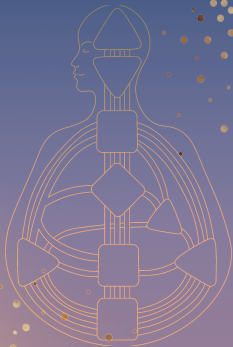


Stephanie
Löber



DU
BIST
AUS

Sternenstaub
GEMACHT

HUMAN DESIGN

zeigt dir dein
kosmisches Potenzial

unum

INHALT

Dein kosmischer Fingerabdruck	4	Die Selbst-projizierte Entscheidungsweisheit – sprich deine Wahrheit aus	150
Der Beginn deiner kosmischen Reise	9	Die mentale Entscheidungsweisheit – finde den richtigen Ort	154
Eine Reise in unser Inneres	10	Die lunare Entscheidungsweisheit – im Einklang mit dem Mond	158
Was ist Human Design?	11	Was starke Entscheidungen mit Sternenstaub zu tun haben	162
Die Lebenschart	16	Wegweiser auf deiner kosmischen Reise	166
Die Hintergründe der Chart	21		
Ein Leitfaden für dein Experiment	31		
Lerne deinen Typ kennen	33	Lerne die Linien deines Profils kennen	167
Warum wir alle unterschiedlich ticken	34	Das Profil und deine Lebenschart	168
Die fünf Typen im Human Design	37	Sechs Linien und zwölf Profile	174
Die Manifestorin	40	Die 1er Linie – der Archetyp der neugierigen Forscherin	178
Die Generatorin	54	Die 2er Linie – der Archetyp des schüchternen Naturtalents	184
Die Manifestierende Generatorin	68	Die 3er Linie – der Archetyp der furchtlosen Abenteurerin	191
Die Projektorin	81	Die 4er Linie – der Archetyp der zuverlässigen Freundin	198
Die Reflektorin	98	Die 5er Linie – der Archetyp der Heldin in jeder Situation	205
Interaktion der Typen	116	Die 6er Linie – der Archetyp des einflussreichen Rollenvorbilds ...	212
Lerne deine Entscheidungsweisheit kennen	119	Gegensätze ziehen sich an	219
Starke Entscheidungen treffen	120	Lebe dein Experiment voller Sternenstaub-Magie	223
Entscheidungen im Einklang mit unserer Energie	127	Wie alles zusammenfließt	224
Die emotionale Entscheidungsweisheit – fühle deine Emotionen	132	Die häufigsten Fragen zu Human Design	227
Die sakrale Entscheidungsweisheit – folge deinem Bauchgefühl	138	Lass dich auf dein einzigartiges Experiment ein	232
Die Milz-Entscheidungsweisheit – vertraue deinen Instinkten	143	Kleines Human-Design-Lexikon	234
Die Ego-Entscheidungsweisheit – folge deinem Herzen	147	Zum Weiterlesen	235
		Register	236
		Die Autorin	238
		Impressum	240

DEIN KOSMISCHER FINGERABDRUCK



Was wäre, wenn ich dir sagen würde, dass du einen kosmischen Fingerabdruck hast, der dein unendliches Potenzial aufzeigt? Wenn ich dir verraten würde, dass du mithilfe einiger weniger Daten herausfinden kannst, wie du am besten mit dem Leben, anderen Menschen und Möglichkeiten interagierst? Wenn ich dir erzählen würde, dass du anhand genau dieser Daten herausfinden kannst, was deine Persönlichkeitsmerkmale, Stärken und Potenziale sind? Wenn ich dir sagen würde, dass es eine Anleitung gibt, wie du starke Entscheidungen für deinen Lebensweg treffen kannst? Wenn du erfahren könntest, welches Thema sich durch dein Leben zieht und wie dich andere Menschen wahrnehmen? Wärs du begeistert, skeptisch oder gar verwirrt? Das klingt alles fast zu schön, um wahr zu sein. – Das war mein Gedanke, als ich zum ersten Mal mit Human Design in Kontakt kam. Ich bin studierte Natur- und Sozialwissenschaftlerin, stamme aus einer Familie mit eher pragmatisch-bodenständigen als spirituellen Ansichten und bin verankert in einem gesellschaftlichen Konstrukt aus Logik und Zweifel, daher schien es mir sehr weit hergeholt, all diese Dinge durch einen simplen »Test« zu erfahren. Hinzu kam, dass dieser »Test« nicht auf einer ausführlichen Frage- und Antwortliste basiert, sondern einzig und allein auf Prägungen, die von Zeitpunkt und Ort unserer Geburt abhängen.

