Jij beschikt over een constante manifestatiekracht. Je weet goed wanneer tot actie over te gaan, wanneer te creëren, en wanneer niet. En vooral: je houdt je hierbij aan je eigen (innerlijke) timing. Jij voelt wanneer het tijd is om een bepaald stukje van jezelf te laten zien. Dat wat jij ervaart in één van de andere centers, komt via je Keel centrum tot uiting. Je geeft een creatieve invulling aan al die energieën die in jouw stromen. Dus ontvang jij werkenergie vanuit je Sacrale centrum? Dan zorgt je Keel dat je daadwerkelijk gaat werken; je gaat tekenen, of bouwen, of schrijven. En volg jij jouw drive vanuit je Hart/Ego centrum? Dan helpt je keel bij het manifesteren van deze drive. Dit betekent overigens niet dat je alles altijd maar kunt initiëren. Want ook met een gesloten Keel centrum moet je natuurlijk gewoon je strategie en autoriteit volgen. Wel is het makkelijker om je strategie te volgen, omdat jij minder druk van buitenaf voelt om jezelf te laten zien. Als het gaat om spreken is dit een ander verhaal. Jij bent hier om letterlijk je stem te laten horen, jij hebt iets te zeggen. De manier waarop jij communiceert en spreekt is consistent. Je hebt een duidelijk, herkenbare manier van praten. En weet precies wanneer te spreken, maar ook wanneer níét te spreken. Je hebt namelijk simpelweg niet altijd de behoefte om iets te zeggen. Als je praat, dan praat je met een bepaalde zekerheid, maar, let op: niet over alles!

Vragen om jezelf te stellen: - Voel ik een druk om te praten of een stilte op te vullen? - Wil ik écht iets zeggen? - Komt de drive om iets te zeggen van binnenuit? - Voel ik een druk van buitenaf om tot actie over te gaan? Of iets te zeggen? - Probeer ik aandacht te trekken?

G centrum (G center)

Je G centrum wordt ook je wel identiteit genoemd; het gaat over je richting in het leven, je 'zelf' zijn maar ook over liefde. Liefde voor jezelf, liefde voor anderen, de mensheid, het leven, spiritualiteit. Wordt je hart gebroken? Dan voel je dat ook hier, in dit centrum.

OPEN G-CENTRUM: jouw G-centrum is wit en dus open. Je hebt dan geen vaststaande identiteit en gevoel van richting in je leven. Jouw identiteit is fluid. Je bent als een kameleon! De existentiële vraag: is voor jou als een gebed zonder einde. En dat lijkt maatschappelijk niet altijd even geaccepteerd (want hallo: je moet toch écht weten wie je bent?), maar wat als jij hier niet bent om precies te weten wat je bestemming is? Jij bent hier om veel verschillende richtingen te proberen én om daar onbepaald mee te experimenteren. Op reis ben jij iemand die er geen (of minder) moeite mee heeft dat de volgende bestemming nog niet vast staat. Waarschijnlijk vind je het zelfs fijn. Een open G-centrum betekent echter niet dat je richtingloos bent, maar meer dat jouw pad vele omwegen kent. Heb jij even mazzel dat het leven om de reis en niet om de bestemming gaat ;) Je bent trouwens niet de enige waarbij het leven niet helemaal volgens een recht pad verloopt, dit geldt voor ongeveer 45% van de mensheid. Jouw G-centrum vertelt niet wáár je moet zijn, maar je hebt daardoor waarschijnlijk wel een buitengewoon sterk gevoel ontwikkeld voor welke plekken wel of niet goed voor jou zijn. Dit is misschien een langere weg geweest dan voor anderen, maar wijsheid komt met de jaren. En had jij al deze ervaringen willen missen? Nee toch? Hetzelfde geldt voor de zoektocht naar liefde, mocht het nog op tijd zijn: je hoeft geen datingapps uit te spelen. Zoek niet obsessief naar richting en liefde, dit komt vanzelf op je pad. De norm lijkt te zijn dat je iemand moet 'zijn', maar ook zonder vaststaande identiteit 'ben' jij iemand. En ben jij het waard om liefde te ontvangen. Het bijzondere aan een open G-centrum is trouwens dat jij je goed kunt inleven in de ander. Omdat je je identificeert met de ander, kun je letterlijk 'even' voelen hoe het is om de ander te zijn.

GESLOTEN CENTRUM: is jouw **G-centrum** ingekleurd en dus gesloten? Dan beschik jij over een ingebouwd kompas; je hebt een duidelijke identiteit (goed te herkennen door jouzelf maar ook door je omgeving) en een duidelijke richting in je leven. Denk je nu: maar ik weet juist helemaal niet écht waar ik naartoe ga? Dat hoeft ook helemaal niet! Je hoeft ook niet alle stappen op papier te kunnen zetten of exact te weten wat je bestemming is (dat zou maar saai zijn, vind je ook niet?). Waarschijnlijk voel je wél of dingen bij je passen of niet. En de kans is groot dat jij je misschien wel nooit echt druk hebt gemaakt over wat je purpose is of welke kant je op moet gaan. Je leeft je leven, maakt keuzes en durft te vertrouwen dat de richting die je op gaat, de juiste is. Jij weet namelijk wie je bent en waar je voor staat. Heel fijn om te 'weten' dat jij over een sterk innerlijk kompas beschikt, maar dat betekent nog niet dat je het altijd kunt 'voelen' en dat je weet ernaar te luisteren. Er zijn zoveel mensen, omstandigheden en dingen om ons heen die veel van ons vragen. Maar als jij op je eigen pad weet te blijven, ervaar jij een constante stroom aan liefde. Liefde voor het leven en de mensen om je heen. Je hebt dan veel liefde te geven

