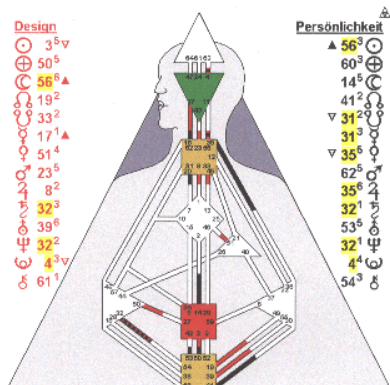


Das Human Design System - Staunen, Aha-Erlebnisse, Begeisterung (m)ein Reading



Das Human Design System ist eine Beschreibung der individuellen Fähigkeiten, Potentiale und Themenbereiche und basiert, wie das Geburtshoroskop in der Astrologie, auf Geburtsdatum und Geburtszeit. Es wird eine stilisierte, teils bunte, teils weiße Körpergrafik (Chart) erstellt, in der die Planetenstände sichtbar gemacht und dann anhand von Texten nach dem alten chinesischen I Ging und Aspekten der Chakrenlehre erläutert werden. Eine ausführlichere Darstellung des theoretischen Hintergrunds ist u.a. nachzulesen im NordStern Juli/August 2000.

Als ich das erste Mal mein Chart (die Körpergrafik) sah, war es für mich wie eine kleine Offenbarung, genauso fühlte es sich in mir an: zwei farbige Bereiche, weit voneinander entfernt und dazwischen lauter offene, weiße Zentren und Kanäle. Da hatte ich es plötzlich bunt auf weiß vor mir, mein ständiges Erleben, gespalten zu sein zwischen mentaler Ebene einerseits und körperlicher Motorik andererseits, meinen Drang, mich irgendwie zusammenbringen zu wollen, ebenso wie mein Grundgefühl als Kind, überschwemmt zu werden von außen und nicht zu wissen, wer ich bin.

Weißer Zentren, farbige Zentren und Mondknoten

Die weißen Zentren, so wurde mir erklärt, sind offen, sie nehmen alles von außen auf - es ist eine Weise, wie wir lernen. Z.B. das Emotionalzentrum (Dreieck rechts): Ist es offen, lebt man sein Leben in einer gewissen emotionalen Instabilität. Mal sind da heftige Gefühle, manchmal ist da wenig, kein Kontakt zu Gefühlen, vor allem, wenn man allein ist. Irgendwann begreift man, dass es vor allem die Gefühle anderer sind, die eine Resonanz erzeugen. Der Partner ist z.B. fürchterlich wütend, merkt es vielleicht noch nicht mal, aber ich fühle seine Gereiztheit und Wut deutlich in mir! Oder das Identitätszentrum (Salmi in der Mitte): Wenn es offen ist, sitzt hier die ewige Frage „Wer bin ich?“ Denn man erlebt sich als veränderlich, je nachdem, mit wem man gerade zusammen ist, man kann mit den unterschiedlichsten Menschen mitschwingen, sich an sie anpassen, lernen, was für Identitäten es alles gibt.

Vor allem hier, in den offenen Zentren, findet (unbewusste!) Konditionierung durch andere statt. In meinem Fall bedeutete dies: Gefühle anderer, Ängste anderer (Dreieck links), übernommene Vorstellungen, wie man zu sein hat (obere Spitze) oder dass man mit dem Willen alles erreichen kann (Dreieck Mitte rechts) - vieles musste (und muss) ich im Laufe meines Lebens rauswerfen, loslassen, reinigen, um den Weg zu einem authentischeren Sein zu finden.

Bei den offenen Zentren gilt als Lernziel: Mit der Veränderlichkeit leben lernen. Nicht identifizieren mit dem, was von anderen kommt. Spiegel sein für andere. Weise werden.

Dies zu hören, erleichterte mich kolossal und versöhnte mich mit vielen Jahren der Verunsicherung und der Suche. Heute sehe ich gerade diese Offenheit z.B. in meiner psychotherapeutischen Arbeit als außerordentlich wertvolle Unterstützung an.

Auf der anderen Seite gibt es **die farbigen Zentren**, die verlässlichen, festgelegten Bereiche: Bei mir z.B. der Verstand (grünes Dreieck), festgelegt auf die logisch-praktische Seite. Kein Wunder, dass mich das Human Design System als logisches System sofort angesprochen hat! In den verbindenden Kanälen fließt es von allein, da brauche ich mich nicht anzustrengen - allerdings auch, wenn es mir gerade nicht so passt! Während wir in den offenen Zentren so gern wären wie die anderen, können wir hier oft nicht verstehen, wieso diese Bereiche für andere ein Problem darstellen.

Hier gilt als Lernziel: Annehmen, integrieren und in die Welt bringen!

Die Mondknoten geben den Themenfaden an, an dem entlang sich jeweils die 1. und die (rechnerisch) 2. Lebenshälfte entwickeln. Meine Mondknoten haben sich vom Kehlzentrum zum Wurzelzentrum verschoben, als ich etwa 40 Jahre alt war. Ich erkannte erstaunt meinen eigenen tiefgreifenden Umorientierungsprozess wieder, der Mitte 30 begann: Meine wachsende Unzufriedenheit mit der Übermacht des Mentalen in mir, die mich auf die Suche nach meiner Lebensenergie in meinem Körper gehen ließ.