Als mir Human Design begegnete, war ich jedoch bereits offen für energetische Themen und Spiritualität. Hatte ich doch selbst etliche

Jahre Yoga praktiziert, eine Ausbildung zur Yogalehrerin absolviert und neben den Körperübungen auch die energetischen Hintergründe dieses jahrtausendealten Systems ergründet. Noch dazu hatte kurz zuvor eine astrologische Analyse mein Weltbild auf den Kopf gestellt. Mir war gerade erst bewusst geworden, dass mehr in den Sternen geschrieben steht, als ich bisher angenommen hatte.

Und dann kam plötzlich Human Design in mein Leben. Genau so sehe ich es mittlerweile. Nicht wir selbst suchen, entdecken und finden Human Design, sondern dieses wundersame System tritt genau dann in unser Leben, wenn wir offen und bereit für seine Nachrichten sind. Das hört sich jetzt etwas mysteriös an, doch lass mich dich mitnehmen und dir erklären, was ich damit meine.

Zu dieser Zeit meines Lebens steckte ich in einem Masterstudiengang und einem Nebenjob, was mir jede Menge Energie und Kreativität raubte. Yoga bot mir einen körperlichen und mentalen Ausgleich. Mein neu gewonnenes Interesse an Energearbeit und Astrologie erfüllte meine Wochenenden und gab mir wieder Kraft. Und doch kam ich unter der Woche nach Vorlesungen oder Veranstaltungen gewöhnlich frustriert, schlecht gelaunt und ausgelaugt nach Hause, zu müde, um mein Leben oder gar meine Zukunftsvorstellungen zu hinterfragen. An einem dieser Wochenenden stieß ich auf einen Podcast einer meiner Lieblingsastrologinen. Einem Impuls folgend, hörte ich während eines Spaziergangs hinein. Hier begegnete ich zum ersten Mal dem Begriff »Human Design«. Damals konnte ich allerdings noch nichts damit anfangen. Die merkwürdigen Begriffe wie »Projektor«, »Generator« und »Strategie«, die dort verwendet wurden, kamen in meinem bisherigen astrologischen Vokabular nicht vor.

Ein kleines Beispiel: Du bist eine Projektorin. Natürlich ist dann der betreffende Abschnitt im Kapitel »Lerne deinen Typ kennen« am spannendsten für dich. Du kannst dich mit den Journalfragen beschäftigen, um tiefer in dein Experiment einzutauchen. Aber vielleicht bist du auch neugierig, was es mit den anderen Human Design Typen auf sich hat, und willst die Menschen in deinem Leben besser kennenlernen. Wie tief du hier einsteigst, ist dir überlassen. Dasselbe gilt natürlich auch bei der Entscheidungsweisheit und den Profillinien.

Unabhängig davon empfehle ich dir, für dein Experiment ein Journal anzulegen. Besorge dir ein schönes Notizbuch, in dem du notierst, was dir beim Lesen wichtig erscheint, was du nicht vergessen oder worauf du später vielleicht wieder zurückkommen möchtest. In den verschiedenen Kapiteln biete ich zudem »Journalfragen« an, die dir dabei helfen, deine Erkenntnisse zu vertiefen, dafür ist es sinnvoll, die Antworten aufzuschreiben.

Ich lade dich mit diesem Buch ein, dein ganz individuelles Human Design Experiment zu starten. Oder noch tiefer einzusteigen, falls du bereits damit begonnen hast. Ein offener Geist ist hierbei die wichtigste Voraussetzung. Und die Bereitschaft, Dinge und Gewohnheiten zu hinterfragen, sich zu öffnen und neugierig Neues zu probieren. An dieser Stelle noch ein kleiner Reminder: Nutze dieses Buch in deinem Tempo und auf deine Art und Weise. Schneller ist nicht besser. Es öfter zu lesen heißt nicht, dass du es wirklich lebst. Human Design kennt keine Wertung. Es ist eine liebevolle Erinnerung an dein unendliches, kosmisches Potenzial. Nur du kannst dieses Potenzial zum Leben erwecken – im Einklang mit deiner Energie. Let's discover your magic!