Vragen om jezelf te stellen: - Is het écht belangrijk dat ik weet wie ik ben en welke richting ik op ga? - Merk ik dat ik mij aanpas aan de persoonlijkheden van mensen om je heen? - Twijfel ik of er van mij gehouden wordt? - Zoek ik naar de juiste partner, de liefde van mijn leven, mijn soulmate? - Twijfel ik over mijn richting, over mijn bijdrage in de wereld? - Accepteer ik alle verschillende versies van mijzelf? Of kan ik dit nóg meer gaan omarmen? Kan ik het nóg meer gaan zien als een kracht?

Hart/Ego centrum (Heart center)

Dit is een ietwat complex centrum, want het ego wordt vaak verkeerd begrepen. Maar een ego hebben is niet iets verkeerd in Human Design. Ego gaat namelijk om eigen waarde, de waarden (values) die je nastreeft. Jouw wilskracht. Jouw drive. Waar stroomt jouw hart van over?

OPEN CENTRUM: jouw **Hart/Ego** centrum is wit en dus open. Jij voelt die sterke interne drive en wilskracht niet altijd. Terwijl je misschien wel het gevoel hebt dat je moet weten wat jou drijft en waar jouw ambities liggen. Want daarmee bepaal je je eigenwaarde, toch? Misschien stelt het je gerust, maar liefst 65% van de mensheid heeft een open Hart/Ego centrum. Je zal -tot je dit door hebt- altijd het gevoel hebben dat je iets te bewijzen hebt. Maar dit is de grap: jullie zijn helemaal niet gemaakt om jezelf te bewijzen. Tegenover jezelf niet, tegenover niemand niet! Dit is dé Key, van het leven met een open Hart centrum. Of misschien wel van het leven, als we de bedenker van Human Design Ra Uru Hu mogen geloven. Hij noemt een open Hart centrum het grootste probleem van de mensheid. Zo heftig willen wij het niet stellen, maar... er zit wel een kern van waarheid in. Want eigenwaarde is de basis van alles. En zonder constante eigenwaarde, zal je hier ALTIJD en OVERAL naar op zoek gaan. Herkenbaar voor iedereen met een open Heart centrum: als ik alleen nog even X (vul in: deze opleiding doe, een paar kilo minder weeg, etc.), dan ben ik het wél waard. Laat dit los. Het is niet waar. Je houdt hiermee alleen jezelf klein. Want wat als je het nu al waard zou zijn? Het goede nieuws? Hier ligt ook de grootste potentie voor wijsheid! Want als jij dit kunt doorzien, als jij snapt dat je niets hoeft te bewijzen, dat je jezelf met niemand hoeft te vergelijken, dat je niets hoeft te doen, alleen maar hoeft te zijn, dat jij het helemaal waard bent -sterker nog, dat je dit altijd al bent geweest (herhaal dit een keer, of tien, of zo vaak als nodig is)... dan gaat de ene na de andere deur open. En in plaats van het najagen van die ene drive, mag jij juist alles nastreven! Verschillende banen, diëten, trainingsregimes, vriendschappen, hobby's, projecten. Het ene moment ga je vol ergens voor, en het andere moment probeer je iets anders. Doe wat jouw **inner authority** je aangeeft. Accepteer dat je

niet de beste hoeft te zijn of beter hoeft te zijn dan anderen, deze ambities maken jou met een open centrum alleen maar ongelukkig. Want ook zonder die drive ben jij uniek.

GESLOTEN CENTRUM: is jouw Hart/Ego centrum ingekleurd en dus gesloten? Dan voel jij een sterke interne drive en een sterke wilskracht om dingen te doen. Jouw drive is als een energiestoot, die je helpt om dingen te ondernemen, beloftes te doen én deze na te komen. Dingen beloven en waarmaken kun je zien als een work-out voor je ego; het is dé manier om te laten zien wie jij bent en wat je kunt. Van nature heb je veel zelfvertrouwen. Je weet wat je waard bent en wat je wilt nastreven. Je hebt geen moeite om waarde toe te kennen aan of geld te vragen voor dat wat je doet. En daarbij, je enthousiasme werkt aanstekelijk. Je houdt waarschijnlijk wél van een bepaalde mate van controle; controle over je leven, je werk, je huis, je tijd, etc. En voor jou is het stiekem best gezond om een beetje een control freak te zijn. Een beetje hè, want vergeet niet dat je over heel veel geen controle hebt in het leven. Daarnaast is het belangrijk dat je uitzoekt waar je de wilskracht voor hebt en waar je dat voor in wilt zetten. Wat geeft jou nou écht energie? Wees selectief!

