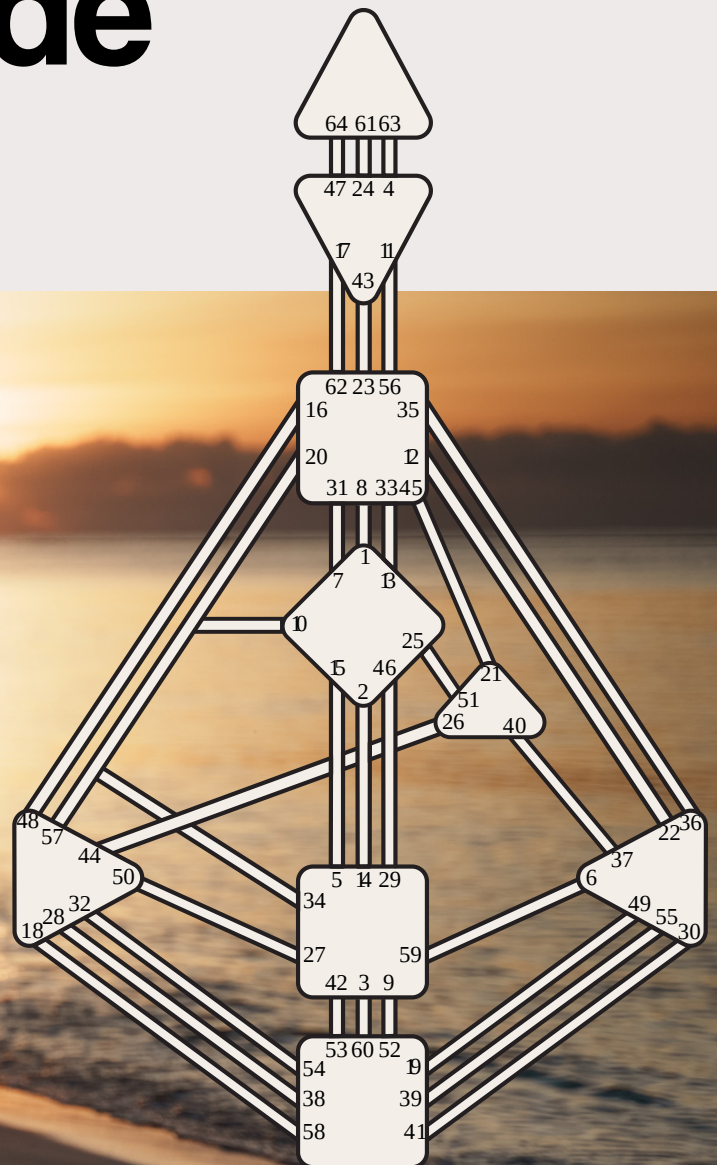


nikki
willemse

De complete Human Design Guide



STEP INTO YOUR LIMITLESS POTENTIAL

INHOUDSOPGAVE

BASIS

Wie ben ik	3
Waarom dit ebook	6
Wat is Human Design	10
De basis van Human Design	12

DE ENERGIETYPES

Generator	15
Manifesting Generator	17
Projector	20
Manifestor	23
Reflector	26

DE ENERGIECENTERS

Hoofd center	32
Anja center	34
Keel center	37
G-center	40
Ego-center	43
Solar plexus center	45
Sacraal center	47
Milt center	49
Wortel center	52

AUTORITEIT	55
DE VOLGENDE STAP	60

Hi, ik ben Nikki

Het is mijn missie om Human Design voor iedereen toegankelijk te maken, door het op een simpele, praktische en eenvoudige manier uit te leggen.

In mijn ogen is dit namelijk dé oplossing voor een probleem wat ik overal zie, namelijk dat iedereen maar doet wat *moet*, *hoort* of wat *anderen van hen verwachten*.



Het is mijn missie om Human Design voor iedereen toegankelijk te maken en om het uiteindelijk te integreren in het schoolsysteem. Ik vind dat het hoogtijd is voor een verandering, een grote verandering.

Ik zie dat ongeloofelijk veel mensen de verbinding kwijt zijn met zichzelf en daardoor doen wat sociaal geaccepteerd wordt, de massa volgen en niet kiezen voor zichzelf. Ze laten zich beïnvloeden door twijfels, beperkende overtuigingen en de mening van anderen. Bewandelen niet hun eigen pad, maar leven het leven van een ander. Wat alleen maar voor frustratie, wordt, teleurstelling en bitterheid zorgt.

Wat logisch is, niemand leert je wat het betekent om mens te zijn. Om een leven te creëren vol voldoening, rust, succes en verwondering. Iedereen is anders, maar toch wordt er verwacht dat we allemaal hetzelfde zijn, hetzelfde doen en hetzelfde pad bewandelen.

Human Design is in mijn ogen de oplossing voor dit probleem. Het brengt je namelijk terug naar wie je werkelijk bent, de persoon onder alle lagen van conditionering. Je krijgt de handvaten die je nodig hebt om een leven te creëren op jouw voorwaarden, in plaats van alleen maar doen wat moet, hoort of wat er van je verwacht wordt.



**One
size
fits
none**

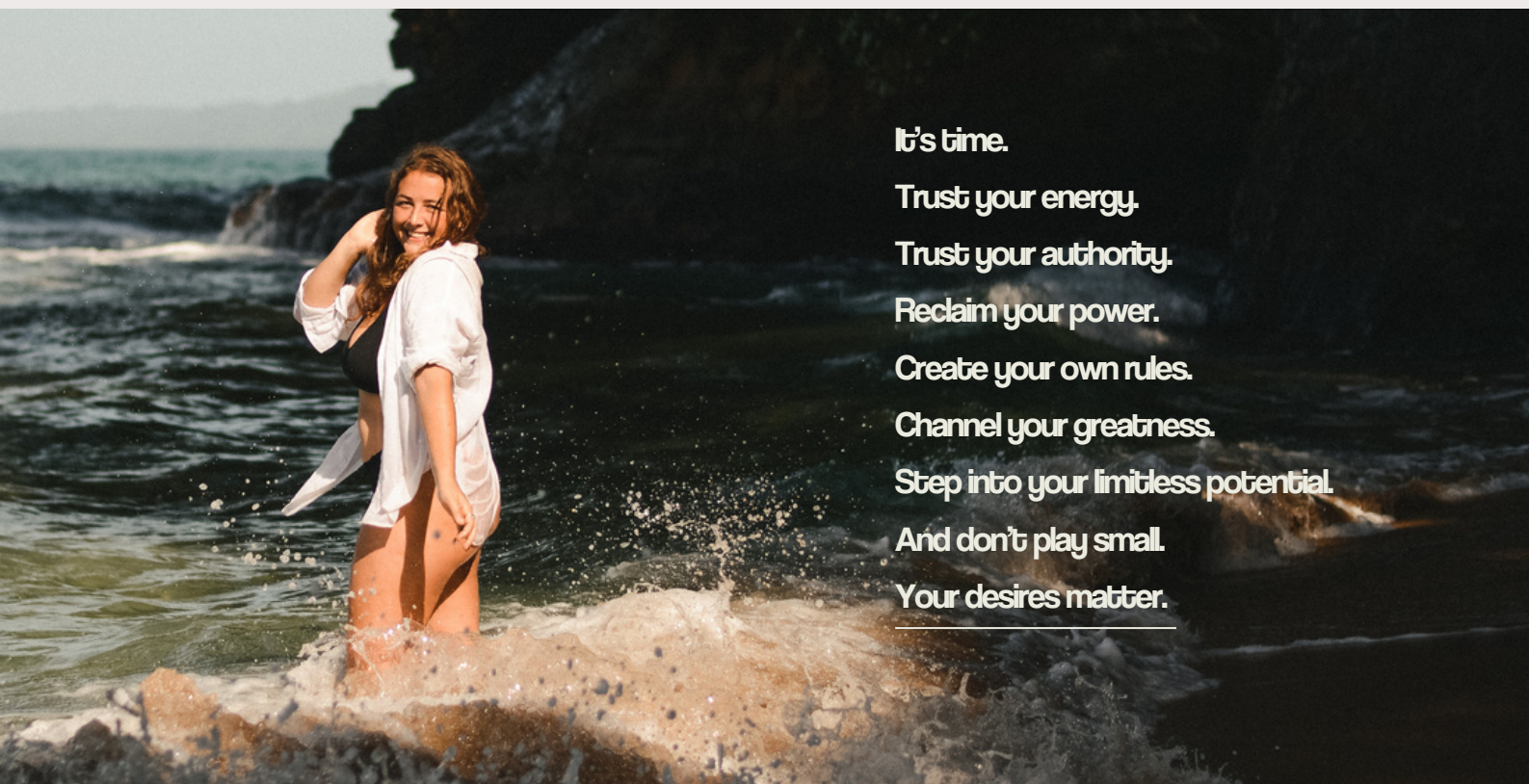
Human Design gaat je helpen met het vinden van een antwoord op de vragen *wie ben ik? Wat wil ik? Waarom ben ik hier?*

Het brengt je niet alleen meer in verbinding met jezelf. Wanneer je het design van je familie, vrienden en klanten kent, ga je ook met hen een diepere verbinding creëren.

Uiteindelijk geloof ik dat we Human Design mogen integreren in de samenleving, in scholen, bedrijven, coaching, etc. Dit gaat een ongelooflijk grote impact hebben op de gezondheid, welzijn en geluksgevoel van iedereen. Door het op grote schaal in te zetten kunnen we de frustratie, bitterheid, woede en teleurstelling transformeren naar voldoening, succes, rust en verwondering.

Maar laten we vooral niet op de zaken vooruit lopen, laten we beginnen bij het belangrijkste: **Jouw eigen Human Design experiment.**

Ik ga je mee nemen in de magische wereld van Human Design! Met mijn trainingen en programma's heb ik al meer dan 2000 mensen op een simpele, praktische en eenvoudige manier kennis laten maken met Human Design en 60+ mensen deden mee aan mijn signature programma Understanding Human Design.



It's time.

Trust your energy.

Trust your authority.

Reclaim your power.

Create your own rules.

Channel your greatness.

Step into your limitless potential.

And don't play small.

Your desires matter.

Waarom dit ebook?

Weet je wat het probleem is...?

Human Design wordt met de dag populairder. Iedereen hoor je erover.

Maar het is een erg complex systeem.

Jouw eerste reactie was waarschijnlijk ook: *wtf betekent dit? Rood, zwart, geel, groen... Lijntjes, nummertjes, pijltjes, symbolen. Wat moet ik hier mee? Waar begin ik? Hoe werkt dit?*

Logisch! Zo voelde ik me ook toen ik Human Design net ontdekte.

Wat veel mensen vervolgens doen, is verschillende Instagram accounts stalken, hier en daar een blog lezen en het hele internet afstruinen in een poging meer van Human Design te kunnen begrijpen (ben ik ook schuldig aan).

Hoewel je er echt wel iets wijzer van wordt, snap je er eigenlijk nog maar weinig van. Het wordt allemaal vaag uitgelegd en veel informatie is ook nog eens in het Engels. Daarnaast lukt het je ook nog niet om alle kennis ook echt te belichamen. Om er mee aan de slag te gaan in het dagelijks leven.

En dat is het probleem!

Als je het mij vraagt, wordt Human Design te ingewikkeld gemaakt. Met als gevolg dat weinig mensen er mee aan de slag gaan. Terwijl het echt life changing gaat zijn wanneer je jouw Human Design gaat belichamen en leven.

Precies dit is de reden waarom ik dit ebook heb geschreven! Het is mijn missie om Human Design voor iedereen toegankelijk te maken, door het op een simpele, praktische en eenvoudige manier uit te leggen. Zodat je er echt mee aan de slag kan in je leven, onderneming, werk en relaties.

In dit ebook neem ik je mee in de basis van Human Design.

- De fundamentele basis van Human Design, zodat je er direct mee aan de slag kan
- De not-self, zodat je weet of je wel/niet op het juiste pad zit
- Energietypes, om jouw unieke manier van leven en ondernemen te ontdekken en zodat je weet wat wel en niet werkt voor jou
- Strategie laat je zien hoe je het beste door het leven kan navigeren
- Leer hoe je altijd van rust en vertrouwen de juiste keuzes kan maken door het volgen van je autoriteit
- Ontdek door je centers welke impact je hebt op je omgeving, hoe je geconditioneerd bent en welk potentieel van wijsheid er in je zit

Dit is het ebook waarin je kennis gaat maken met de fundamentele basis van Human Design. Zodat je er mee aan de slag kan in je dagelijkse leven. Het is voor jou als je klaar bent met de one size fits all methodes van nu en in plaats daarvan weer in verbinding wilt komen met wie je werkelijk bent, zodat je een leven kan creëren op jouw voorwaarden. .



**Waardoor je meer
voldoening, rust,
succes en
verwondering
gaat ervaren op
alle gebieden!**

**EVERYTHING YOU ARE
IS ENOUGH AND...**



**...EVERYTHING YOU NEED
IS ALREADY INSIDE YOU**

Wat is Human Design?

Human Design is een holistisch systeem wat in 1987 ontdekt werd door Ra Uru Hu. Het is gebaseerd op verschillende principes: westerse astrologie, Chakra systeem, Joodse Kaballah, Chinese I'Ching, genetica, biochemica, astronomie en kwantummechanica. Op basis van jouw geboortetijd en plaats wordt je unieke blauwdruk berekent.

WAT JE ER UIT KAN HALEN

Het laat je zien hoe jij energetisch en genetisch in elkaar zit. Ook geeft het je inzicht in heel veel andere dingen:

- Je unieke kwaliteiten en talenten
- Hoe je het beste keuzes kan maken
- Wat jouw manier van door het leven navigeren is
- Je manier van communiceren
- Hoe je emoties ervaart
- Waar je beïnvloed wordt door je omgeving
- Hoe je jouw omgeving beïnvloed
- Waar je te maken hebt met conditionering
- Jouw manier van leren

Alles is energie en alles is een energetische trade. Ieder energietype heeft een specifieke manier waarop ze hun energie moeten inzetten. Hierdoor ga je meer flow en minder weerstand ervaren in het leven.