WARUM WIR ALLE UNTERSCHIEDLICH TICKEN

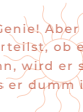


Du hast dich für dieses Buch entschieden, weil du dich selbst besser kennenlernen möchtest. Dir ist bewusst, dass jeder Mensch seine ganz eigene Energie hat und einzigartig ist. Genau das ist die Grundannahme des Human Design. Diese wird nicht nur durch die Lebenschart – die grafische Darstellung deines kosmischen Fingerabdrucks – untermauert, sondern auch durch die Art und Weise, wie jeder in seinem individuellen Experiment aufblüht.

In unserer Gesellschaft werden wir leider viel zu oft in Schubladen gesteckt, die nicht zu uns passen. Schon in der Schule wird uns vermittelt, dass es nur eine Art und Weise gibt, zu funktionieren und vor allem erfolgreich zu sein. Wir müssen uns früh an ein System anpassen, das nicht unser persönliches Glück und Wohlergehen im Sinn hat, sondern darauf ausgerichtet ist, dass Gesellschaft und Wirtschaft funktionieren. Also hören wir auf, unser Leben nach unserer eigenen Energie auszurichten. In der Ausbildung und im Studium halten wir uns an oft veraltete Regeln, weil man es eben so macht. Im Beruf passen wir uns den vorgegebenen Strukturen an, statt in Positionen zu arbeiten, die unseren individuellen Fähigkeiten entsprechen und in denen wir uns gegenseitig stärken können. Bald kommen weitere gesellschaftlichen Erwartungen hinzu und neben Haus, Familie und Karriere ist kaum noch Platz, sich selbst zu entfalten.

Damit möchte ich nicht sagen, dass diese Dinge per se eine falsche Wahl sind – wenn sie denn eine persönliche Wahl waren. Zu oft treffe ich aber

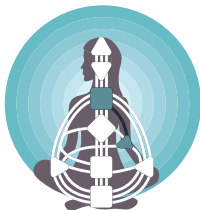
in meinen Sessions, Workshops und Kursen auf Frauen (und Männer), die genau diesen Erwartungen der Gesellschaft gefolgt sind und nach und nach gemerkt haben, dass sie eben nicht auf sich selbst gehört, dass sie nicht ihre eigenen Entscheidungen getroffen haben. Sie sind müde, frustriert, enttäuscht, verbittert und wütend. Oft finden wir Human Design (oder Human Design findet uns), wenn wir an genau so einem Punkt stehen. Kurz vor oder im Burn-out. Mitten in einer wichtigen Lebensentscheidung. An einer Weggabelung, die uns neue Möglichkeiten aufzeigt. Wenn wir bemerken, dass es im Leben noch so viel mehr gibt.



»Jeder ist ein Genie! Aber wenn du einen Fisch danach beurteilst, ob er auf einen Baum klettern kann, wird er sein ganzes Leben glauben, dass er dumm ist.« Albert Einstein

Vielleicht befindest du dich ebenfalls an einem solchen Punkt und hinterfragst bestehende Strukturen und den Weg, den du bisher gegangen bist. Mit wachsendem Bewusstsein beschäftigen wir uns mit unseren bisherigen Ansichten und Überzeugungen – und brechen vielleicht mit einigen von ihnen. Das ist ganz natürlich. Denn wie zu Beginn dieses Kapitels geschrieben: Jeder Mensch ist einzigartig. Jeder bringt seine einzigartige Energiequalität, seine individuellen Stärken, Potenziale und Schwächen mit auf diese Welt. Es entspricht nicht dem menschlichen Dasein, dass wir uns in Schubladen stecken lassen, Label drauf und fertig. Hören wir damit auf, uns selbst und anderen Label zu verpassen, entdecken wir wieder, wie wir unsere eigene Einzigartigkeit leben und die Energie der anderen fördern können.

☾ DIE MANIFESTORIN



Thema: Impulsgeberin

Strategie: Impulsen folgen und andere darüber informieren

Aura: kraftvoll, undurchsichtig, verschlossen, in Gang bringend, aktivierend

Energetische Aufgabe: durch die eigenen Impulse eine Verbindung zum Universum sein, neue Visionen und Innovation anstoßen und dadurch Neues auf der Erde erschaffen und initiieren

Eigenschaften: impulsiv, selbstständig, visionär, innovativ, bestimmend, taktgebend, unabhängig, inspirierend