Planeten, I Ging und Chakren

Nach der Erläuterung dieser Grundstruktur, die mir schon etliche Aha-Erlebnisse beschert hatte, ging es nun an die 26 Themenbereiche (I Ging-Hexagramme), die durch **Planeten** aktiviert werden - in der Grafik durch schwarze, rote oder gestreifte „Beinchen“ an den Zentren angezeigt. Unter Berücksichtigung bestimmter Aspekte der **Chakren** und anhand der modifizierten **I Ging-Texte** wurde mir erstaunlich präzise und detailgenau dargelegt und erläutert, welche **Fähigkeiten** ich schon **mitgebracht** habe, welche **Themenbereiche in dieser Inkarnation zu bearbeiten** sind und welche „**Stolpersteine**“ eingebaut sind, worauf ich zu achten habe usw.

Z.B. das Hexagramm 19 am Wurzelzentrum (ganz unten), heißt: „Die Annäherung“: Eine Aktivierung hier steht für Sensibilität, aber auch für (Über-) Empfindlichkeit. Hier liegt der Wunsch nach Anerkennung der eigenen Gaben, nach Kontakt und Gemeinschaft, aber auch die Angst vor der Ablehnung. Da es am Wurzelzentrum (Thema Existenz) liegt, fühlt sich für diese Menschen eine Ablehnung schnell existentiell bedrohlich an. Für Menschen mit der 19 gilt: Suche Dir eine liebevolle Umgebung und gehe mit Vertrauen in den Kontakt (nähere Dich an!). Wenn du auf Ablehnung stößt, dann geh woanders hin. So kann sich die Lebensfreude entfalten. Eine kleine 2 zeigt an, dass für mich die zweite Linie (von 6 möglichen) dieses Themas bedeutsam ist: „Dienst. Hingebungsvoller Einsatz für höchste Werte“ mit der Schattenseite „Hinhaltende Unentschlossenheit“. Diese Erläuterungen trieben mir sofort die Tränen in die Augen, so exakt wurde hier eine für mich ganz wesentliche (Wurzelzentrum!) Thematik in seiner Widersprüchlichkeit beschrieben.

Profil, Inkarnationskreuz, Typ und Strategie

Das Profil (die kleinen Hochzahlen in der 1. Reihe) beschreiben, in welcher Art man durch dieses Leben geht: die 3 und die 5 bei mir bedeuten ein Leben nach dem Motto „Versuch macht klug, Probieren geht über studieren!“ Hier geht es darum geht, die Angst vor dem Fehlermachen zu verlieren und sich von dem Wunsch zu lösen, ständig die Erwartungen anderer erfüllen zu wollen.

„Nimm dich so an, wie du bist, es ist richtig so“ lautet die Botschaft.

Einen übergeordneten Rahmen finden alle Themen in dem **Inkarnationskreuz**, das den persönlichen **Beitrag zur Menschheitsevolution** umschreibt. Mein Kreuz heißt „Kreuz der Gesetze“. Mein Beitrag hat zu tun mit innerem Wachstum und Neuorientierungen. Mit anderen Worten: Ich lebe auf, wenn es darum geht, neue bzw die ureigenen „Lebensgesetze“ zu finden und zu etablieren.

Ein Weg, um all dies zu leben, wird durch den **Typ** und seine **Strategie** beschrieben. Sie sind kein Wunderrezept – aber sie stellen einen **Leitfaden zum experimentieren und lernen** dar.

Ich bin als Typ ein Generator. Meine Strategie ist die Reaktion, nicht die Aktion. Allein meine Lebendigkeit entscheidet über den richtigen Weg. Wann immer es anfängt, in mir zu sprudeln oder aus dem Innern tiefe zustimmende Laute kommen – da bin ich richtig. Wenn nicht – dann sollte ich es lassen, es erzeugt nur Frust. Jeder Versuch, aus meinem ach so klugen logischen Verstand heraus tragfähige Entscheidungen zu treffen, muss scheitern. **Meine innere Autorität** für Entscheidungen ist die Vitalität des Körpers, niemals das Denken.

Selbsterkenntnis

Miteinander verwoben ergaben all diese Informationen und Beschreibungen ein beeindruckend genaues Bild von mir. Am Ende des Readings fühlte ich mich in bisher nicht erlebter Weise **erkannt und bestätigt**. Ich fühlte mich ganz neu „**berechtigt**“, **so zu sein, wie ich bin**, sowohl in den verletzlichen, unsicheren Bereichen als auch in den verlässlichen eindeutigen.

Meine Begeisterung von damals hat sich bis heute nicht gelegt. Heute verwende ich das Human Design System sowohl für Einzelberatungen (ca 2 Stunden mit Kassette), als auch ergänzend in meiner psychotherapeutischen Arbeit. Denn es wird so wunderbar sichtbar und ganz klar: So sind meine Themen, es ist mein Leben, meine Verantwortung und meine Chance, daraus das Beste zu machen.