Wanneer je het op een manier inzet die niet in alignment is, dan ervaar je veel meer weerstand. Alles wat je doet kost je meer energie en het voelt allemaal moeilijk aan. Je stopt ergens heel veel energie in, maar je krijgt er in the end niks voor terug.

Inzicht in je Human Design gaat je helpen om jouw unieke pad te bewandelen in dit leven. Je gaat alle weerstand in je leven verwijderen en wat je doet gaat moeiteloos aanvoelen. Kansen en mogelijkheden komen op je pad en je krijgt energie van de dingen die je doet.

Human Design geeft je de handvaten en tools die je nodig hebt om ongeremd jezelf te kunnen zijn en te doen waarvoor je hier bent. Uiteindelijk zorgt het ervoor dat je meer voldoening, succes, verwondering en rust ervaart.

Alles wat je nodig hebt zit al je in. Het is tijd om weer te leren vertrouwen op jezelf. Niet meer constant buiten jezelf op zoek naar antwoorden of een richting voor je leven, maar naar binnen keren. Dat is waar je alles vindt wat je nodig hebt om een leven te creëren wat volledig klopt voor jou. Een fuck yes leven op jouw voorwaarden. Doen wat jij wilt, waar jij gelukkig van wordt en energie van krijgt.

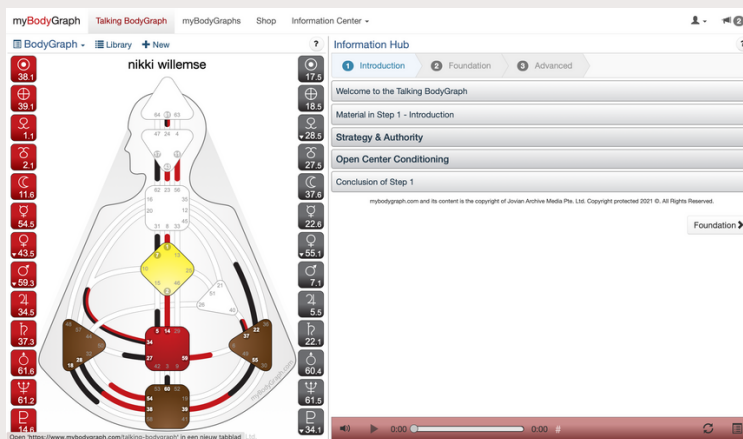
En dit kan je ook aan anderen mee geven

Laten we even eerlijk zijn, zou het niet ongelooflijk waardevol zijn als je dit ook allemaal aan anderen mee kan geven? Als je niet alleen zelf je eigen design gaat leven en belichamen, maar ook anderen kan helpen om volgens hun design te leven. Wanneer je jouw klanten, familie en vrienden de handvatten kan geven die zij nodig hebben om een leven vol voldoening, succes, rust en verwondering te creëren.

Ontdek jouw design

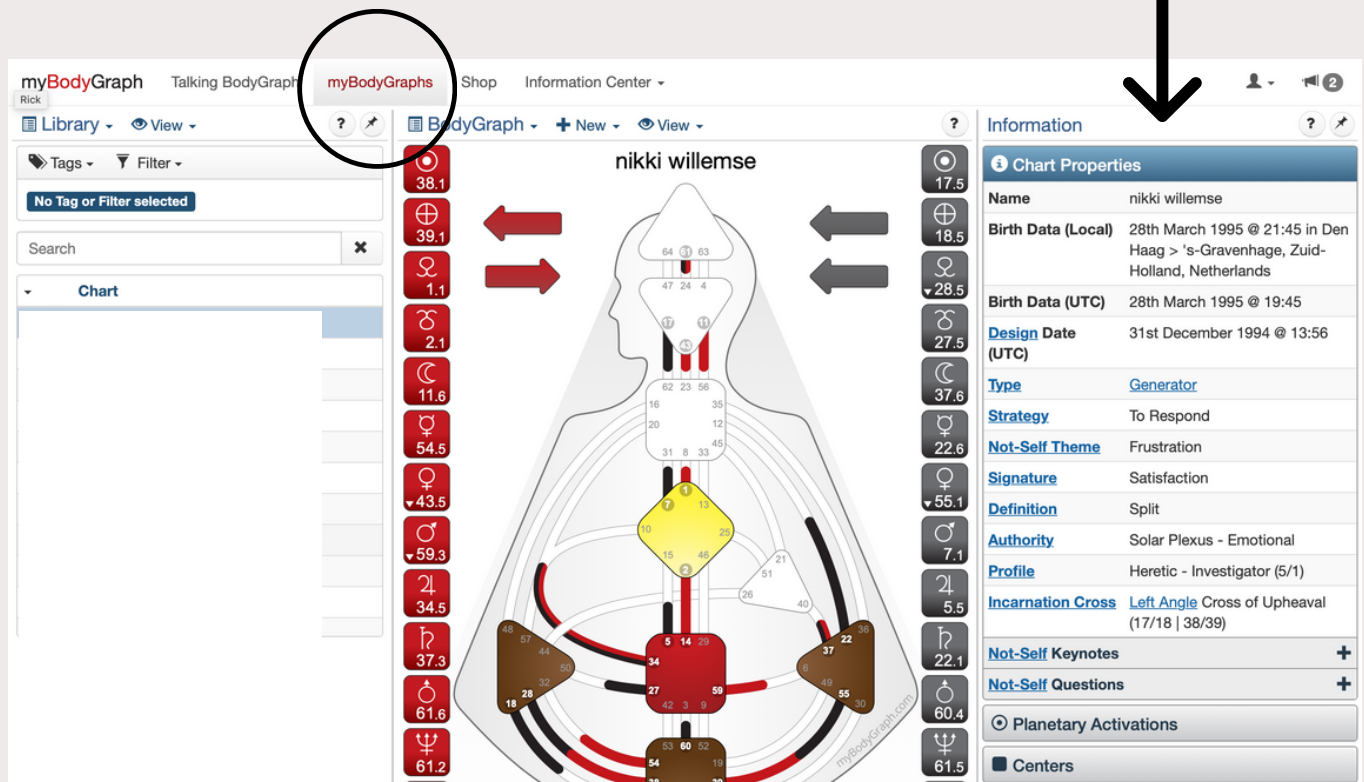
Om jouw design te ontdekken ga je naar www.mybodygraph.com. Daar kan je een gratis account aanmaken.

LET OP! Bij het invullen van je geboortegegevens moet je jouw exacte geboortetijd invullen. Als je het hebt ingevuld, zie je jouw design.



Het kan een beetje overweldigend zijn alle info, geen paniek!

Bovenaan zie je myBodygraphs, daar ga je heen. Vervolgens zie je onder 'chart properties' alles wat je voor nu nodig hebt!



De basis van Human Design

Wanneer je begint met het Human Design experiment, kan je snel overweldigd raken door alle informatie. Er is zó veel wat je kan halen uit je design. Maar uiteindelijk gaat het er niet om dat je alles precies weet, je moet er iets mee **doen**. Experimenteren met je design en ernaar gaan leven. Plus een Human Design chart is een complete wok maaltijd, geen tapas buffet. **Alles hangt met elkaar samen** en alle elementen in je design vormen uiteindelijk jouw unieke blauw druk. De belangrijkste dingen waar je je op mag focussen als je net begint ontdek je hieronder.

ENERGIETYPE

Laat zien **hoe jouw aura werkt** en hoe je jouw energie uitwisselt. Ieder energietype heeft een ander aura en dus een specifieke manier om hun energie te gebruiken. Als je dit vanuit alignement doet, ervaar je meer flow en minder weerstand in je leven. De dingen die je doet, lijken bijna moeiteloos te gaan. Leef je niet in alignement, kost alles meer tijd, moeite en energie én levert het je minder op.

STRATEGIE

Dit wordt bepaald door je energietype en laat zien **hoe je het beste door het leven kan navigeren**. Door het volgen van je strategie, leef je in alignement met je type. Wanneer je jouw strategie volgt, trek je de dingen aan die je nodig hebt om verder te komen. Ieder type heeft een andere strategie.

INNERLIJKE AUTORITEIT

Dit laat zien **hoe jij het beste keuzes kan maken**. Het is jouw innerlijke kompas die je op het juiste pad zet. Keuzes maak je namelijk niet met de mind, ook al is dit wel wat je waarschijnlijk altijd doet. Vaak word je aangeleerd om goed na te denken over een keuze. Constant analyseren, voor- en nadelen opschrijven, twijfelen en nog meer denken.

De mind is ontworpen om informatie te verwerken, niet om beslissingen te maken. Wanneer je met je mind een keuze maakt, maak je die niet op basis van wie je écht bent, maar op basis van alle conditioneringen die hier zijn opgeslagen. Alle twijfels, onzekerheden, angsten en verwachtingen van je omgeving worden meegenomen in het besluitproces als je met je mind keuzes maakt.

NOT SELF THEME

Dit is het gevoel wat je ervaart, **wanneer je niet volgens je design leeft** en wanneer je te veel luistert naar de conditionering van de wereld om je heen. Dingen doen zoals ze zouden moeten. Het is een teken dat je niet volgens je design leeft, een signaal van je lichaam wat aangeeft dat het tijd is voor verandering.

SIGNATURE FEELING

Het **gevoel wat je ervaart als je in alignement leeft** en op het juiste pad zit. Je merkt dat je in flow bent en dat je de resultaten behaalt die je wilt behalen.

Nu je bekend bent met de basics van Human Design, gaan we kijken naar hoe jij het maximale hieruit kunt halen.
Are you ready?



**Be who you are
and say what you
feel. Because those
who mind, don't
matter. And those
who matter, don't
mind.**



Generator

Jij bent hier om te dansen met het leven. Om dingen te doen waar je enthousiast van wordt en energie van krijgt. Volg je verlangens en dromen en doe what lights you up!

(Manifesting) generators zijn de enige energietypes met het **sacraal center**. Dit is het center voor life and work force energy. Door dit center heb je toegang tot een consistente bron van energie en die energie wordt gecreëerd wanneer je danst met het leven en dingen doet waar je enthousiast van wordt. Als dit niet zo is, kunnen ook Generators moe en futloos zijn of zelfs een burn-out krijgen

STRATEGIE

Als Generator ben je niet gemaakt om te initiëren, maar om te wachten en reageren op alle dingen die op je pad komen. Generators hebben namelijk een **magnetisch aura wat leven naar zich toe trekt**. Hierdoor komt er van alles op het pad waarop gereageerd kan worden.

Generators voelen vaak de druk om dingen te doen, te initiëren, actie te ondernemen en achter dingen aan te gaan. Maar de kracht ligt juist in het wachten op dingen die op je pad komen, om daar vervolgens op te reageren.

Het **onderbuikgevoel** is hierin essentieel, daar zit namelijk het sacraal center en dit gaat aanstaan als je ergens energie van krijgt. Gebeurt dit niet, dan is dit een teken dat de energie er niet is om eraan te gaan beginnen.

NOT SELF

Wanneer je niet leeft volgens je design, dingen gaat initiëren en niet luistert naar je sacraal, krijg je te maken met de not-self: **frustratie**.

Dit kan het letterlijke gevoel van frustratie zijn, maar ook een down, zwaar of verveeld gevoel horen hierbij. Ook de frustratie van energie valt hieronder, wat betekent dat energie niet meer lekker kan stromen.

Op het moment dat je je ongeïnspireerd en geërgerd voelt. Het leven 'blah' is, dingen niet meer flowen maar juist heel veel moeite en energie kosten, is dit een teken dat je niet in alignment leeft.

SIGNATURE FEELING

Wanneer je leeft volgens je design, je strategie volgt en keuzes maakt op basis van je autoriteit, ervaar je flow in je leven. Je gebruikt je energie voor dingen die energetisch juist voor je zijn. Op het moment dat je dit gevoel ervaart, weet je dat je in alignment bent en op het juiste pad zit. Voor generators is dit het gevoel van **voldoening/tevredenheid**. Het kan aanvoelen als enthousiasme, zin in het leven en blijdschap.

ONDERNEMEN ALS GENERATOR

Ook in het ondernemen is je strategie **wachten om te reageren**. Je hoeft geen go-getter te zijn wanneer het gaat om het aantrekken van sales. DM's sturen naar mensen die nog nooit van je hebben gehoord, is niet the way to go.

Je trekt klanten aan door de passie die je hebt, volledig te ownen. Door dit te delen met enthousiasme en positieve energie. Voor Generators is het belangrijk om marketingtechnieken te kiezen die je in staat stellen om te kunnen reageren. Zo zijn bijvoorbeeld polls in Instagram story's of je eigen Facebook groep mooie manieren om te kunnen reageren.

Het is heel belangrijk dat je iets doet waar je ook echt enthousiast van wordt. Als je deelt terwijl je eigenlijk niet wilt, maar vanuit het gevoel dat je dit moet doen, dan voelen je volgers dit. Ook het kopiëren van de business strategie van iemand anders werkt niet als het geen volledige hell yes is.

**Generator,
Jij bent hier
om te dansen
met het leven!**

Manifesting Generator

Jij bent hier om te dansen met het leven. Om dingen te doen waar je enthousiast van wordt en energie van krijgt. Volg je verlangens en dromen en doe what lights you up!

(Manifesting) generators zijn de enige energietypes met het sacraal center. Dit is het center voor life and work force energy. Door dit center heb je toegang tot een consistente bron van energie en die energie wordt gecreëerd wanneer je danst met het leven en dingen doet waar je enthousiast van wordt. Als dit niet zo is, kunnen ook manifesting generators moe en futloos zijn.