Schatten: sich klein machen, anpassen und es allen recht machen wollen

Lower Self: Wut und Ärger

Higher Self: Frieden und Selbstständigkeit

Herausforderungen: in der eigenen Kraft stehen, auffallen, Pausen machen

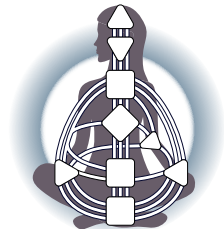
Verbreitung: etwa 9 Prozent der Gesellschaft

Die kraftvolle Impulsgeberin und Visionärin

Manifestorinnen sind die kraftvollen Impulsgeber auf dieser Welt. Sie sind verbunden mit einer ihnen innewohnenden Kraft und im Einklang mit ihrer Energie empfangen sie Impulse, die ihnen neue Wege zeigen. Manifestorinnen nutzen ihre Kraft und Stärke, um Einfluss zu haben. Sie agieren unabhängig und frei und ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Sie entwickeln die verrücktesten Ideen, wollen Veränderungen herbeiführen, und sie haben die Energie, diese Ideen umzusetzen und ihre Visionen Wirklichkeit werden zu lassen. Damit ist jede Menge Verantwortung verbunden, die von ihnen wahrgenommen wird. Die Manifestatorin ist der einzige Typ, der auf der Welt ist, um aus sich heraus zu erschaffen und zu initiieren – die anderen Typen dürfen lernen, auf Einladungen, auf ein Zeichen oder einen Mondzyklus zu warten, bevor sie handeln.

Manifestorinnen sind Visionärinnen, die zur richtigen Zeit die richtigen Impulse empfangen, um etwas in Gang zu bringen und andere zu motivieren. Sie haben einen ausgeprägten Sinn für das richtige Timing von Ideen und deren Umsetzung, daher brauchen sie keine Bestätigung von außen, um etwas zu erschaffen. Ihre Impulse kommen aus dem Inneren, es ist wie ein innerer Drang, ein Blitz oder eine Klarheit, dass etwas getan werden muss, auch wenn es vielleicht keinen Sinn ergibt oder niemand danach gefragt hat. Wenn ein solcher Impuls ankommt, dann wird sämtliche Energie freigesetzt, die gebraucht wird, um diesen Impuls in die Realität zu holen. Wenn Manifestorinnen im Einklang mit sich selbst sind, sind sie mit dem Fluss des Lebens verbunden und können in ihre kreative Schöpferkraft kommen.

DIE REFLEKTORIN



Thema: Feinfühligkeit, Heilung bringen, Ungleichgewicht aufzeigen

Strategie: initiiert werden durchs Leben und durch andere, abwarten und einfühlen (im Einklang mit dem Mondzyklus)

Aura: spiegelnd, reflektierend, teflonartig, abweisend und absichernd

Energetische Aufgabe: den Zustand der Gesundheit und der Energie des Kollektivs reflektieren, um Missstände aufzuzeigen und Heilung zu bringen

Eigenschaften: intuitiv, feinfühlig, empfänglich, verständnisvoll, gleichzeitig robust, kraftvoll, weise, heilsam

Schatten: keine Trennung zwischen der eigenen Energie und der Energie von anderen; »Weltschmerz« auf die eigenen Schultern nehmen

Lower Self: Enttäuschung, Über-Anpassung

Higher Self: sich vom Leben überraschen lassen, Gesundheit

Verbreitung: etwa 1 Prozent der Gesellschaft

Die feinfühligke Heilerin

Etwa einer von hundert Menschen ist ein Reflektor. Damit sind Reflektorinnen die seltensten Typen im Human Design. Wenn sie Human Design kennenlernen und erfahren, welcher Typ sie sind, ist das für sie meist ein großes Aha-Erlebnis. Denn in der Regel haben sie bereits ihr ganzes Leben gespürt, dass sie anders ticken und mit ihrer Energie stark aus ihrem Umfeld herausragen. Sie stehen schließlich tagtäglich mit den anderen Typen im energetischen Austausch.

Von den rund 8 Milliarden Menschen auf der Erde sind etwa 80 Millionen Reflektoren, also rund 1 Prozent. Wenn man bedenkt, dass sie die Aufgabe haben, Heilung in die Welt zu bringen, indem sie Missstände spiegeln und aufzeigen, ist das eine große Aufgabe für diesen kleinen Anteil. Man kann es aber auch so sehen: Reflektoren sind so unglaublich kraftvoll, dass wir für diese Aufgabe nur dieses eine Prozent brauchen.