Vragen om jezelf te stellen: - Waar heb ik voor mijn gevoel nog iets te bewijzen? - Is het belangrijk voor mij wat anderen van mij vinden? - Waar kan ik mijzelf betrappen op beperkende gedachten (als ik alleen maar X doe / heb / bereik, dan ben ik het waard om...)? - Waar vergelijk ik mezelf met anderen? - Wat als dit de bedoeling is? Als ik vandaag precies ben, waar ik vandaag zou moeten zijn? Hoe zou ik mijzelf dan voelen? Welke (negatieve) gedachten over mijzelf kan ik dan loslaten? - Hoe zou mijn leven eruit zien als ik het helemaal waard ben?

Milt centrum (Spleen center)

Het Milt centrum (Spleen) draait het om je immuunsysteem, instinct en intuïtie. Intuïtie over of iets goed of slecht is om te overleven. Over wat goed is voor jou. Het vertelt je over je fysieke gezondheid en veiligheid. Over lekker in je vel zitten en je goed/gezond voelen.

OPEN CENTRUM: jouw Milt centrum is wit en dus open. Jij hebt geen constante toegang tot je instinct. Dit betekent echter niet dat je niet intuïtief bent. Integendeel! Jij hebt het voorrecht om van alle intuïtieve gaven een stukje mee te pakken. Heb jij geen enkele poort (nummer) ingekleurd in dit centrum? Dan heb jij zelfs een grote kans om helderziende gaven te ontwikkelen! Met een open Milt centrum voel jij van nature aan hoe het met de ander gaat, jij doorziet de angsten en weet goed wat de ander nodig heeft om te overleven of om zich beter te voelen. Misschien ben je zelfs een arts of werk je in de zorg? Maar, er is ook een keerzijde. Namelijk dat het een stukje moeilijker kan zijn om te voelen wat goed is voor jou en voor jouw lichaam. Je bent je minder bewust van je lichaam en voelt daardoor niet altijd even goed aan wat jij nodig hebt. En zo kan het zijn dat je te lang in een bepaalde baan of relatie blijft hangen, die eigenlijk niet goed voor je is. Daarnaast kan het zijn dat je angsten overneemt van anderen. Door wat je bijvoorbeeld hoort op het nieuws of wanneer je je vrienden hoort praten over iets dat niet goed voor hen is. Het duurt soms even voordat je doorhebt of deze angst ook echt op jou van toepassing is. Soms krijg je een hele scherpe ingeving en soms blijft het gewoon stil. Zo werkt jouw open Milt centrum. En het kan handig zijn, maar je hoeft niet instinctief te weten hoe je goed voor jezelf kunt zorgen. Dit is prima te leren. Omring je met mensen die goed en gezond leven, verzamel informatie over wat wel/niet goed voor je is, probeer dingen uit en geef je Milt wat tijd. Ook jij komt er vanzelf achter wat jouw lichaam nodig heeft om je goed te voelen.

GESLOTEN CENTRUM: is jouw Milt centrum ingekleurd en dus gesloten? Dan kun je heel goed op een spontane ingeving -dat kleine, zachte stemmetje- vertrouwen. Jouw instinct is goed ontwikkeld en heel consistent aanwezig. Net als een dier kun jij snel inschatten of iets

goed voor je is -of niet. En je bent je waarschijnlijk heel bewust van je eigen lichaam. Dit is belangrijk want lekker in je vel zitten, je fysiek goed voelen is belangrijk met een gesloten centrum. Het is handig om te beseffen dat de Milt alleen in het moment werkt; in het moment is het een stem, die aangeeft of je iets wel of niet moet doen. Overschreeuw deze stem dan ook niet met gedachten; het duurt slecht 9 seconden voor je mind geneigd is je intuïtie onderuit te halen. Stel je bent met een groep vrienden op pad. En iemand stelt voor om ergens naartoe te gaan. Je eerste ingeving zegt: 'nee'. Maar dit kun je niet uitleggen. Dus tegen de tijd dat je vrienden een beetje aandringen dat je best mee kunt gaan, zijn de 9 seconden voorbij en is dat stemmetje alweer weg. Je voelt de 'nee' niet meer en laat je overhalen om toch mee te gaan. Grote kans dat je hier achteraf spijt van krijgt!

Vragen om jezelf te stellen: - Herken ik de verschillende stemmen van mijn intuïtie? - Luister ik genoeg naar wat mijn lichaam nodig heeft? - Zijn er dingen of situaties waar ik te lang in blijf hangen? - Pak ik rust wanneer ik dat nodig heb? - Zijn er dingen en situaties die niet gezond voor mij zijn? En die ik beter los kan laten?

Solar Plexus (Emotionele center)

Je Emotionele centrum (Solar Plexus) staat voor je emoties en wordt daarom ook wel het emotionele centrum genoemd. De plek waar je emoties worden gereguleerd, waar je verlangens voelt, stemmingen ervaart, gevoeligheden, angsten, passie.