Manifesting generators zijn de **multi-passionate** en hebben veel verschillende interesses. Het is oké om achter al deze interesses aan te gaan, ook al wordt er door de maatschappij vaak geroepen dat je één ding moet kiezen. Verder zijn manifesting generators niet lineair. Je gaat niet van A naar B naar C, maar **van A naar C naar B**. Ook dit is heel normaal voor je, je bent niet gemaakt om een lineair pad te lopen. Je bent hier juist om andere te laten zien dat het oké is om het anders te doen, om all over the place te zijn en om meerdere interesses te hebben.

STRATEGIE

Als manifesting generator ben je niet gemaakt om te initiëren, maar **om te wachten en reageren op alle dingen die op je pad komen**.

Manifesting generators hebben namelijk een magnetisch aura wat leven naar zich toe trekt. Hierdoor komt er van alles op je pad waarop je kan reageren.

Manifesting generators voelen vaak de druk om dingen te doen, te initiëren, actie te ondernemen en achter dingen aan te gaan. Maar de kracht ligt juist in het **wachten** op dingen die op je pad komen, om daar vervolgens op te reageren.

Het onderbuikgevoel is hierin essentieel, daar zit namelijk het sacraal center en dit gaat aanstaan als je ergens energie van krijgt. Gebeurt dit niet, dan is dit een teken dat de energie er niet is om eraan te gaan beginnen. Gebeurt dit niet, dan is dit een teken dat de energie er niet is om eraan te gaan beginnen.

NOT SELF

Wanneer je niet leeft volgens je design, dingen gaat initiëren en niet luistert naar je sacraal, krijg je te maken met de not-self: **frustratie**.

Dit kan het letterlijke gevoel van frustratie zijn, maar ook een down, zwaar of verveeld gevoel horen hierbij. Ook de frustratie van energie valt hieronder, wat betekent dat energie niet meer lekker kan stromen.

Op het moment dat je je ongeïnspireerd en geërgerd voelt. Het leven 'blah' is, dingen niet meer flowen maar juist heel veel moeite en energie kosten, is dit een teken dat je niet in alignement leeft.

SIGNATURE FEELING

Wanneer je leeft volgens je design, je strategie volgt en keuzes maakt op basis van je autoriteit, ervaar je **flow in je leven**. Je gebruikt je energie voor dingen die energetisch juist voor je zijn. Op het moment dat je dit gevoel ervaart, weet je dat je in alignement bent en op het juiste pad zit.

Voor manifesting generators is dit het gevoel van voldoening/tevredenheid. Het kan aanvoelen als enthousiasme, zin in het leven en blijdschap.

ONDERNEMEN ALS MANIFESTING GENERATOR

Ook in het ondernemen is je strategie wachten om te reageren. Je hoeft geen go-getter te zijn wanneer het gaat om het aantrekken van sales. DM's sturen naar mensen die nog nooit van je hebben gehoord, is niet the way to go.

Je trekt klanten aan door alle passies die je hebt, volledig te ownen. Door dit te delen met enthousiasme en positieve energie. Je bent gemaakt om meerdere dingen tegelijk te doen en een hele specifieke niche is niet wat voor jou het beste werkt.

Voor MGs is het belangrijk om marketingtechnieken te kiezen die je instaat stellen om te kunnen reageren. Zo zijn bijvoorbeeld polls in Instagram story's of Facebook groepen mooie manieren om te kunnen reageren.

Het is heel belangrijk dat je iets doet waar je ook echt **enthousiast** van wordt. Als je deelt terwijl je eigenlijk niet wilt, maar het gevoel hebt dat je dit moet doen, dan voelen je volgers dit.

Ook het kopiëren van de business strategie van iemand anders werkt niet als het geen volledige hell yes is.

**Manifesting
Generator, do
what lights
you up!**



Projector

Jij bent hier om te veranderen, verbeteren en efficiënter maken van wat er al is. Je bent hier om andere te gidsen, leiden en sturen. Dat is jouw unieke rol als projector.

De gave van een projector is dat je dingen ziet op een manier die andere niet kunnen. Een projector is als een **vogel op een tak**, je ziet het grotere geheel. Je ziet waar dingen wel of niet goed lopen en welke andere manieren er zijn om iets gedaan te krijgen. Een projector kan door het delen van zijn inzichten echt een gids zijn voor anderen.

De (manifesting) generators en manifestors zijn energietypes, maar projectors zijn '**non-energy beings**'. Dit maakt projectors anders dan zo'n 75% van de samenleving. Omdat je geen consistente toegang tot energie hebben, ben je niet gemaakt om net zo hard en veel te werken als andere.

Het advies voor projectors is om niet meer dan 4 uur per dag te werken. Nou verschilt dit sowieso per type projector. De een kan veel meer werken dan de ander. Belangrijkste hier is om te beseffen dat het oké is als je niet 8 uur per dag kan werken, dat je meer rust nodig hebt en eventueel een middag dutje. Voel voor jezelf wat jouw grens is, leer luisteren naar je lichaam en vertrouw dat het oké is om minder te werken

STRATEGIE

De strategie van een projector is wachten op **(h)erkenning en een uitnodiging**. Jij ziet wat niet goed gaat, wat anders en beter kan. Maar mensen zijn niet altijd klaar voor wat jij ziet. Je voelt de energie van mensen, maar de ander moet hier wel voor open staan.

Wanneer de ander er zelf voor kiest om zich open te stellen voor de projector, kan de projector de rol van gids op zich nemen. Zo is de bijdrage van een projector ongelooflijk waardevol. Ze kunnen zo precies de energie teruggeven die ze van de ander ontvangen

Daarom is het dus heel belangrijk dat de ander zijn energie opent, zodat de projector deze energie weer kan ontvangen, analyseren en vervolgens zijn wijsheid kan projecteren. Als er geen uitnodiging is, dan opent de ander zijn energie niet en is er geen energie beschikbaar voor de projector. Of de energie die beschikbaar is, is niet de juiste energie. Om dan toch te proberen iets te doen, leidt tot uitputting en bitterheid.

NOT SELF

Voor projectors is de not-self emotie **bitterheid**. Het is het gevoel niet gezien of gehoord te worden of het gevoel dat je overwerkt bent. Je voelt je genegeerd door de buitenwereld wat er voor zorgt dat je een innerlijke wrok of een gespannen gevoel ervaart.

SIGNATURE FEELING

De signature feeling van een projector is **succes**. Het gevoel van erkenning en waardering voor wie je bent. Dit kan door kleine dingen, zoals een compliment van iemand. Of door grote dingen zoals een uitnodiging.

ONDERNEMEN ALS PROJECTOR

Ook in het ondernemen is het belangrijk om rekening te houden met het feit dat je minder energie hebt. Je wilt je bedrijf zo inrichten, dat je niet hele dagen hoeft te werken. Er moet voldoende tijd zijn voor self-care, rust en herstel.

Het is belangrijk dat mensen jou gaan zien en erkennen voor de wijsheid die je te delen hebt. Het is belangrijk om zichtbaar te zijn. Om je wijsheid te delen, zodat mensen je gaan erkennen en uitnodigen. Het creëren van content in de vorm van blogs, podcasts, video's is een goede manier om je wijsheid te delen.

Omdat je geen consistente bron van energie hebt, is het belangrijk dat je hier zorgvuldig mee om gaat. Het is niet nodig om op alle social media kanalen die er zijn 24/7 zichtbaar te zijn. De energie waarmee je iets deelt, is uiteindelijk belangrijker dan wat je deelt. If you're not feeling like it, don't do it.

En het is belangrijk om iets te doen waar je écht van houdt. Voor je een uitnodiging krijgt, moet je namelijk eerst erkend worden.

De beste manier om erkend te worden is door iets te doen waar je enthousiast van wordt. Dit is dan ook de energie die je uitstraalt, waardoor mensen je gaan erkennen.

**Projector,
Jij bent hier
om te
veranderen &
verbeteren!**



Manifestor

Jij bent een echte queen. Heel krachtig en van nature vol met power. Je bent onafhankelijk, kan dingen initiëren en bent echt hier om een movement te vormen.

Je bent gemaakt om een **impact te hebben op anderen** op de wereld. Om nieuwe dingen te beginnen en verandering te brengen. Manifestors zijn het enige type wat gemaakt is om te initiëren. Eigenlijk heb je niemand nodig. Je bent een echte go-getters, gemaakt om alles te laten gebeuren. Ook ben je niet gemaakt om te werken aan de dromen van een ander, maar juist om te werken aan je eigen droom.

Manifestors zijn **non-energy beings**, wat betekent dat je niet consistent toegang hebben tot energie. Toch krijgt een manifestor de energie die nodig is om te initiëren en creëren. Dit gebeurt door urges, de behoeften/oerkracht in jezelf. Bij deze urges komt een energie vrij waardoor je je ding kan doen. Dit zijn korte burst of energy maar zijn voldoende voor manifestors om iets nieuws te maken. Maar deze energie kan je niet lang vasthouden. Vaak heb je na zo'n energy burst rust nodig om weer op te laden.

STRATEGIE

De strategie van een manifestor is **informer**. Het aura van een manifestor heeft een grote impact op andere maar tegelijkertijd communiceert het aura niet zo goed. Hierdoor hangt er een mysterie om de manifestor heen. Mensen weten vaak niet zo goed wat ze kunnen verwachten.

Je bent nogal onvoorspelbaar. Op een onbewust niveau creëert dit een soort angst bij mensen in je omgeving. Deze angst zorgt ervoor dat mensen je gaan proberen te controleren. Het laatste wat je als manifestor wilt, is het gevoel dat je omgeving je constant aan het controleren is. Dat ze dwars gaan liggen bij alles wat je doet en ze je proberen af te remmen.

Daarom is informeren dus zo belangrijk. Voordat je iets doet, informeer de mensen die beïnvloed worden door wat je gaat doen. Vertel wat je intenties zijn, wat je doet, waar je mee bezig bent en wat je plannen zijn. Je omgeving wil het gevoel hebben dat ze betrokken worden. Ze willen weten wat je doet en waar je mee bezig bent. Door te informeren breek je als het ware het ijs. Andere kunnen je nu beter begrijpen. Hierdoor ga jij meer rust en vrede ervaren.

SIGNATURE FEELING

De signature feeling is **vrede**, een **gevoel van rust**. Het gevoel dat je kan doen wat je wilt, zonder dat iemand je probeert te belemmeren. Niemand die je vertelt wat je wel of niet zou moeten doen.

NOT SELF

Voor manifestors is de not-self emotie **woede**. Op het moment dat je mensen niet informeert over wat je gaat doen, krijg je te maken met veel weerstand vanuit je omgeving. Je wordt belemmerd, geblokkeerd of gecontroleerd in wat je wilt doen. Dit zorgt uiteindelijk voor woede of boosheid.

Onder woede valt bijvoorbeeld ook: irritatie, de hele wereld is tegen me, mensen proberen me te vertellen wat ik moet doen en dat is irritant, mensen laten me niet mezelf zijn, andere kunnen me niet vertellen wat ik moet doen. De woede kan ook komen omdat je je machteloos voelt

ONDERNEMEN ALS MANIFESTOR

Als manifestor ben je echt hier om een movement te vormen, om verandering aan te brengen en om een impact te hebben op anderen en de wereld. Jij kan als enige zelf dingen initiëren in je bedrijf. Wanneer jij een **urge** krijgt om iets te doen, dan heb je hier in principe niemand voor nodig.

Hoe meer jij in jouw volle potentieel staat en dit volledig owned, hoe makkelijker jij consistent klanten gaat aantrekken. Geef jezelf de toestemming om te shinen en omarm je grootsheid. Ook in je marketing hoef je het absoluut niet rustig aan te doen, go big and bold!

e bent van het initiëren en starten van dingen, maar niet altijd goed in het afmaken. Daarom is het voor jou heel waardevol om een team om je heen te verzamelen. Wanneer jij een urge hebt om iets te creëren kan je daar vol energie aan werken. Maar het afmaken besteed je vervolgens uit aan jouw team, zodat jij ruimte hebt om weer nieuwe dingen te creëren.

Creëer je diensten en producten op basis van de urges die je krijgt. Jij bent echt een trendsetter, own dat! Maar vergeet niet om ook hierin iedereen te informeren! Neem je volgers en klanten mee in het hele proces van begin tot eindproduct en een stukje behind the scenes.

Houd er wel rekening mee dat je geen consistente bron aan energie hebt. Jouw energie werkt in pieken en dalen. Het ene moment kan je bergen met werk verzetten, om vervolgens het andere moment te moeten rusten. Zorg dus ook dat er in je agenda genoeg ruimte is voor rust, ontspanning en self-care.



**Manifestor,
Jij bent hier om
onafhankelijk
een movement
te vormen.**

Reflector

Omdat je als reflector helemaal open bent, neem je alle energie van de omgeving op. Wanneer jij met mensen bent, dan worden je open centers overspoeld met de energie van de gedefinieerde mensen in je omgeving. Hierdoor ben je een echte spiegel voor de samenleving.

Je neemt de energieën van alles en iedereen op, versterkt dit en **reflecteert** dit terug. Omdat je geen gedefinieerde centers hebt, mis je een gevoel van houvast waar je op terug kan vallen en die je beschermt tegen conditionering van buitenaf. Door al deze open centers, ben jij als reflector ook het meest gevoelig van alle types.

De samenleving heeft jou en je oneindige wijsheid echt nodig! Jij kan ons namelijk laten zien hoe we het nou écht doen als samenleving. Jij hoort in het midden van een grote groep te staan, zodat je naar ons kan terug reflecteren hoe we het doen. Wanneer jij volledig leeft volgens je design, is jouw wijsheid puur en onbeoordeeld. Je hebt namelijk niks waardoor je kan filteren. Hiervoor is het wel belangrijk dat je vrij bent van conditioneringen, overtuigingen en bepaalde patronen. Anders wordt jouw wijsheid alsnog beïnvloed. Jij mag volledig open en onbeoordeeld zijn, dit is jouw grootste kracht. Wanneer je dit doet, kan je de andere spiegelen zonder je eigen perspectief erdoorheen te mengen.