Wenn wir Reflektorinnen als die »Heilerinnen« der Gesellschaft sehen, dann ist es so, dass eine Reflektorin die Kapazität hat, etwa hundert Menschen auf diesem Weg zu begleiten. Jedoch sind dem tatsächlichen Wirkungskreis von Reflektoren keine Grenzen gesetzt. Es gibt Reflektoren, die Millionen von Menschen erreichen und durch ihre Energie in die Heilung bringen. Für eine Reflektorin kann es sehr wegweisend sein, die eigene Kraft zu entdecken und zu erkennen, dass ihre Energie auf dieser Welt gebraucht wird. Bildlich gesprochen ist eine Reflektorin die weise Frau im Dorf, die immer weiß, was bei allen Bewohnern los ist, und die als wichtigste Ansprechpartnerin die Balance und ganzheitliche Gesundheit des Dorfes aufrechterhält.

Zeit für Reflexion – entfalte deine Weisheit

Journalfragen für Reflektorinnen

- In welchen Umgebungen und mit welchen Menschen fühle ich mich am wohlsten? Wer gibt mir das Gefühl, wirklich gesehen zu werden? Wer erkennt meine Weisheit an?
- Welche Dinge kamen ganz im Einklang mit meiner Strategie in mein Leben? Wann habe ich mir erlaubt, mir Zeit zu nehmen diese Dinge auszuprobieren und für mich zu testen?
- Lebe ich im Einklang mit dem Mondzyklus? Wie kann ich mich für dieses Wissen öffnen? Wie kann ich mir den Raum dafür nehmen, mehr in Kontakt mit all den Facetten in mir zu kommen?
- Wann habe ich mich enttäuscht gefühlt? In welchen Situationen habe ich meiner Feinfühligkeit und meiner Weisheit nicht vertraut?
- Nehme ich mir genug Raum und Zeit für mich? Und habe ich bereits meine Herzensmenschen in diesem Leben gefunden? Wie kann ich eine Balance herstellen zwischen gemeinsamer Zeit und Raum für mich?
- Zusatztipp: Lege dir ein Journal an, in dem du täglich deine Empfindungen notierst und wie du deine Energie wahrnimmst. Über einen Zeitraum von mehreren Monaten wirst du eine Regelmäßigkeit in deiner Energie erkennen, die dir Halt geben kann.

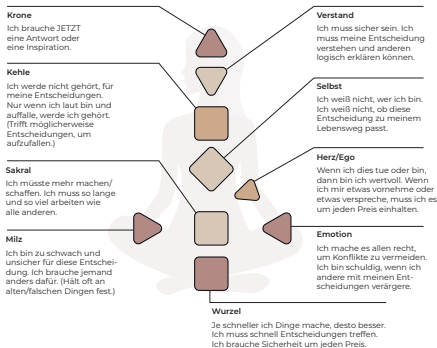
Affirmationen für Reflektorinnen

- Ich bin verbunden mit den Rhythmen der Natur und vertraue der Weisheit der Mondin, mit mir kraftvolle Entscheidungen zu treffen.
- Ich besitze die Weisheit, Menschen mit all ihren Facetten zu sehen und zu spüren. Die richtigen Menschen schätzen mich für meine Tiefe und lieben meine Feinfühligkeit.
- Ich erlaube mir, ein Leben voller Überraschungen und Leichtigkeit zu leben und lasse alles los, was mir nicht länger dient.

Erinnerung für Reflektorinnen

Als Reflektorin bist du auf dieser Welt, um deine Umwelt und deine Mitmenschen zu spiegeln und dabei eine tiefe Weisheit zu entwickeln. Diese trägst du nach außen und weist uns allen damit den Weg. Mit deiner Energie bringst du Heilung in diese Welt.

neuen Glaubenssatz, der dich in deiner Entscheidungsfindung unterstützt. Ist zum Beispiel dein zentraler Glaubenssatz »Wenn ich dies tue oder bin, dann bin ich wertvoll«, so kannst du ihn umwandeln in »Ich bin wertvoll, so wie ich bin«. Ist dein zentraler Glaubenssatz »Ich muss es allen recht machen, um Konflikte zu vermeiden«, dann kannst du ihn umwandeln zu »Ich bin nicht verantwortlich für die Emotionen anderer und darf starke Entscheidungen für mich treffen« oder auch »Ich muss es niemandem außer mit selbst recht machen«. Wähle eine Formulierung, die dich bestärkt und dich darin unterstützt, deiner Autorität zu vertrauen.