OPEN CENTRUM: is jouw **Emotionele centrum** wit en dus open? Dan ervaar jij misschien hogere pieken en dalen, maar beschik je niet over dezelfde emotionele wave. Van nature zijn je emoties meer neutraal. Je voelt de high wanneer er fijne dingen gebeuren in je leven, je voelt de low wanneer vervelende dingen gebeuren. Waarschijnlijk zoals jij hebt geleerd ook dat emoties werken. Met een open centrum ben jij echter ook heel gevoelig voor de emoties van anderen om je heen; je kunt haarfijn aanvoelen hoe andere personen of groepen zich voelen. Dit zorgt er voor dat je een groot inlevingsvermogen hebt, maar ook dat je moet oppassen dat je emoties van anderen niet overneemt. Je kunt daarin soms net een spons zijn. Wat het lastig maakt om te voelen wat van jou en van de ander is. Dit maakt je wel onwijs empathisch en het zorgt ervoor dat je je goed kunt inleven. Soms misschien een tikkeltje teveel ;) Vermijd dus te veel negatieve mensen of negatieve nieuwsberichten. En vergeet niet af en toe even een moment te ontladen, om even weer terug te gaan naar jezelf. Een andere valkuil is het uit de weg gaan van confrontaties en het vermijden van conflicten. En dat is heel nobel, want je kunt aanvoelen hoe dat voor die ander is. En wilt dat vervelende gevoel voorkomen. Maar stiekem speelt hierbij natuurlijk ook een beetje eigen belang. Je bent namelijk bang dat de ander zich er rot bij gaat voelen en je weet (onbewust) -althans de kans is groot- dat jij dat gevoel vervolgens weer over gaat nemen

GESLOTEN CENTRUM: jouw **Emotionele centrum** is ingekleurd en dus gesloten. Jij ervaart meestal onbewust, emotionele waves. Golven vol emoties, van high naar low en weer terug. We benoemden al even dat je dit centrum kunt zien als een motor die emotionele golven genereert; alle emoties die er bestaan (blijdschap, verbazing, boosheid, verdriet, liefde, interesse, angst, verveling, etc.) doorvoel jij. Deze emoties hebben vaak helemaal geen oorzaak of reden; je wordt gewoon wakker in een bepaalde gemoedstoestand. Soms is dit een 'goed' humeur en soms is dit een 'slecht' humeur. Onze mind wil dit graag begrijpen en rationaliseren, maar in jouw geval hoeft dat helemaal niet, kan dat vaak helemaal niet. Word jij toch overspoeld door een emotie? Weet dan dat de meest heftige emotie maar 90 seconden duurt. Druk de emotie dus niet weg, ga de strijd niet aan, maar zit 'm even uit. Erken wat je voelt en probeer het niet te veranderen. Want veranderen zal het tóch, dankzij jouw emotionele wave.

Vragen om jezelf te stellen: - Is dat wat ik voel echt van mij? - Ben ik mij ervan bewust dat ik emoties van anderen over neem? - Ga ik confrontaties en conflicten uit de weg? - Waar ben ik niet eerlijk uit angst voor de consequenties? - Heb ik soms het gevoel dat ik té gevoelig ben?

Sacraal centrum (Sacral center)

Het centrum dat staat voor levensenergie! Het Sacrale centrum (Sacral) is een centrum dat energie geeft om te werken en te creëren, te groeien en te ontwikkelen. Maar, ook staat het voor seksuele energie; voor vruchtbaarheid, voortplanting.

OPEN CENTRUM: is jouw **Sacraal** wit en dus open? Dan heb jij geen constante toegang tot deze levensenergie. Dit betekent echter niet dat je geen energie hebt. Soms heb je juist energie voor tien! Maar jouw energieniveau kent meer pieken en dalen. En dat komt omdat jij jouw energie ergens anders vandaan haalt; niet uit de Sacrale energie motor. Jij gaat mee op de energie (en het enthousiasme) van een ander. Oftewel: de mensen met een gesloten energiecentrum stralen energie uit en hier lift jij met je open centrum lekker op mee.

Van nature voel jij niet de druk om constant druk bezig te zijn, om productief te zijn. Jij kunt prima een dagje niets doen. Maar grote kans dat je dat moeilijk vindt, omdat je wellicht de overtuiging hebt dat dit verkeerd is? Het is belangrijk dat jij accepteert dat jij niet perse een (harde) werker hoeft te zijn. De maatschappij verwacht dit van iedereen, maar jij bent niet gemaakt om constant maar te doen, doen, doen. Jij bent gemaakt om in vlagen te werken, aan korte projecten en voldoende te rusten. Met een open centrum ben je geen Generator of Manifesting Generator, maar een Projector, Reflector of Manifestor. Ongeveer 35% van de mensheid. Als Manifestor ben jij meer om te initiëren, om op te starten. En als Projector en Reflector ben jij er meer om een bijdrage te leveren via je denken, of om letterlijk te reflecteren op hoe de energie van anderen werkt. Dus laat het harde werken maar aan anderen over. En weet je: jij hebt dat harde werken ook helemaal niet nodig! Want zit jij in een piek? Dan kun jij iets waar anderen 8 uur over doen, in 3 uur voor elkaar krijgen. Je hebt daarna alleen die andere +/- 5 uur wel weer nodig om uit te rusten ;)

GESLOTEN CENTRUM: jouw **Sacrale** centrum is ingekleurd en dus gesloten. Jij hebt een hele constante energie tot je beschikking. In de ochtend sta jij op met een batterij vol energie. Deze energie verbruik je gedurende de dag, om te werken, om te creëren, om te leven. Aan het eind van de dag is je motor op en 's nachts laadt deze weer op. Alleen Generators en Manifesting Generators hebben deze motor, maar voor beide types werkt de motor wel nét een beetje anders. Als Generator heb je een dieselmotor: je komt rustig op gang, maar als je eenmaal gaat, ben je niet meer te stoppen. Een Manifesting Generator heeft meer een benzinemotor: plankgas ga je ergens voor tot de energie op is en daarna heb je tijd nodig om te rusten. Met een gesloten Sacraal ben je misschien geneigd om overal 'ja' op te zeggen, omdat je het gevoel hebt dat je energie te over hebt. Maar waar de Sacraal energie genereert, kan dit centrum ook energie degenereren. Je energie motor is namelijk niet gemaakt om dingen te doen die niet bij je passen of die niet goed voelen. Dit kost je letterlijk meer energie, dan dat het oplevert. Met, als dit maar lang genoeg aanhoudt, een uitgebrande motor (burn-out) als gevolg.