Ook mag je los gaan laten wie je denkt dat je zou moeten zijn. Misschien houd je je nu vast aan een bepaalde identiteit, omdat dit je een veilig gevoel geeft of omdat je altijd hoort dat je moet weten wie je bent. Maar zodra je dit gaat loslaten, kan jij je echt verplaatsen in alles en iedereen en volledig aanwezig zijn.

Omarm dat je anders bent dan 99% van de samenleving. Iedereen heeft ergens een idee van 'dit is wie ik ben', maar voor jou is het niet nodig om een sterke persoonlijkheid te hebben. Jij mag gewoon zijn en meegaan met de flow.

De poorten die je gedefinieerd hebt en je profiel geeft je wel inzicht in je vaardigheden en kwaliteiten die natuurlijk voor je zijn. Dit zijn belangrijke thema's in je leven die je overal terug zullen komen. Iedere poort heeft een kwaliteit die je perspectief op een manier definieert. Deze definitie geeft je een specifieke manier van functioneren en het bepaalt wat je doet met de wijsheid die je in je open centers ontwikkeld. Van nature ben jij heel erg kalm en rustig. Wanneer je alleen bent, is dit je natuurlijke staat van zijn. Daarom is het ook belangrijk om altijd weer terug te gaan naar deze staat als je alleen bent.

Je neemt constant de energieën van de mensen om je heen op. Wanneer je dan weer alleen bent, mag je je weer ontdoen van deze energieën en teruggaan naar de rust en kalmte. Blijf je niet vasthouden aan de energieën die je hebt opgepikt.

STRATEGIE

99% van de bevolking, heeft twee of meerdere centers gedefinieerd wat betekent dat zij een innerlijke autoriteit hebben. Deze centers zijn een soort anker voor hen in een wilde oceaan van conditioneringen en invloeden van buitenaf. Dit anker is iets wat ze kunnen zien als hun waarheid waar ze altijd op kunnen vertrouwen. Maar als reflector heb je niet zo'n anker. Je hebt **niet iets waar je consistent op kan vertrouwen als jouw waarheid**. Daarom is de strategie van een reflector wachten op een hele maancyclus voor het maken van een beslissing.

In 28 dagen gaat de maan namelijk langs alle poorten in je design en ervaar je verschillende perspectieven. Tijdens die 28 dagen ontdek je verschillende kanten van jezelf. Door het wachten ontstaat er duidelijkheid. Dit hoeft natuurlijk niet met álle dingen. Maar bij dingen die echt belangrijk voor je zijn, is dit wel heel belangrijk om te doen.

SIGNATURE

Voor reflectors is dit **verrassing/ verwondering**. Je ervaart dit wanneer je echt de wereld in gaat en alles ontdekt wat het leven te bieden heeft. Jij mag jezelf toestaan om alles te voelen wat je kan voelen en om als een kameleon door het leven te gaan. Het leven is vol met verrassingen en het is aan jou om dit te gaan ervaren. Ga de wereld in, maar trek je ook voldoende terug om weer terug te gaan naar je natuurlijke staat van zijn.

NOT SELF

Voor reflectors is de not self: **teleurstelling**. Het gevoel dat het leven niet meer exciting is. Het is niet meer opwindend en kleurrijk, maar eerder depressing. Dit gebeurt vooral als je je teveel terug trekt uit het leven en je unieke gave als een last ziet. Wanneer je niet durft je omgeving te spiegelen uit angst om dit te voelen.

**Reflector,
jij bent hier om
te spiegelen**



**THERE IS
NO CHANGE....**

**where there
is no action**

De energiecenters

In de Bodygraph zie je de 9 energiecenters, dit zijn de plekken waar je energie ontvangt of uitzendt. Wanneer een center ingekleurd is, is het gedefinieerd. Is een center open, dan is het ongedefinieerd.

DE GEDEFINIEERDE CENTERS

Door gedefinieerd centers stroomt **jouw energie in jouw unieke flow**. Je kan vertrouwen op deze energie en hebt er ook altijd toegang tot. In deze centers ben je jezelf, ze zijn een vast onderdeel van wie je bent. Het zijn de centers waar je iets aan anderen kan leren. Ook zijn dit de plekken waar je mensen aantrekt.

DE ONGEDEFINIEERDE CENTERS

De ongedefinieerde (witte) centers zijn plekken waar je **beïnvloed wordt door je omgeving**. Hier heb je niet altijd toegang tot de energie van dit center, maar pik je de energie van anderen op die dit center wel gedefinieerd hebben. Dit zijn de plekken waar je het meest geconditioneerd wordt door anderen. Hier wordt de energie van de mensen om je heen opgenomen, om deze vervolgens te versterken. Je hebt hier te maken met inconsistente energie, je kan er niet altijd op vertrouwen. Dit komt omdat het afhankelijk is van met wie je bent.

Toch ben je in de open centers heel snel geneigd om te denken dat de energie die je voelt, van jou is. Maar dit is niet het geval! Wanneer een center open is, voel je hier altijd de energie van andere.

Het betekent dus niet dat je de energie van je open centers **nóóit** tot je beschikking hebt. Wanneer je in de buurt bent van iemand met het center gedefinieerd, kan je gebruik maken van deze energie. Ook de transitie van de planeten kan ervoor zorgen dat je tijdelijk een center gedefinieerd hebt. De energie is alleen niet **áltijd** aanwezig!

De centers van je bodygraph

Hoofd center

Inspiratie, ideeën en stellen van vragen

Anja center

Meningen, perspectieven, conclusies, overtuigingen, concreet nadenken, analyseren, opslaan en verwerken van info.

Keel center

Communicatie en manifestatie

G-center

Identiteit, richting en liefde

Ego center

Verlangens, wilskracht, motivatie en eigenwaarde

Milt center

Gezondheid, welzijn, intuïtie, tijd en fysiek bewustzijn

Solar plexus center

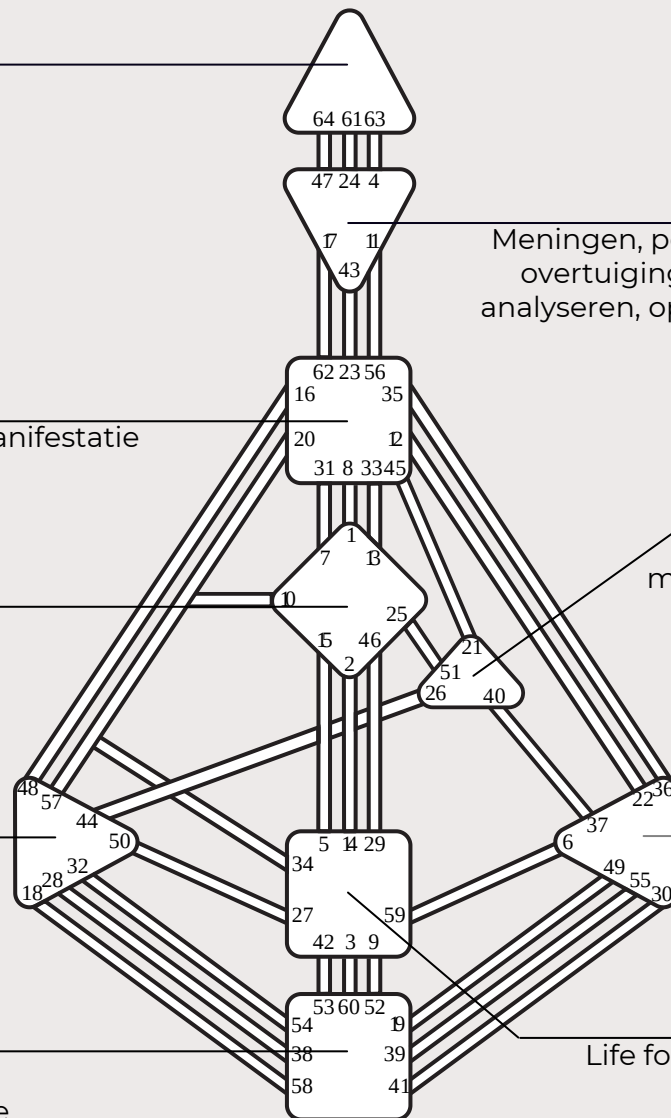
Emoties en gevoelens

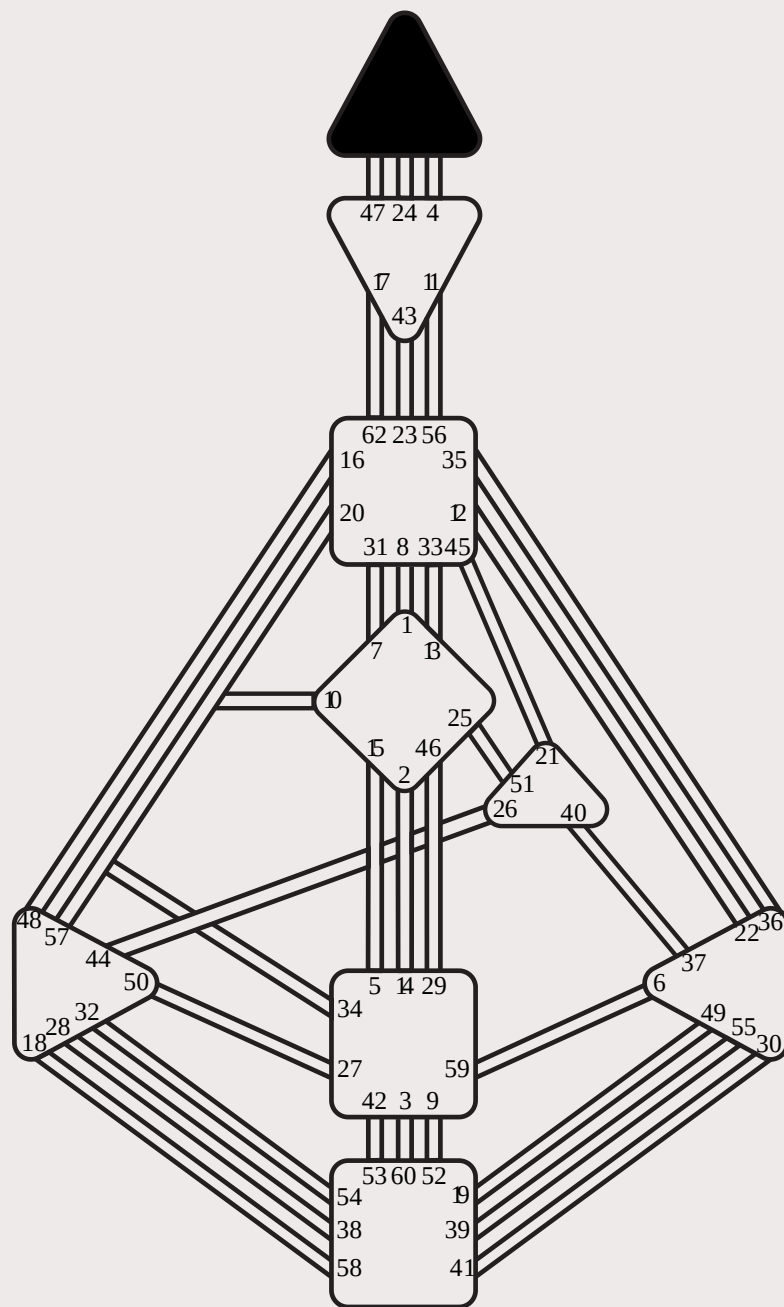
Wortel center

Fysieke druk, drive, ambitie en adrenaline

Sacral center

Life force energie, seksualiteit, creativiteit, pleasure





Hoofd center

Het hoofd center is het center voor **inspiratie, ideeën en het stellen van vragen**. Hier komen alle ideeën en inspiratie binnen. Dit center stimuleert de verbeelding en je unieke manier van denken.

Ook is het een druk center, hier komt de druk om alles te willen weten en onderzoeken vandaan. Door de inspiratie word je onder druk gezet om antwoorden te vinden, om dingen te begrijpen en om na te denken.

72% van de mensen heeft dit ongedefinieerd en 28% heeft het gedefinieerd.

GEDEFINIEERD HOOFD CENTER

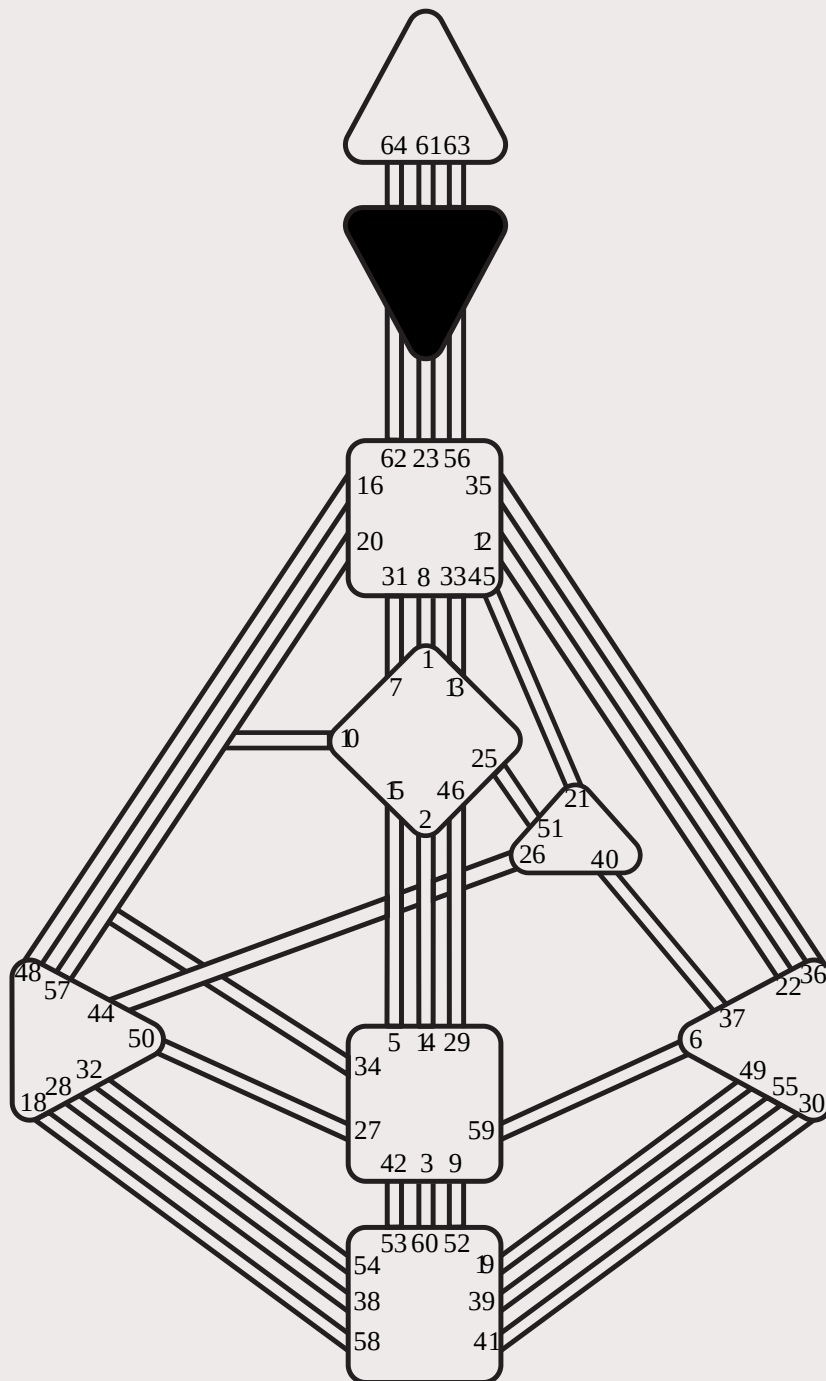
Met dit center gedefinieerd heb je consistent toegang tot een bron van inspiratie. Het kan zomaar zo zijn dat jij vaak roept *'geen idee waar ik deze inspiratie vandaan haal, het is er gewoon!'*

Voor anderen ben jij ook een bron van inspiratie, omdat jij constant ideeën en inspiratie de wereld instuurt. Waarschijnlijk ben jij je hier niet eens bewust van. Jij kan iemand dus helpen met het vinden van het perfecte idee. De ideeën en inspiratie die je hebt, zijn ook echt van jou. Waardoor jij je heel krachtig kan voelen als het aankomt op je ideeën.

ONGEDEFINIEERD HOOFD CENTER

Met dit center open neem je alle gedachten, ideeën en inspiratie om je heen op en versterkt dit. Je raakt geïnspireerd door de mensen om je heen. Misschien ben je je er niet bewust van, maar veel ideeën, inspiratie en dingen die in je hoofd gebeuren, zijn van iemand anders. Je bent hier om wijs te worden over ideeën en inspiratie. Wat betekent dat jij uiteindelijk ontdekt door ervaring, wat wel en niet inspirerend is en wie wel en niet inspirerend is.

Wanneer je inspiratie nodig hebt, kan het een goed idee zijn om even onder de mensen te zijn of bijvoorbeeld een boek te lezen.



Anja center

Dit is het center voor **meningen, perspectieven, conclusies en overtuigingen**. Maar ook van concreet nadenken, analyseren, concepten, opslaan en verwerken van informatie. In dit center verwerk je de druk die binnenkomt bij je hoofd – het beantwoorden van vragen, hebben van twijfels en de inspiratie die je opdoet – en verwerk je het in bruikbare informatie. Door een idee, concept, mening of perspectief te vormen.

In dit center zit ook de angst dat je dingen niet weet of dat andere mensen je niet begrijpen. Aan de ene kant zorgt dit ervoor dat je informatie en ideeën beter gaat begrijpen, zodat je het ook duidelijk kan communiceren. Maar aan de andere kant kan dit ervoor zorgen dat je onzeker wordt en jezelf niet durft te uiten.

49% van de mensen heeft dit ongedefinieerd en 51% heeft het gedefinieerd.

GEDEFINIEERD ANJA CENTER

Met dit center gedefinieerd heb je een vaste manier van denken en verwerken van informatie. Jij ziet de wereld vanuit jouw perspectief. Je kan anderen inspireren met jouw unieke inzichten, meningen of perspectieven. Je geeft ze echt iets om over na te denken.

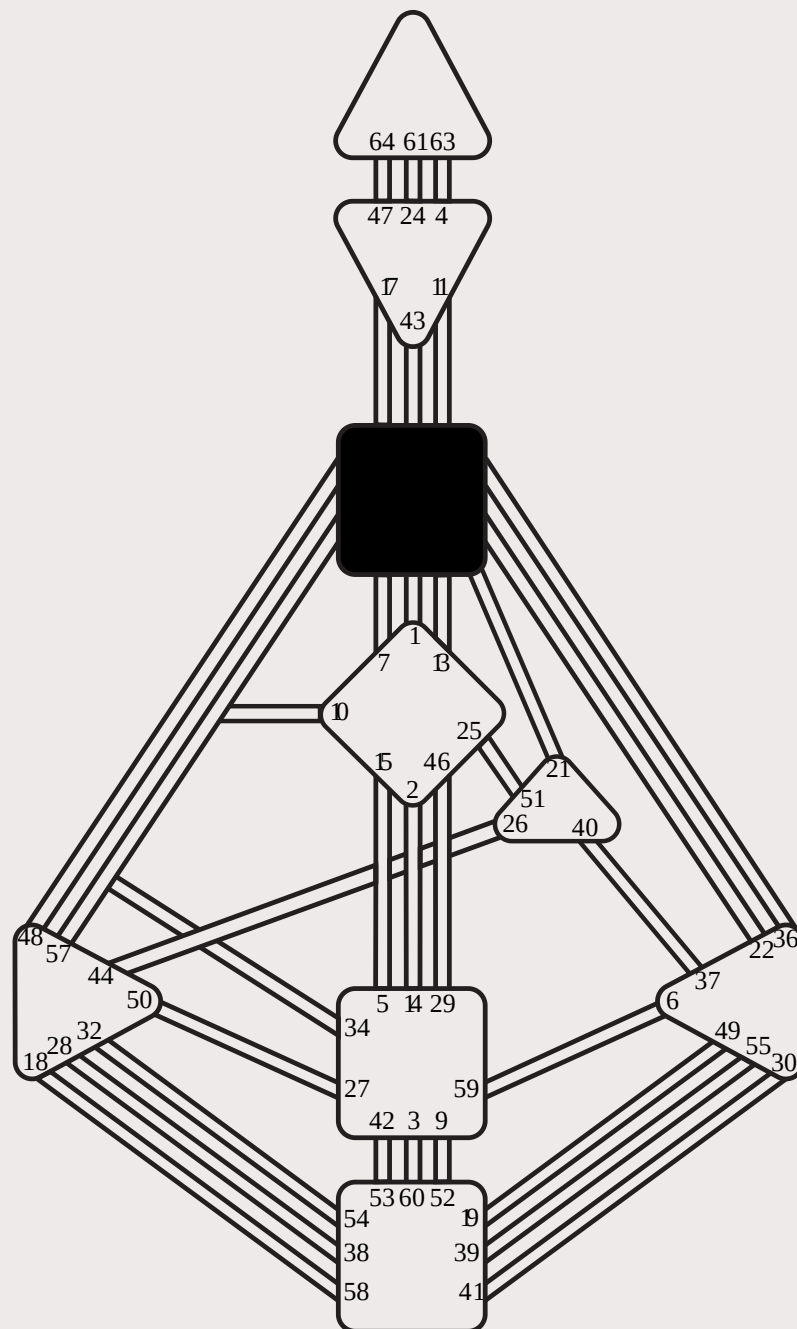
Omdat dit center gedefinieerd is, heb je hier altijd toegang tot je eigen energie. Je wordt hier dus ook niet de hele dag gebombardeerd met de gedachten van andere mensen. Hierdoor kan je ook echt vertrouwen op je mind en ben je ook gemaakt om zeker te zijn van dingen. Mensen met dit center open, hebben altijd het gevoel dat ze niet helemaal zeker zijn. Maar jij bent juist gemaakt om zeker te zijn. Ook geef je hierdoor anderen een gevoel van zekerheid.

ONGEDEFINIEERD ANJA CENTER

Met dit center open, ben jij gemaakt om open minded te zijn. Dit betekent niet dat je geen sterke meningen of standpunten kan hebben. Maar jij kan heel goed begrijpen hoe andere mensen de wereld zien en hoe al die dingen ons kunnen helpen.

Jouw perspectief en manier van kijken naar dingen kan constant veranderen, afhankelijk van met wie je bent. De kracht van dit open center, is dat je kan zien hoe andere ideeën conceptualiseren en zo ook zien wat wel of geen goede ideeën zijn. Je kan veel perspectieven ervaren en daar de waarde van inzien en ook zien welke waardevol zijn en welke logisch. Ook kan je innovatie ideeën channelen en met oplossingen voor problemen komen.





Keel center

Dit is het center voor **communicatie en manifestatie**. Alle energie die door het lichaam stroomt, wilt naar het keel center zodat het hier gecommuniceerd of gemanifesteerd kan worden. Manifestatie betekent letterlijk het in stand brengen van iets, of iets in het leven roepen door het uit te spreken. Met een gedefinieerd keel center heb je een specifiek manifestatie proces, met een open center gaat het meer over open zijn en kunnen ontvangen.

29% van de mensen heeft dit ongedefinieerd en 71% heeft het gedefinieerd.

GEDEFINIEERD KEEL CENTER

Met een gedefinieerd keel center heb je een unieke manier van praten. Hoe jij je uitdrukt in je communicatie, gedrag en acties is typerend. Wat je zegt wordt bepaald door de 11 verschillende thema's (de poorten) in je keelcenter én door de centers die zijn verbonden met het keelcenter.

Wanneer je weet waar je stem vandaan komt, kan dit een grote invloed hebben op je leven. Je kan je zelf uitdrukken, zonder je daar schuldig over te voelen of constant te twijfelen aan jezelf. Ook geef je jezelf de toestemming om jezelf te kunnen zijn.

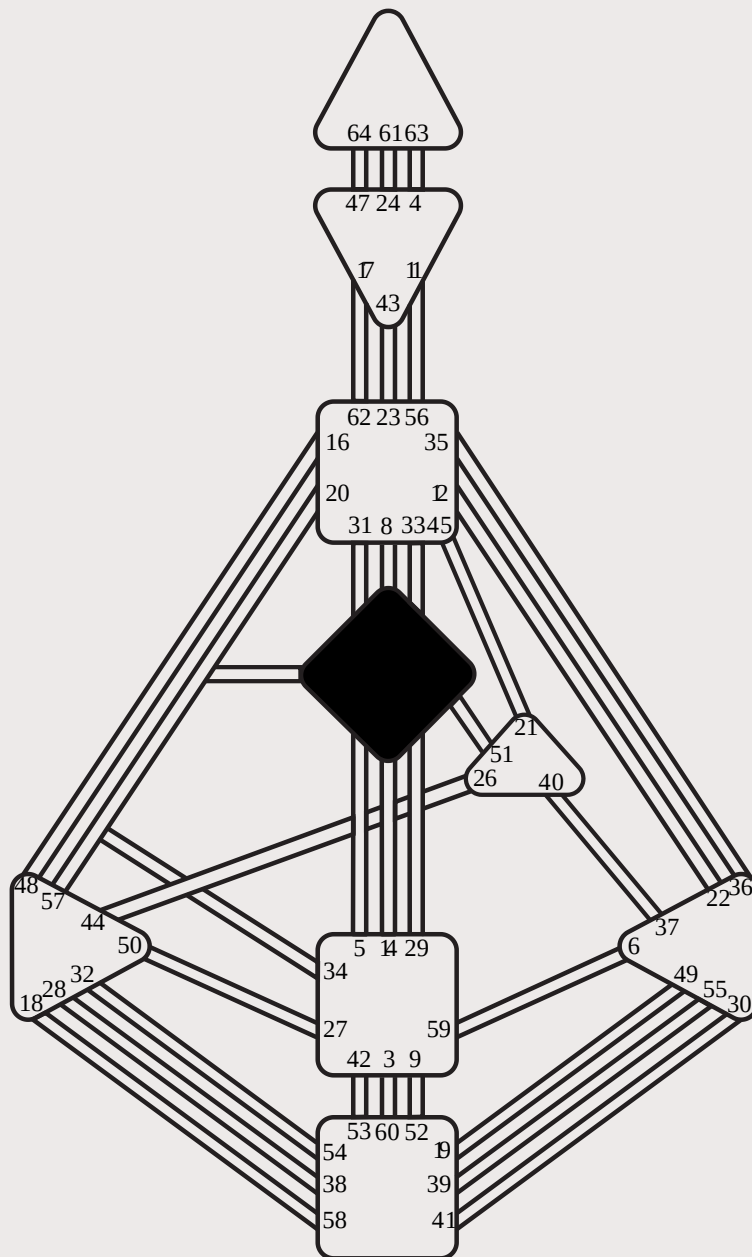
Het is voor jou belangrijk om sowieso altijd je strategie en autoriteit te volgen wanneer je iets wilt doen of zeggen. Maar je wilt ook weten waar je stem vandaan komt, zodat je makkelijker kan communiceren.