Vragen om jezelf te stellen: - Gun ik het mijzelf om te rusten? - Weet ik wanneer genoeg genoeg is? - Lukt het mij om 'nee' te zeggen? Om grenzen te stellen voor mijzelf? - Zet ik mijzelf (en mijn welzijn) op de eerste plek? - Push ik mijzelf om 8 (of meer) uur per dag te maken? - Kost het mij moeite om mee te komen met het tempo van anderen? - Accepteer ik van mijzelf dat mijn meerwaarde niet altijd ligt in de hoeveelheid werk die ik lever?

Wortel centrum (Root center)

Je Wortel centrum (Root), het onderste centrum uit je design, representeert de basis. De plek waar je stabiliteit vindt (waar je je geaard voelt), waar je rust vindt. Maar het is ook de plek van waaruit je in beweging komt. Hier ontstaan je ambities, je drive. Het centrum reguleert namelijk je adrenaline systeem en stresshormonen.

OPEN CENTRUM: is jouw **Wortel centrum** wit en dus open? Dan beschik jij over een interne rust. Jij hoeft jezelf niet onder druk te zetten om sneller te gaan en pusht jezelf niet tot snelle beslissingen. Alles op z'n tijd. Mocht je nu denken: "Huh? Ik ben juist altijd druk, druk, druk?" En ervaar je juist een constante druk om dingen af te krijgen? Dat kan heel goed kloppen! Met een open Wortel centrum heb jij namelijk geen constante toegang tot deze adrenaline energie. Hierdoor neem je veel stress over van anderen en voel je een constante druk om dingen (snel) af te maken, om maar van de stress af te zijn. En dat is logisch, want die stress, dat is nou net iets waar jij niet perse beter van functioneert. Je gaat er niet op aan (zoals bij een gesloten Wortel centrum), maar het wordt juist moeilijker om dingen voor elkaar te krijgen. Omdat deze stress niet vanuit jezelf komt. Kun jij moeilijk ontspannen, tot alles af is? Dan kom je hiermee een beetje in een vicieuze cirkel. Maar, waar is de rust? Ontdek welke druk jij voelt van buitenaf en welke druk (adrenaline) van binnenuit komt. Waarvoor kom jij zelf in beweging en waarvoor heb je het gevoel dat je in beweging moet komen? En, wees je ervan bewust dat stress niet stimulerend, maar juist een motivatie killer is voor jou!

GESLOTEN CENTRUM: jouw **Wortel centrum** is ingekleurd en dus gesloten. Jij kan van nature goed omgaan met adrenaline en stress. Jij voelt je in de basis veilig en laat je niet gek maken door externe factoren; jouw adrenaline komt van binnenuit. Ken je dat gevoel, dat je ineens denkt: "Ik moet iets doen"? Zonder dat dit gelinkt is aan een taak of werk? Deze impuls mag je volgen. Het Wortel centrum zorgt namelijk voor de fysieke druk om dingen te doen. Dit kan bijvoorbeeld ook een sport activiteit zijn. En het goede nieuws is: je kunt het aan en uit zetten, wanneer jij wilt. Dit maakt dat je het kunt inzetten voor een deadline of voor een belangrijke prestatie. Je hebt het misschien stiekem een beetje nodig. Het is letterlijk een kracht die jou in beweging zet! "At the root of all power and motion, at the burning center of existence itself, there is music and rhythm." - George Leonard Als jij je design goed leeft, ben je tevens een soort van immuun voor externe stressfactoren. Jij kunt goed werken onder druk. Stress is een constante factor in ons leven. Maar stress is niet altijd verkeerd. Met een gesloten Wortel centrum kan stress de benzine in je leven zijn. Een gezonde dosis stress maakt dat jij kalmte vindt in de chaos.

Vragen om jezelf te stellen: - Push ik mijzelf om X af te krijgen, zodat ik er vanaf ben? - Zijn mijn doelen realistisch? - Wat is mijn relatie met stress, hoe reageer ik op stress? - Kan ik er op vertrouwen dat er genoeg tijd is om de dingen te doen/af te maken? - Helpt uitstelgedrag mij?

Pijlen:

Bovenste linkse arrow – Digestion (vertering)

Digestion = de manier waarop je de wereld 'verteert', hoe je informatie en voedsel tot je neemt. Doe je dat op een regelmatige/consistente manier (links)? Of op een meer spontane manier (rechts)?

Onderste linkse arrow – Environment

Environment = de omgeving die het beste bij je past; heb jij het liefst een vaste (werk)plek waar je vaak bent, ga je graag naar dezelfde plek op vakantie (links)? Of ben je het liefste elke dag ergens anders zijn / naar toe (rechts)?