ONGEDEFINIEERD KEEL CENTER

Met dit center open heb je geen consistente manier van communiceren. Dit wordt heel erg beïnvloed door met wie je bent. Jij hebt de mogelijkheid om je op verschillende manieren uit te drukken en kan verschillende stemmen eigen maken. Hierdoor kan je jouw stem en manieren van communiceren aanpassen aan de mensen met wie je bent.

Stilte is jouw kracht. Mensen zijn op zoek naar jouw wijsheid. Maar alleen in de stilte. Wanneer je maar gewoon aan het praten bent, zal niemand luisteren. Maar wanneer je wacht en de stilte accepteert, gaan mensen dingen aan je vragen en ook echt luisteren naar wat je te zeggen hebt. Wanneer je in gesprek bent met een ander, laat hen dan praten. Jouw stilte is goud. Wanneer je een uitnodiging krijgt, wordt de keel geactiveerd en kan je echt praten. Hoe stiller je blijft, hoe magnetischer je wordt. De wijsheid van dit center, is dat je echt een stem kan worden voor andere wanneer zij niet voor zichzelf kunnen opkomen.





G- center

Dit is het center van **identiteit, richting en liefde**. Het brengt je in alignement met wie je bent, waar je bent en waar je naar toe gaat. Liefde, richting en identiteit kan je samenvoegen tot the self, ons zelf.

Als een soort magneet trekt het mensen, kansen, plaatsen en gebeurtenissen aan die waardevol voor je zijn. De dingen die je nodig hebt om te zijn wie je bent, om te leven volgens je ware zelf, om je levenspad te volgen en te leven in liefde en overvloed. Dit gebeurt als je leeft volgens je design.

49% van de mensen heeft dit ongedefinieerd en 51% heeft het gedefinieerd.

GEDEFINIEERD G-CENTER

Met dit center gedefinieerd heb je een gevoel van richting in je leven. Je voelt als het ware dat je ergens naar toe gaat. Wanneer je goed bent afgestemd op dit center, dan voel je naar welke richting je toegetrokken wordt. Het is voor jou belangrijk om hier ook voor te durven kiezen. Om je over te geven aan deze aantrekkingskracht. Je mag erop vertrouwen dat jouw higher self weet wat het beste is voor je.

Ook heb je door dit center een consistente manier van hoe je je gedraagt en hoe jij je uitdrukt. Je hebt een 'vaste' identiteit waar je op kan vertrouwen. Andere mensen zullen je hierin niet zo snel beïnvloeden.

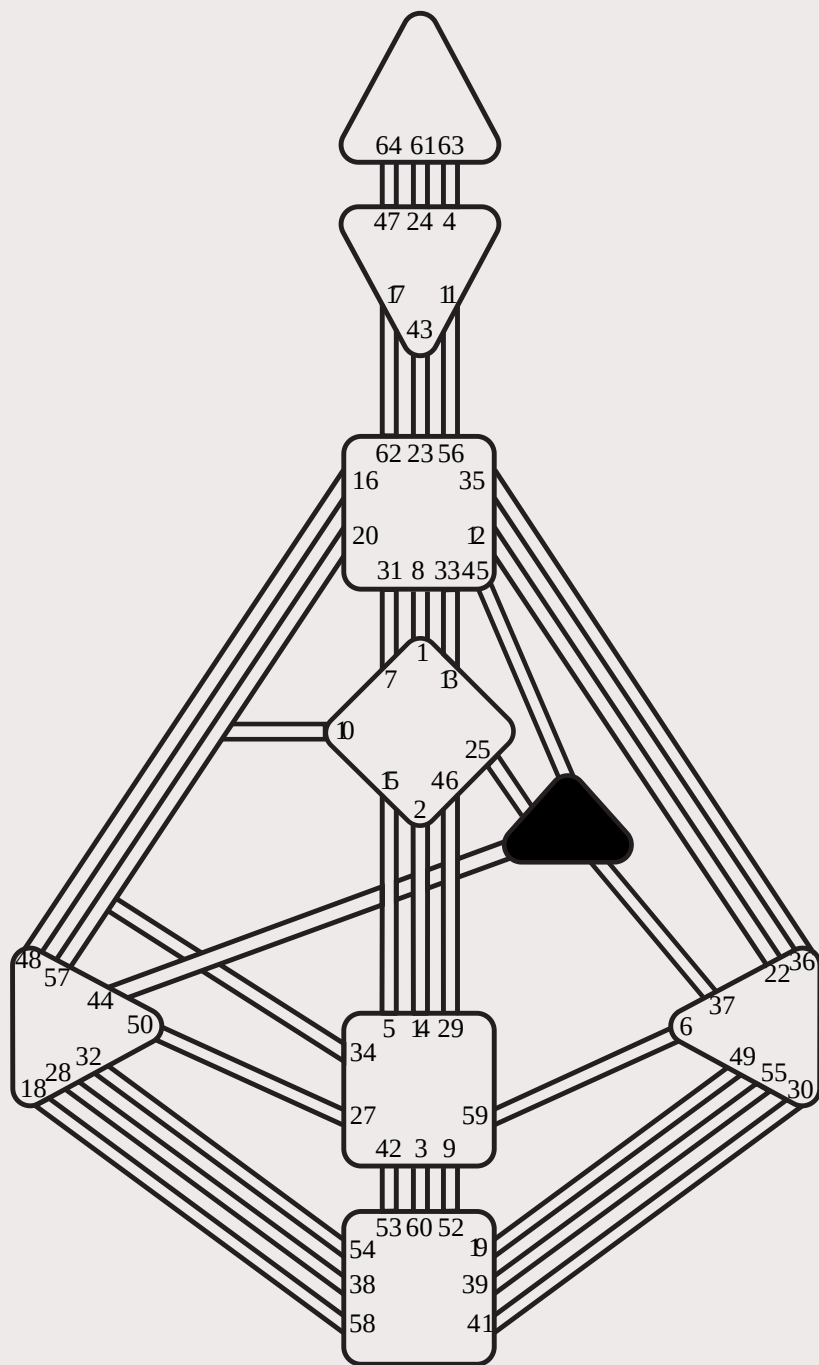
ONGEDEFINIEERD G-CENTER

Omdat dit center bij jou open is, betekent dit dat je niet een consistent gevoel van identiteit, richting en liefde hebt. Het kan zijn dat je je soms een beetje verdwaald voelt in de wereld. Niet zo goed wetend wie je bent en waar je precies heen wilt. En dat is helemaal OKÉ. Er is niks mis met je. Jij bent niet gemaakt om een vaste bestemming te hebben, maar juist om in veel verschillende richtingen te gaan. Het kan bijvoorbeeld ook zijn dat je al heel veel dingen geprobeerd hebt.

Aan de ene kant kan dit geweldig en avontuurlijk zijn. Maar het kan ook overweldigend en verwarrend zijn. Zolang jij jouw strategie en autoriteit blijft volgen, komt het goed.

Niet alleen jouw richting, maar ook jouw identiteit is heel veranderend. Jij komt opdagen in reactie op wie en wat er voor je is. Met wie je bent, heeft een grote invloed op wie jij bent. Als een soort kameleon van je omgeving heb je de mogelijkheid om met iedereen in elke situatie te kunnen passen.

De wijsheid voor jou zit hem in het feit, dat ij heel wijs kan worden over identiteiten, richting en liefde. Jij kan andere mensen heel goed voelen en hen zo helpen met het vinden van een richting in hun leven.



Ego- center

Dit is het center van **verlangen, wilskracht, motivatie en eigenwaarde**. Het verlangen uit het center is vooral gericht op de materialistische wereld, zoals geld, macht, succes en impact. Het is een masculiene en doelgericht center. Ook is het een motor center wat werkt in golven: werken, rusten, werken, rusten.

Dit is een van de meest geconditioneerde centers (gedefinieerd of ongedefinieerd). Kijk eens naar de relatie die jij hebt met je verlangens. Own je ze volledig. Of voel je je schuldig over het hebben van deze verlangens? Hoe is het met je eigenwaarde?

65% van de mensen heeft dit ongedefinieerd en 35% heeft het gedefinieerd

GEDEFINIEERD EGO CENTER

Met dit center gedefinieerd heb je een consistent gevoel van waar je naar verlangt. Wanneer je in alignement bent dan weet je wat je wilt, je weet dat je het waard ben en je hebt de wilskracht om er ook echt achteraan te gaan. Je hebt een impact op anderen en je kan hen helpen om een gevoel van eigenwaarde te krijgen. Dit kan inspirerend zijn voor mensen.

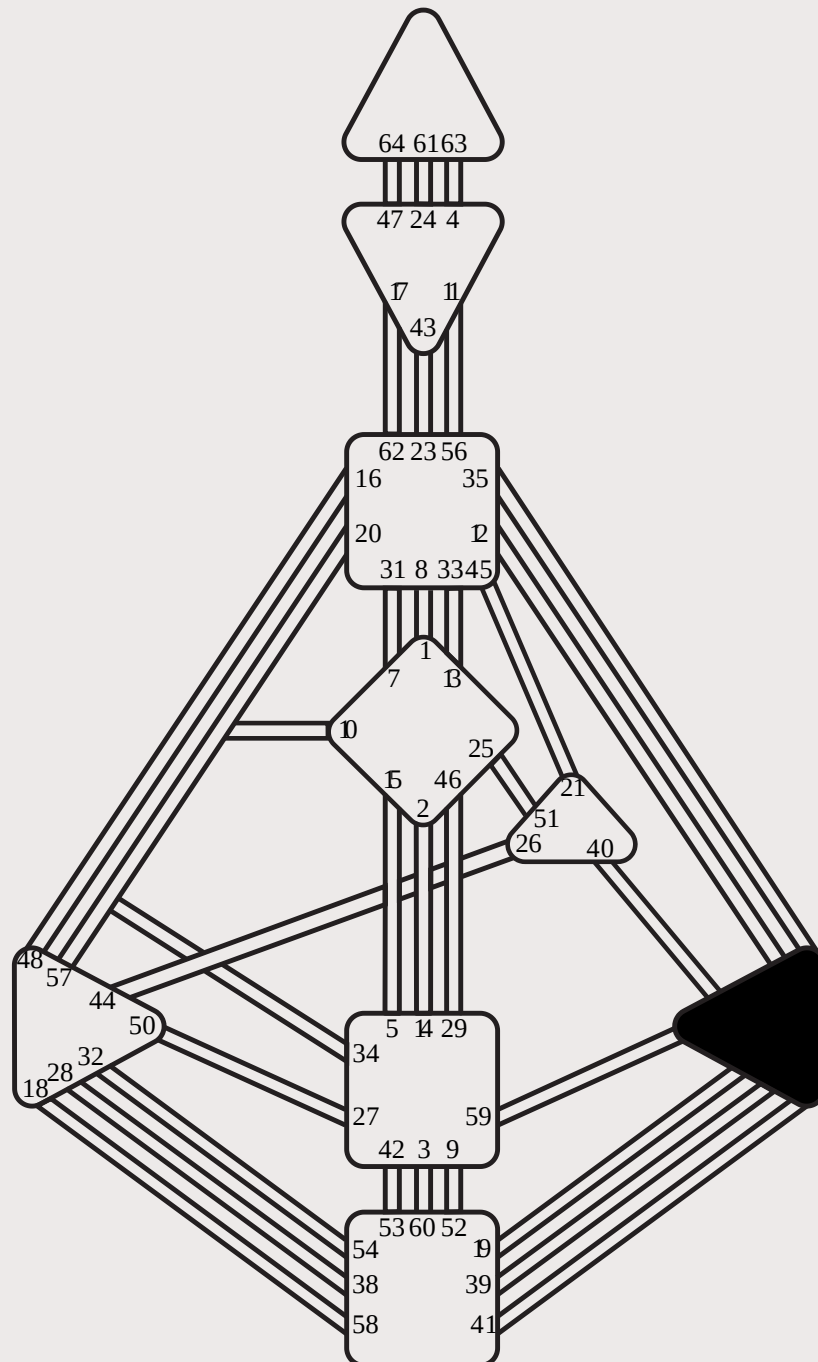
Je hebt de mogelijkheid om te besluiten iets te doen, en dit dan ook echt te doen. Je bent gemaakt om beloftes te maken en om je eraan te houden. Dit versterkt ook weer het vertrouwen in jezelf en je vaardigheden.

Je hebt een ingebouwde drive om jezelf te testen en om te bewijzen dat je dingen kan. Dat is ook gewoon gezond voor je. Voor jou is het gezond om je wilskracht te gebruiken om door het leven te pushen.

ONGEDEFINIEERD EGO CENTER

Met dit center open is het belangrijk om te beseffen dat je geen consistente bron van wilskracht en motivatie hebt. En dat je niet gemaakt bent om beloftes na te komen. Je kan het gevoel hebben dat je jezelf moet bewijzen, dat je meer moet doen en harder moet werken om te laten zien hoe waardevol je bent. Vaak omdat je jouw eigen waarde niet inzielt en jezelf constant vergelijkt met andere.

De wijsheid van dit open center, is échte zelfvertrouwen, échte eigenwaarde op een diepe, nederige manier. Je begrijpt dat je waardevol bent en weet dat je niks hoeft te doen om dit te bewijzen. Wanneer je de druk los laat om jezelf te bewijzen, dan word je waarde gezien en gaan mensen zien hoe waardevol je bent.



Solar Plexus center

Het solar plexus center is het center van **emoties, gevoelens en verlangens**. Vanuit dit center ervaar je emoties, passie, verlangens, humeur en gevoeligheid. Emotionele energie werkt als een golf en het is altijd in beweging.

49% van de mensen heeft dit ongedefinieerd en 51% heeft het gedefinieerd.

GEDEFINIEERD SOLAR PLEXUS CENTER

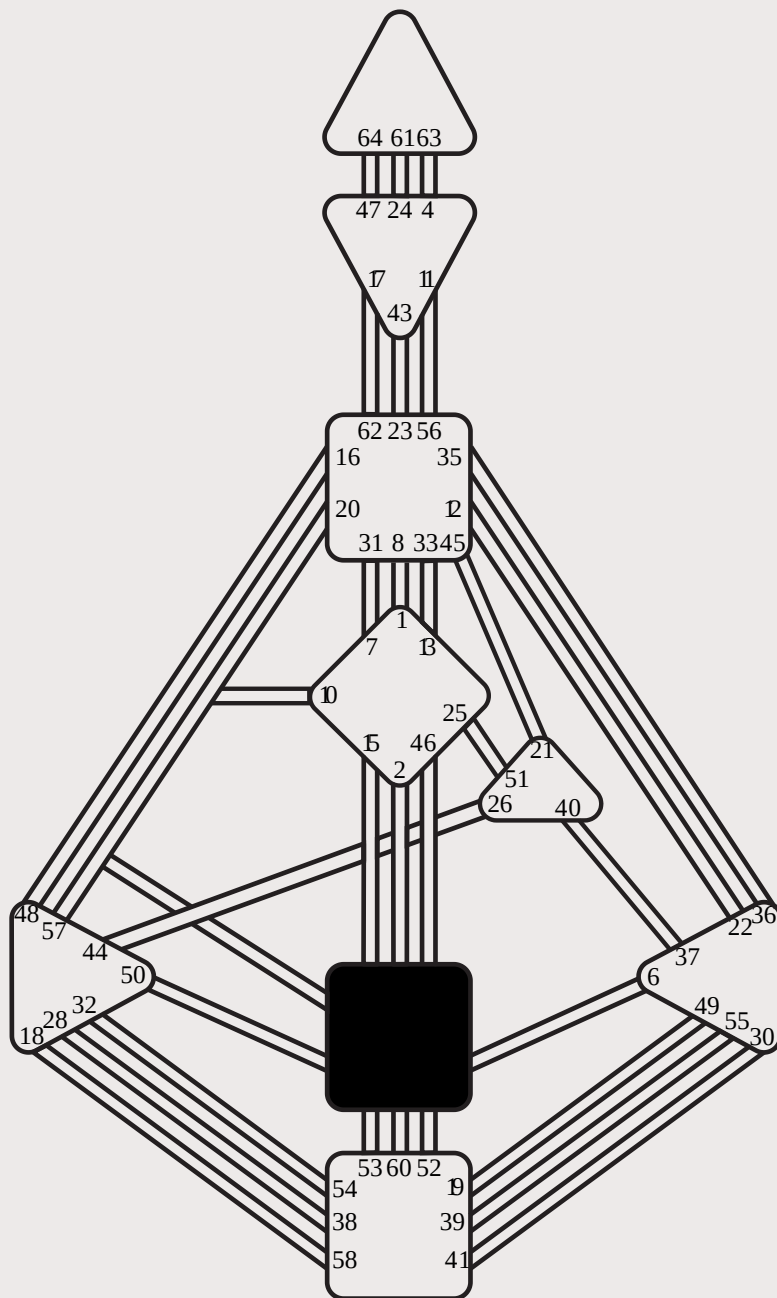
Met dit center gedefinieerd heb je automatisch ook een emotionele autoriteit.

Ieder moment staat in het teken van een bepaalde emotie. Emoties gaan in een golf, van hoge pieken naar diepe dalen. Daarom is het belangrijk dat je nooit een keuze maakt in het moment.

Je hebt namelijk een emotionele golf waar je rekening mee moet houden. Je emoties gaan als een golf. Van hoge pieken naar diepe dalen. De keuzes die je in het moment maakt zijn altijd gebaseerd op de emotie die je in dat moment voelt. Later kan je hier spijt van krijgen. Daarom wil je nooit in het moment een keuze maken, maar er altijd even een nachtje over slapen!

ONGEDEFINIEERD SOLAR PLEXUS CENTER

Als je dit center open hebt, betekent het dat je áltijd de emoties van andere mensen opneemt en versterkt. Het is voor jou belangrijk om je niet te identificeren met de emoties die je ervaart, maar je bewust worden dat je de emoties van andere opneemt en versterkt. Als je dit center open hebt kan je ongelooflijk wijs worden over emoties en heel empathisch zijn. Je kan andere op een diep emotioneel level begrijpen en de emotionele gezondheid van de ander voelen. Belangrijk dat je niet de confrontatie gaat vermijden met andere en dat je je niet mee laat sleuren in de emoties van andere en het gevoel hebt dat je alles en iedereen moet fixen.



Sacral center

Dit is het center van **life force energie, seksualiteit, creativiteit, pleasure**. Het is de bron van alle energie die geassocieerd wordt met seks en seksualiteit, inclusief voortplanten, opvoeden van kinderen en zorgen voor je tribe. Dit center geeft ons de mogelijkheid voor duurzaam werk en duurzame energie om te verzorgen, voorzien en creëren

35% van de mensen heeft dit ongedefinieerd en 65% heeft het gedefinieerd.

GEDEFINIEERD SACRAL CENTER

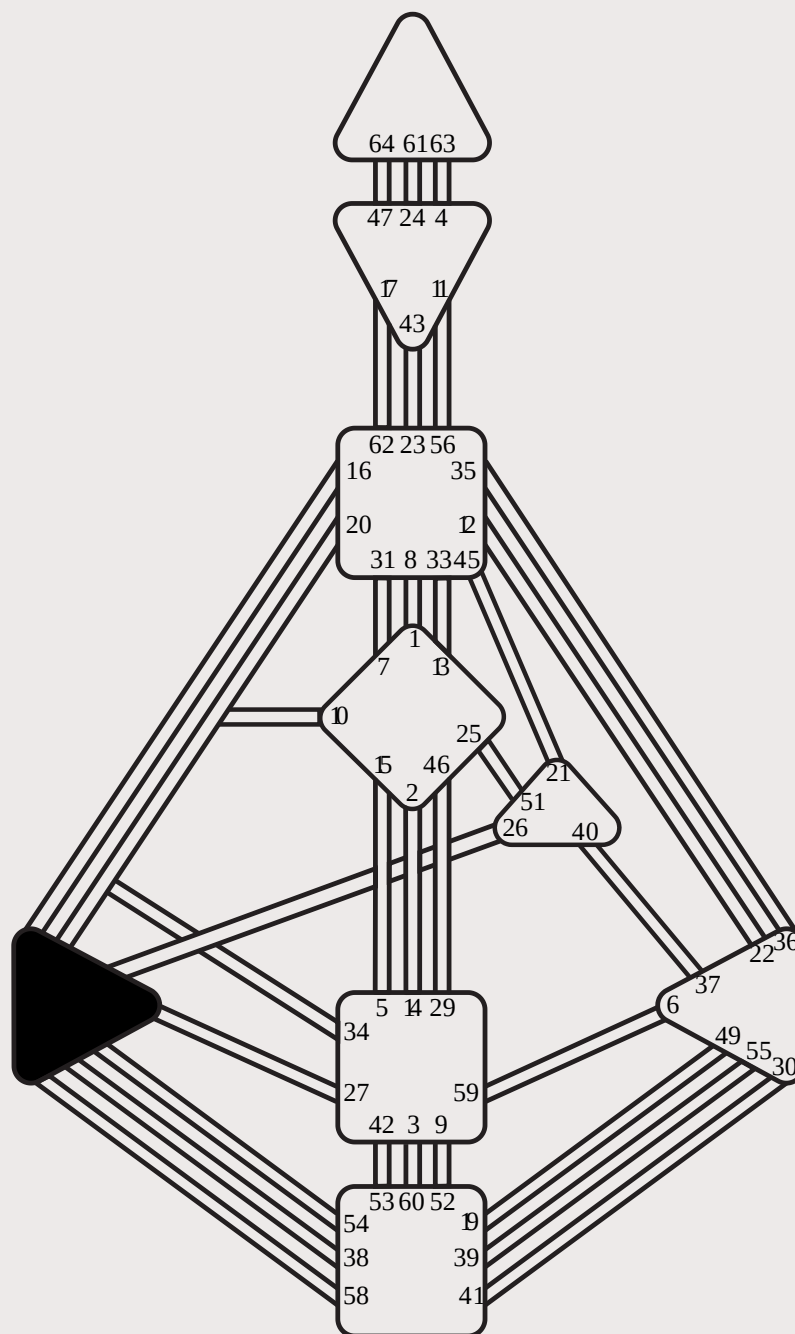
Jouw verlangens en passies zijn je grootste kompas als het gaat om je purpose. Wanneer jij doet waar je echt enthousiast van wordt, what lights you up, weet je dat je op het goede pad zit. In ieder project breng je een pure en tastbare magie wanneer je creëert vanuit een plek van vreugde en plezier. Je bent gemaakt om dingen voor elkaar te krijgen en om duurzame energie te hebben. De manier waarop je creëert inspireert anderen en mensen vinden het geweldig om je eindeloze energie te zien. Ook geef je anderen energie als ze bij jou in de buurt zijn.

ONGEDEFINIEERD SACRAL CENTER

Met dit center open, ben je gevoelig voor de energie van je omgeving. Omdat heel veel mensen dit center gedefinieerd hebben, wordt er eigenlijk verwacht dat iedereen zo hard kan werken. Maar dat veel mensen het kunnen, betekent niet dat iedereen dit zou moeten kunnen.

De superpower van dit center, is dat jij echt kan voelen wat gezonde grenzen zijn om te werken en je hebt de wijsheid om te weten hoe je naar je lichaam moet luisteren. Om zo te voorkomen dat je niet werkt tot je ziek bent.

Je hebt de wijsheid om te weten wanneer genoeg, genoeg is en wanneer het tijd is om te rusten. Als je deze wijsheid echt gaat omarmen, weet je dat meer gedaan krijgt als je rust en werkt wanneer je energie hebt.



Milt center

Dit is het center voor **gezondheid, welzijn, intuïtie, fysiek bewustzijn en tijd**. Het is het center van het immuunsysteem met als taak je veilig en gezond te houden.

Ook zitten hier je overlevingsangsten in opgeslagen. Het center werkt echt in het moment, een bewustzijnscenter gericht op wat er nu gebeurt. Maakt gebruik van je zintuigen om je te waarschuwen. De poorten van dit center hebben allemaal een potentieel voor angst.

47% van de mensen heeft dit ongedefinieerd en 53% heeft het gedefinieerd.

GEDEFINIEERD MILT CENTER

Met dit center gedefinieerd heb jij consistent toegang tot je intuïtie. Je kan jouw lichaamsbewustzijn gebruiken om op te merken wat er in de omgeving gebeurt. Wanneer jij je strategie en autoriteit gebruikt, kan je een gezond lichaam en sterk immuunsysteem hebben. Als je dit niet doet, heb je het risico om op te branden.

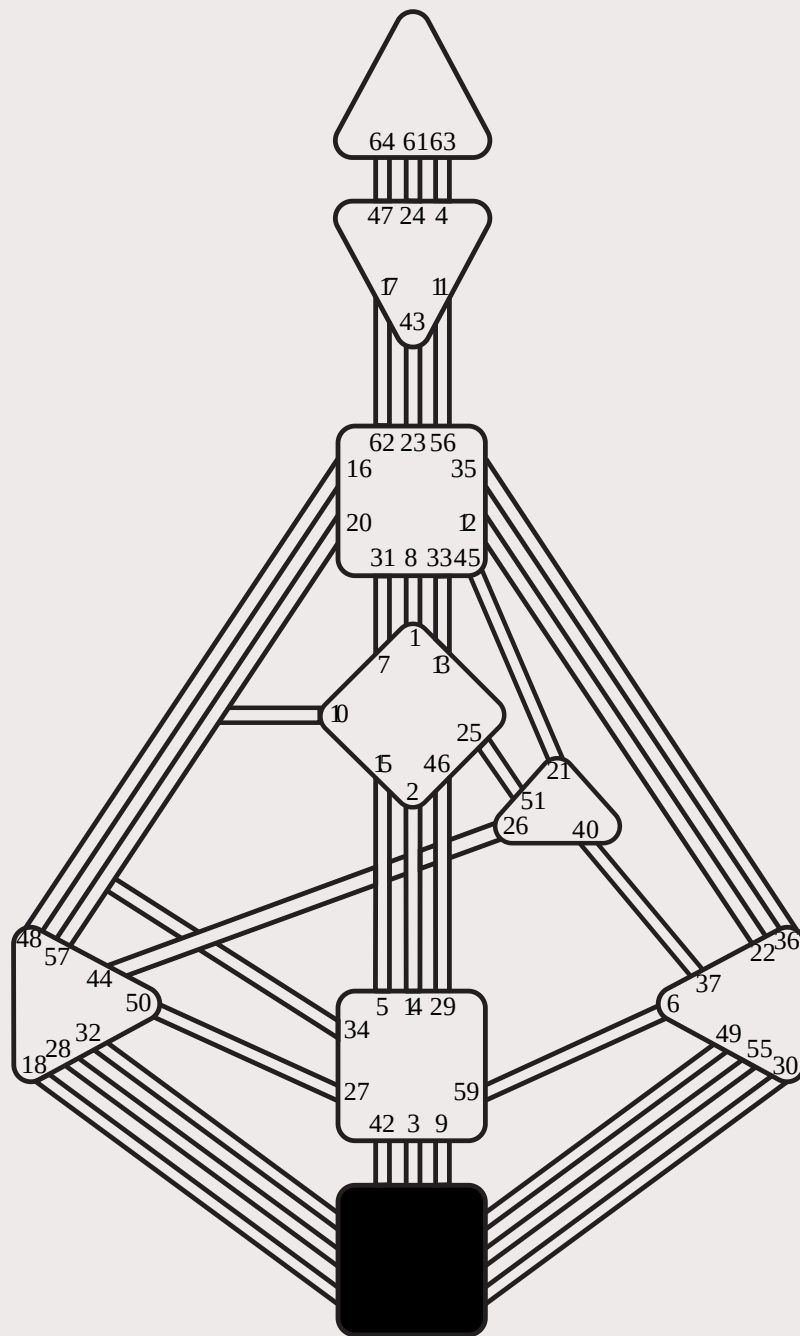
Ook heb je een sterk en gezond immuunsysteem en altijd toegang tot een feel-good-flow. Maar dit kan er aan de andere kant ook voor zorgen dat je jouw gezondheid voor lief neemt. Je hebt namelijk een sterk immuunsysteem, waardoor je ook de mogelijkheid hebt om door te pushen, ook als je je niet zo goed voelt

ONGEDEFINIEERD MILT CENTER

Met een open milt center neem je de energie van andere hierop en versterk je deze. Jij kan heel goed voelen wat er bij de ander speelt qua gezondheid en angsten. Je kan voelen waar het misschien mis is bij andere en waar ze eventuele blokkades in energie of intuïtie hebben.