Omgeving staat niet overigens alleen voor de fysieke ruimtes en de mensen daar in, maar kan ook slaan op digitale omgevingen.

Bovenste rechtse arrow – Awareness

Awareness = gaat over bewustwording, en hoe jij die creëert, de manier waarop je informatie opslaat; ben je meer strategisch aangelegd, ben jij een logische denker (links) of meer creatief, intuïtief, minder van de details (rechts)?

Onderste rechtse arrow – Perspectief

Perspective = legt uit op welke manier jij naar de wereld kijkt, door welke bril; de één focust op specifieke doelen en details, die belangrijk zijn om het plaatje helder te krijgen (links), terwijl de ander door een meer 'algemene bril' (rechts) kijkt. Deze pijl vertelt tevens hoe jij het beste kunt manifesteren: specifiek (links) of algemeen (rechts).

En zo geven de pijlen écht een stukje inzicht in hoe jouw systeem werkt. En dus eigenlijk wat voedend is voor je zenuwstelsel en wat het nodig heeft om niet overbelast te raken. Want alleen als je zenuwstelsel rustig -en in balans is met je omgeving, is er voldoende veiligheid en ruimte om jouw energie de wereld in te zetten.

Planeten: Design en Personality

De nummers voor de punt refereren naar de poorten (gates) uit je chart, de nummers achter de punt geven de lijn (lijn 1 t/m 6 aan) waarin de poort staat en de symbolen, dát zijn de planeten.

De planeten geven een soort kleur of smaak aan de poorten. Elke planeet staat namelijk voor een bepaalde eigenschap, elke planeet staat voor een bepaald thema. Zowel op bewust als op onbewust niveau. Elke gedefinieerde poort wordt dus beïnvloed door een planeet.

Poorten, nummers die gekleurd zijn en dus actief in dat gebied. Je gebruikt het onbewust, bewust of (on)bewust=beide. Deze poorten geven verdieping, nuance aan de centers. Zij representeren net als de centers een bepaald thema; een specifieke eigenschap of kwaliteit.

Wanneer je ze combineert met de planeten, de gebieden en de betekenis krijg je nog meer info over wie jij bent.

Planeten

☉ Sun – Wat is mijn kern? 2.1 33.4

Sun: De zon (Yang) staat voor je persoonlijkheid, voor je identiteit, voor je 'ik'. Het is wat je in de wereld zet en wat jij de wereld laat zien. De zon laat zien wat jouw gift is, wat jij de wereld komt brengen: jezelf.

⊕ Earth – Waar breng ik deze tot uiting? 1.1 19.4

Earth: De aarde (Yin) is wat jouw geaard houdt, wat je ondersteunt, wat je support. Het zorgt dat je je veilig en gedragen voelt waardoor jij jouw unieke zelf in de wereld kunt zetten. Want, hoe zet jij jouw gift nou echt in? Hoe breng jij jezelf nou tot uiting? Dat je doe je met behulp van aarde.

♁ North Node – Waar ga ik naartoe? 37.5 55.3

Nodes: De nodes staan voor jouw levenspad, die je van Zuid (South Node) naar Noord

(North Node) aflegt. De North Node vertelt over jouw levenspad vanaf ongeveer je 40e levensjaar: het laat zien waar jij naar toe groeit.

♁ South Node – Waar kom ik vandaan? 40.5 59.3

De South Node vertelt over jouw levenspad tót ongeveer je 40e: de fase van opgroeien, jezelf ontwikkelen, ervaringen en kennis op doen. Van 'waar ga je naar toe' naar 'waar kom ik vandaan'.

☾ Moon – Wat beweegt mij? 42.6 59.2

Moon: De maan staat symbool voor jouw onbewuste motivaties: want waarom doe jij de dingen die je doet? Wat motiveert jou, wat beweegt jou? Dit komt voor uit alles wat jij voelt: elke emotie, je intuïtie, je instinct. De maan gaat daarom on jouw binnenwereld; dat stukje dat anderen niet kunnen zien.

☿ Mercury – Waar mag ik over communiceren? 23.3 59.6

Mercury: Mercurius is de planeet van communicatie. Deze planeet gaat over alle ideeën die jij hebt, gedachten én over je communicatiestijl. Het laat zien waar jij in dit leven over wilt communiceren en op welke manier. Deze planeet geeft aan wat je grootste interesses zijn en waar je dus veel -en graag- over nadent.

♀ Venus – Wat zijn mijn waarden? 16.3 6.3

Venus: Venus gaat over jouw waarde, over jouw idealen, maar ook over waar jij van houdt. Daarmee is de planeet van liefde en romantiek! Venus laat zien op welke manier jij graag contact maakt met anderen; het staat voor jouw verlangens en behoeftes op het gebied van relaties. Maar, het gaat verder dan dat. Het gaat ook over liefde voor schoonheid, en daarmee gaat Venus ook over esthetiek: over alles wat mooi is, over kunst.

♂ Mars – Waar ligt mijn power? 16.6 33.4

Mars: Mars staat voor aanpakken, voor daadkracht. Het vertelt je hoeveel lef en moed jij hebt in het leven en op welke gebied. Deze planeet staat voor doorzettingsvermogen maar bijvoorbeeld ook voor seksualiteit.