Jouw wijsheid is echt voelen hoe andere mensen zich voelen en of ze blokkades hebben. Het kan zijn dat je vaak een ziek gevoel hebt, zonder te weten waar dit vandaan komt.

Of dat je heel erg angstig bent. Belangrijk is om te beseffen dat je deze dingen opneemt vanuit je omgeving en versterkt. Met dit center open, heb je waarschijnlijk een gevoelig immuunsysteem. Je bent gevoelig voor de kleinste veranderingen in je lichaam, wat al snel kan aanvoelen alsof je een beetje off bent. Dit betekent ook dat je niet consistent toegang hebt tot een feel good energy. Ook neem je hier de angsten van de mensen in je omgeving op.



Wortel center

Dit is het center voor **fysieke druk, drive en ambitie**. Het werkt als de adrenaline sprak die je tot actie aanzet. Dit center bepaalt hoe je omgaat met stress en het verwerkt.

42% van de mensen heeft dit ongedefinieerd en 58% heeft het gedefinieerd

GEDEFINIEERD WORTEL CENTER

Met dit center gedefinieerd heb je consistent toegang tot adrenaline en een initiërende energie die het leven drijft. Deze druk komt van binnenuit, niet van buitenaf. Als je in alignement bent met dit center, kan je goed omgaan met stress en druk. Je kan het dan op een empowerende manier gebruiken. Zelfs in de meest stressvolle situaties, waarin andere als een kip zonder kop rondrennen, kan jij kalm en rustig blijven. Ook word je niet makkelijk rond geduwd door de druk van andere om iets te moeten doen.

ONGEDEFINIEERD WORTEL CENTER

Met dit center open ben je van nature kalm en rustig. De adrenaline die uit dit center komt, is namelijk niet actief. Je bent hierdoor wel gevoelig voor de externe druk en stress in je omgeving. Deze stress en druk neem je op en versterk je. Doordat je de druk van de omgeving voelt, kan je constant bezig zijn. Van taak naar taak rennen in de hoop om zo van de druk af te komen.

De kracht van dit open center, is aanvoelen wanneer het tijd is om te rusten en om niks te doen. Ook kan je onderscheiden wat een goede manier is van omgaan met stress.

A close-up portrait of a woman with long, dark, wavy hair, smiling broadly and looking slightly to the side. She is wearing a bright green, ribbed, sleeveless top. The background is a soft, out-of-focus mix of light and dark tones, suggesting an outdoor setting. The overall mood is joyful and positive.

**In the moment that you can
truly embrace your *uniqueness*
you are divine**

Authoriteit

Dit laat zien hoe jij het beste keuzes kan maken. Het is **jouw innerlijke kompas** die je op het juiste pad zet. Keuzes maak je namelijk niet met de mind, ook al is dit wel wat je waarschijnlijk altijd doet. Vaak word je aangeleerd om goed na te denken over een keuze. Constant analyseren, voor- en nadelen opschrijven, twijfelen en nog meer denken.

De mind is ontworpen om informatie te verwerken, niet om beslissingen te maken. Wanneer je met je mind een keuze maakt, maak je die niet op basis van wie je écht bent, maar op basis van alle conditioneringen die hier zijn opgeslagen. Alle twijfels, onzekerheden, angsten en verwachtingen van je omgeving worden meegenomen in het besluitproces als je met je mind keuzes maakt.

DE 7 AUTORITEITEN

Welke autoriteit je hebt, wordt bepaald op basis van de gedefinieerde centers in je design. Er zijn 7 verschillende autoriteiten:

1. Emotionele autoriteit
2. Sacrale autoriteit
3. Milt autoriteit
4. Ego autoriteit
5. Self projected autoriteit
6. Mentale autoriteit
7. Lunar autoriteit

EMOTIONELE AUTORITEIT

Wanneer je het solar plexus gedefinieerd hebt, heb je **altijd** een emotionele autoriteit. Het maakt dan niet uit wat je verder nog gedefinieerd hebt in je design.

Een emotionele autoriteit betekent dat je **nooit in het moment** een keuze moet maken. Je hebt namelijk een emotionele golf waar je rekening mee moet houden. Je emoties gaan als een golf. Van hoge pieken naar diepe dalen. De keuzes die je in het moment maakt zijn altijd gebaseerd op de emotie die je in dat moment voelt. Later kan je hier spijt van krijgen. Daarom wil je nooit in het moment een keuze maken. Je wilt pas een keuze maken als er emotionele helderheid is.

Als je de hele golf van emoties hebt doorvoelt. Het is belangrijk dat je, in de hele golf, altijd een goed gevoel hebt over je keuze. Wanneer je de ene dag denkt JA en de andere dag MEH. Dan is dat ook hoe het proces zal gaan wanneer je er wel aan begint. Neem dus ook alle tijd die je nodig hebt om een keuze te maken en laat je niet pushen in het maken van een snelle keuze,

SACRALE AUTORITEIT

Wanneer je het solar plexus ongedefinieerd is en je sacral gedefinieerd is, heb je een sacrale autoriteit. Alleen (manifesting) generators kunnen een sacrale autoriteit hebben.

Met een sacrale autoriteit kan je **in het moment** de keuze maken op basis van je onderbuik. Je reactie in het moment is altijd te vertrouwen als je bent afgestemd op je sacraal center. Daarom is het dus heel belangrijk om te leren vertrouwen op dit center

MILT AUTORITEIT

Wanneer je het solar plexus- én sacral center ongedefinieerd hebt en het milt center gedefinieerd, heb je altijd een milt autoriteit.

Met een milt autoriteit ben je gemaakt om spontaan te zijn. Je kan in het moment beslissen of je iets wel of niet gaat doen. Dit doe je door goed te luisteren naar je intuïtie. Leren luisteren naar je spontane, instinctieve en intuïtieve reactie. Dit is een zachte stem, dus het is belangrijk om goed op te letten. Je zal merken dat je mind het heel snel gaat overschreeuwen, daarom is bewustzijn heel belangrijk.

EGO AUTORITEIT

Wanneer je het solar plexus-, sacral- en milt center ongedefinieerd hebt en het ego center gedefinieerd, heb je altijd een ego autoriteit.

Met deze autoriteit maak je beslissingen op basis van **wat JIJ wilt**. Je doet de dingen die jou dichterbij je verlangens, doelen en dromen gaan brengen. Dit kan je zien als het volgen van je hartsverlangens. Waar jij je tot aangetrokken voelt, is wat jij mag doen.

SELF-PROJECTED AUTORITEIT

Wanneer je solar plexus-, milt- en ego center open zijn en je G-center is verbonden met je keel center, heb je altijd een self projected autoriteit.

Met een self projected autoriteit is het belangrijk om te **luisteren naar wat je zegt**. Niet zo zeer naar wat je zegt, maar naar de tone of voice. Je maakt beslissingen op basis van wat jou het meeste als jezelf laat voelen, op basis van dingen die jou plezier en blijdschap brengen.

Daarom mag je jezelf ook de vraag stellen: 'word ik hier blij van?'. Het bespreken van je keuze met een ander kan ook helpen. Niet om hen om advies te vragen maar om jezelf te horen praten.

MENTALE AUTORITEIT

Wanneer alles onder je keel center, inclusief je keel center open is heb je een mentale autoriteit.

Een mentale autoriteit betekent NIET dat je keuzes maakt op basis van je mind. Je kan je mind gebruiken om **alle informatie te verzamelen** die je nodig hebt. Om vervolgens te voelen welke beslissing het beste voor je voelt. Het is belangrijk om jezelf wat extra tijd te gunnen als je een keuze moet maken. En je kan je beslissing met mensen bespreken. Niet om te horen wat zij er van vinden, maar om je eigen gedachten over de beslissing te kunnen horen en dan voelen hoe het voelt.

GEEN AUTORITEIT / LUNAR AUTORITEIT

99% van de bevolking, heeft twee of meerdere centers gedefinieerd wat betekent dat zij een innerlijke autoriteit hebben. Deze centers zijn een soort anker voor hen in een wilde oceaan van conditioneringen en invloeden van buitenaf. Dit anker is iets wat ze kunnen zien als hun waarheid waar ze altijd op kunnen vertrouwen. Maar als reflector heb je niet zo'n anker. Je hebt niet iets waar je consistent op kan vertrouwen als jouw waarheid. Daarom is de strategie van een reflector **wachten op een hele maancyclus** voor het maken van een beslissing.

In 28 dagen gaat de maan namelijk langs alle poorten in je design en ervaar je verschillende perspectieven. Tijdens die 28 dagen ontdek je verschillende kanten van jezelf. Door het wachten ontstaat er duidelijkheid. Dit hoeft natuurlijk niet met álle dingen. Maar bij dingen die echt belangrijk voor je zijn, is dit wel heel belangrijk om te doen.

**Follow
your own
authority**

A woman with long, wavy brown hair and a nose ring is lying on her back in a forest. She is wearing a red, draped dress and is smiling broadly at the camera. The background is filled with green foliage and brown leaves on the ground.

**Everything
you are
is enough...**

**...and everything you
need is already inside you**

Klaar voor de volgende stap?

Ik hoop dat ik je met dit ebook heb kunnen inspireren om ook aan de slag te gaan met Human Design. Zodat je ook een fuck yes leven gaat creëren op jouw voorwaarden en jouw manier. Echt je eigen pad bewandelen en doen waar je hiervoor op aarde bent.

Als je het mij vraagt, is dat namelijk het belangrijkste wat er is. Doen waar je enthousiast van wordt en kiezen voor jouw mooiste leven. Wanneer jij weet wie je bent, hoe je energie werkt en hoe je de juiste keuzes kan maken, dan wordt het bijna moeiteloos om je eigen pad te bewandelen.



Daarom ben ik zo enthousiast over Human Design. Omdat ik geloof, en ook zie bij mijn klanten, dat dit je helpt om echt in verbinding te komen met jezelf. De persoon wie je bent en altijd al geweest bent.

Je kan los laten wat je denkt wat *moet*, *hoort* en wat *anderen verwachten*. In plaats daarvan ga je doen waar je hiervoor op aarde bent. e gaat op jouw voorwaarden een fuck yes leven creëren. Zodat je meer voldoening, succes, verwondering en rust gaat ervaren.

Verder creëert het diepere verbinding en connecties met je familie, gezin, vrienden en klanten. Omdat je hen beter leert kennen en begrijpen. Je hebt vast wel eens gedacht '*had ik maar een handleiding van deze persoon*', well, here you go!

Je begint altijd eerst bij je eigen design. Maar ik geloof echt dat je met Human Design een werkelijk verschil kan maken in iemands leven. Laat je vooral niet afschrikken door alle informatie en diepgang.

Je hoeft echt niet jaren te studeren, duizenden euro's te investeren of eerst 7 jaar je eigen design te leven. Je hoeft niet eens readings te geven als je dat niet wilt ;). Wanneer je de fundamentele basis zelf belichaamd en snapt, kan je anderen ook helpen met het leven van hun design. Ook al voel je je nu misschien nog overweldigd en heb je geen idee waar je moet beginnen, ik weet zeker dat dit ook voor jou mogelijk is!

**Als jij er klaar voor bent om
serieus met je Human Design
experiment aan de slag te gaan**

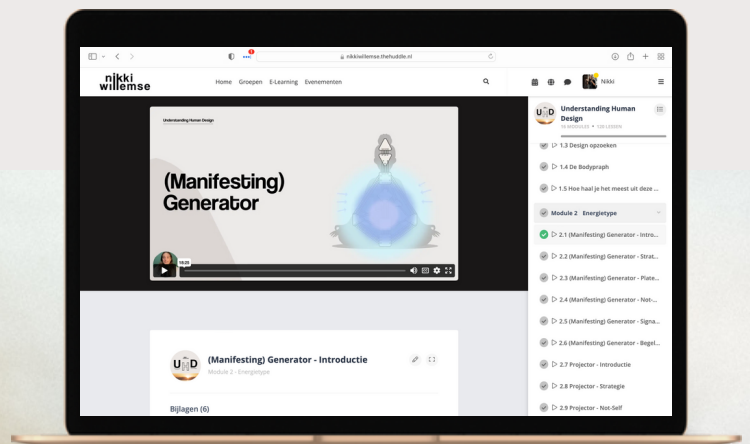
Dan heb ik iets leuks voor je!



Energietype training

Een training waarin je op een simpele en eenvoudige manier alles leert wat je nodig hebt om te gaan experimenteren met jouw unieke energietype.

- ✓ Wat jou uniek maakt
- ✓ Hoe je weerstand elimineert
- ✓ Wat je kan doen om meer voldoening, rust, verwondering en succes te ervaren
- ✓ Hoe je het beste door het leven kan navigeren
- ✓ Hoe je weet of je wel/niet op het juiste pad zit



TIJDELIJK MET
€120,- KORTING

YES, IK WIL DEZE TRAINING!