♃ Jupiter – Wat liggen mijn kansen? 50.4 50.3

Jupiter: Jupiter is waar je wordt beloond Is je je strategie volgt. De planeet staat voor groei, overvloed, hoop, vertrouwen, geluk. De planeet laat ons ook zien waar onze kansen liggen en waar we naar streven. Jupiter is ook een planeet die filosofische kwaliteiten bezit. Deze planeet staat voor de verbinding met spirit, met de geest en de poort in deze planeet weerspiegelt jouw levensfilosofie.

♄ Saturn – Waar liggen mijn uitdagingen? 24.5 23.4

Saturn: Saturnus daagt jou uit tot groei. Deze planeet vertelt je namelijk waar je beperkingen liggen, grenzen. Het laat zien welke levenslessen je mag leren. Deze planeet laat zien met welke thema's jij het leven kunt worstelen en hij daagt je uit om dit om te zetten in kracht. Saturnus is daarmee eigenlijk een leraar, die laat zien wat je komt leren in dit leven om te kunnen groeien.

♃ Uranus – Waar ben ik 'anders'? 18.2 18.3

Uranus: Uranus is de planeet van revolutie en onafhankelijkheid. Uranus laat zien waar jij in opvalt, waar jij in schittert, waar jij anders bent. De poort in deze planeet laat zien waar jij onverwacht uit de hoek komt. Het is echt je 'rebellion side'. Deze planeet geeft antwoord op de vraag: waar ben ik 'anders'?

♆ Neptune – Waar mag ik mij (spiritueel) aan overgeven? 14.6 14.4

Neptune: Neptunus heeft een mysterieus randje: het staat voor je intuïtie, dromen en spiritueel. Deze planeet laat zien wat jouw spirituele thema is, jouw spirituele doel. Het laat zien waar jouw spirituele groei en uitdagingen liggen.

♇ Pluto – Wat mag ik aan het licht brengen? 6.3 6.4

Pluto: Pluto laat zien wat jij aan het licht mag brengen, waar jouw potentie voor transformatie ligt. Net als Saturnus laat Pluto je worstelen in het leven. Deze planeet confronteert je met onzekerheden en angsten. Het daagt je uit om je eigen schaduwen aan te kijken en daarmee jezelf ontwikkelen en groeien. Pluto is daarmee de planeet van 'rebirth'.

♄ Chiron – Wat is mijn diepste wond? 17.5 21.1

Chiron: Cheiron vertegenwoordigt onze diepste wonden en ons vermogen om die pijn om te zetten in genezing. De planeet wordt daarom ook wel de 'Wounded Healer' genoemd. Een term die is bedacht door psycholoog Carl Jung en staat voor iemand die zijn eigen pijn transformeert naar kracht en van hieruit anderen helpt om hun pijn te helen.

Nummers: Deze poorten geven verdieping, nuance aan de centers. Zij representeren net als de centers een bepaald thema; een specifieke eigenschap of kwaliteit. De poort is actief. Herken hem aan de hand van het thema in het centrum

Alle poorten:

Deze poorten geven verdieping, nuance aan de centers. Zij representeren net als de centers een bepaald thema; een specifieke eigenschap of kwaliteit.

Zie jij in je chart een paars rondje rondom een nummer en een (half) ingekleurd lijntje (kanaal) (zwart of rood)? Dan is deze poort gedefinieerd en **actief** in jouw design. Grote kans dat je je herkent in het thema van deze poort!

Poort	gebied van betekenis	inzet
1. Poort van de zelfexpressie	G, Identiteit, richting, liefde	
2. Poort van hogere kennis	G, Identiteit, richting, liefde	
3. Poort van ordening	Sacraal, levensenergie	
4. Poort van formulering	Ajna, nadenken/ analyseren	

5. Poort van vaste ritmes	Sacraal, levensenergie
6. Poort van wrijving	Zonnevlecht, emoties/gevoelens
7. Poort van zelf	G, Identiteit, richting, liefde
8. Poort van bijdrage	Keel, communicatie/actie
9. Poort van focus	Sacraal, levensenergie
10. Poort van het gedrag van het zelf	G, Identiteit, richting, liefde
11. Poort van ideeën	Ajna, nadenken/ analyseren
12. Poort van voorzichtigheid	Keel, communicatie/actie
13. Poort van de luisteraar	G, Identiteit, richting, liefde
14. Poort van machtsvaardigheden	Sacraal, levensenergie
15. Poort van uitersten	G, Identiteit, richting, liefde
16. Poort van vaardigheden	Keel, communicatie/actie
17. Poort van meningen	Ajna, nadenken/ analyseren
18. Poort van correctie	Milt, intuïtie/instinct
19. Poort van willen	Wortel, actie/ambitie
20. Poort van het nu	Keel, communicatie/actie
21. Poort van de jager	Hart, wilskracht/ego
22. Poort van de openheid	Zonnevlecht, emoties/gevoelens
23. Poort van assimilatie	Keel, communicatie/actie
24. Poort van rationalisatie	Ajna, nadenken/ analyseren
25. Poort van de geest van het Zelf	G, Identiteit, richting, liefde
26. Poort van de egoïst	Hart, wilskracht/ego
27. Poort van zorg	Sacraal, levensenergie
28. Poort van de game player	Milt, intuïtie/instinct
29. Poort van Ja zeggen	Sacraal, levensenergie
30. Poort v herkenning v gevoelens	Zonnevlecht, emoties/gevoelens
31. Poort van leiden	Keel, communicatie/actie
32. Poort van continuïteit	Milt, intuïtie/instinct
33. Poort van de privacy	Keel, communicatie/actie
34. Poort van power	Sacraal, levensenergie
35. Poort van verandering	Keel, communicatie/actie
36. Poort van crisis	Zonnevlecht, emoties/gevoelens
37. Poort van vriendschap	Zonnevlecht, emoties/gevoelens
38. Poort van de vechter	Wortel, actie/ambitie
39. Poort van de provocateur	Wortel, actie/ambitie
40. Poort van eenzaamheid	Hart, wilskracht/ego
41. Poort van contractie	Wortel, actie/ambitie
42. Poort van groei	Sacraal, levensenergie
43. Poort van inzichten	Ajna, nadenken/ analyseren
44. Poort van alertheid	Milt, intuïtie/instinct
45. Poort van de verzamelaar	Keel, communicatie/actie
46. Poort van bepaling van het zelf	Keel, communicatie/actie
47. Poort van realisatie	Ajna, nadenken/ analyseren
48. Poort van diepte	Milt, intuïtie/instinct
49. Poort van principes	Zonnevlecht, emoties/gevoelens
50. Poort van waarden	Milt, intuïtie/instinct
51. Poort van shock	Hart, wilskracht/ego
52. Poort van stilte	Wortel, actie/ambitie
53. Poort van het begin	Wortel, actie/ambitie
54. Poort van ambitie	Wortel, actie/ambitie
55. Poort van de geest	Zonnevlecht, emoties/gevoelens

56. Poort van de stimulatie	Keel, communicatie/actie
57. Poort van intuïtie	Milt, intuïtie/instinct
58. Poort van het plezier van het leven	Wortel, actie/ambitie
59. Poort van seksualiteit	Sacraal, levensenergie
60. Poort van acceptatie	Wortel, actie/ambitie
61. Poort van het mysterie	Hoofd, inspiratie/informatie
62. Poort van details	Keel, communicatie/actie
63. Poort van twijfel	Hoofd, inspiratie/informatie
64. Poort van verwarring	Hoofd, inspiratie/informatie

Wanneer twee poorten (nummers) met elkaar zijn verbonden in je chart, ontstaat er een **kanaal** (*channel*). Binnen een kanaal versterken twee eigenschappen elkaar; er is sprake van een krachtige energiestroom. Je hebt niet alleen beschikking over de eigenschappen, maar ook de energie om deze eigenschap in te zetten. Deze nieuwe derde eigenschap. Wat het dus tot jouw **unieke kracht** maakt.

Zie jij in je chart een hele zwarte of rode lijn lopen? Van de ene poort naar de ander? Dan is dit kanaal **actief** in jouw design. Grote kans dat je je herkent in thema van het kanaal.

We delen hier een lijst met de officiële benamingen (volgens Jovian Archive) van de in totaal 36 kanalen. Goed om te benoemen: niets is goed of slecht in Human Design. Een bepaalde benaming kan als een vervelende eigenschap gezien of geïnterpreteerd worden, maar staar je niet blind! Hoe jij de eigenschap inzet, dát is helemaal aan jou.

- 1- 8. Kanaal van inspiratie
- 2-14 Kanaal van beat
- 3-60 Kanaal van vermenigvuldiging
- 4-63 Kanaal van logica
- 5-15 Kanaal van ritme
- 6-59 Kanaal van intimiteit
- 7-31 Kanaal van alfaman/vrouw
- 9-52 Kanaal van concentratie
- 10-20 Kanaal van ontwaken
- 10- 34 Kanaal van verkenning
- 10-57 Kanaal van de perfecte vorm
- 11-56 Kanaal van nieuwsgierigheid
- 12-22 Kanaal van openheid
- 13-33 Kanaal van de verloren zoon
- 16-48 Kanaal van de golflengte
- 17-62 Kanaal van acceptatie
- 18-58 Kanaal van oordelen
- 19-49 Kanaal van synthese
- 20-34 Kanaal van charisma
- 20-57 Kanaal van hersenspoeling
- 21-45 Kanaal van de aap
- 23-43 Kanaal van structuur
- 24-61 Kanaal van bewustzijn
- 25-51 Kanaal van initiatief
- 26-44 Kanaal van overleven
- 27-50 Kanaal van behoudend
- 28-38 Kanaal van strijd
- 29-46 Kanaal van ontdekken

30-41 Kanaal van erkenning
32-54 Kanaal van transformeren
34-57 Kanaal van power
35-36 Kanaal van vergankelijkheid
37-40 Kanaal van gemeenschap
39-55 Kanaal van emotie
42-53 Kanaal van rijping
47-64 Kanaal van abstractie

Head-Hoofd: inspiratie en informatie
Ajna - Mind: nadenken en analyseren
Throath-Keel: communicatie en actie
G: identiteit, richting en liefde
Heart-Hart/Ego: wijskracht en ego
Solar Plexus – Zonnevlecht: Emotie: emoties en gevoelens
Spleen - Milt: intuïtie en instinct
Sacral - Sacraal: levensenergie
Root - Wortel: actie en ambitie