Center	Thema	Glaubenssatz	Mögliche Umwandlung
Wurzel	Stress und Sicherheit	Je schneller ich Dinge mache, desto besser. Ich muss schnell Entscheidungen treffen. Ich brauche Sicherheit um jeden Preis.	Ich bin die Ruhe selbst und nehme mir die Zeit, die ich brauche. Solange ich die für mich richtigen Entscheidungen treffe, gebe ich mir selbst die Sicherheit, die ich suche.
Emotionaler Solarplexus	Emotionale Konfliktvermeidung	Ich mache es allen recht, um Konflikte zu vermeiden. Ich bin schuldig, wenn ich andere mit meinen Entscheidungen verärgere.	Ich bin nicht verantwortlich für die Emotionen anderer und darf starke Entscheidungen für mich treffen.
Sakral	Lebensenergie und Ausdauer	Ich müsste mehr machen/schaffen. Ich muss so lange und so viel arbeiten wie alle anderen.	Ich muss nichts leisten oder schaffen, um wertvoll zu sein. Ich arbeite in meinem eigenen Rhythmus.
Milz	Wohlbefinden	Ich bin zu schwach und unsicher für diese Entscheidung. Ich brauche jemand anders dafür. (Hält oft an alten/falschen Dingen fest.)	Ich weiß, welcher Weg der richtige für mich ist. Ich lasse die Dinge los, die nicht länger passen, um Raum für Neues zu schaffen.
Herz/Ego	Willensstärke und Selbstwert	Wenn ich dies tue oder bin, dann bin ich wertvoll. Wenn ich mir etwas vornehme oder etwas verspreche, muss ich es um jeden Preis einhalten.	Ich bin wertvoll, so wie ich bin. Ich mache keine falschen Versprechungen und treffe keine Entscheidungen, nur um mich zu beweisen.
Selbst	Lebensweg und Identität	Ich weiß nicht, wer ich bin. Ich weiß nicht, ob diese Entscheidung zu meinem Lebensweg passt.	Jeder Schritt auf meiner Lebensreise, der meiner Entscheidungsweisheit entspricht, bringt mich näher zu meiner Essenz.

Sieben Entscheidungsweisheiten

Im Human Design gibt es sieben Entscheidungsweisheiten, die uns zeigen, wie es sich anfühlt, eine für uns korrekte Entscheidung zu treffen. Dabei sind die richtigen Entscheidungen nicht immer die einfachen. Manchmal sind es genau die Entscheidungen, die uns herausfordern. Die uns sagen, dass es Zeit ist, eine Beziehung zu verlassen oder unseren Job zu wechseln oder uns auf ein Abenteuer einzulassen, was viel Kraft und Vertrauen von uns verlangt. Es sind aber die Entscheidungen, bei denen wir das Gefühl haben, im höchsten und besten Sinne zu agieren und damit unserer Bestimmung zu folgen. Manchmal gehen unsere Autorität und der Verstand Hand in Hand, aber in den meisten Fällen wird der Verstand versuchen, den Entscheidungsprozess zu beeinflussen. Das Wissen um unsere Glaubenssätze ist hilfreich, um in diesem Entscheidungsprozess achtsam zu sein. Wenn wir jedoch auf unsere Entscheidungsweisheit hören, ganz egal was der Verstand oder andere Menschen sagen, ist das zugleich der schnellste und effizienteste Weg, die alten Muster hinter sich zu lassen.

Die sieben Entscheidungsweisheiten beziehungsweise Autoritäten sind in der Regel mit bestimmten Typen verbunden.

- Die emotionale Entscheidungsweisheit kann jeder Typ haben, mit Ausnahme der Reflektorin.
- Die sakrale Entscheidungsweisheit ist nur bei der Generatorin und der Manifestierenden Generatorin möglich.
- Die Milz-Entscheidungsweisheit können Projektorinnen oder Manifestorinnen besitzen.
- Die Ego-Entscheidungsweisheit können ebenfalls nur Projektorinnen oder Manifestorinnen haben.

- Die Selbst-projizierte Entscheidungsweisheit ist nur bei der Projektorin möglich.
- Die mentale Entscheidungsweisheit können nur Projektorinnen besitzen.
- Die lunare Entscheidungsweisheit ist nur bei der Reflektorin möglich.

Jede der sieben Autoritäten hat ihren eigenen Prozess, ihre eigene Dauer und Art und Weise, Entscheidungen zu treffen. Manche sind blitzschnell, andere brauchen mehrere Tage oder Wochen. Ähnlich wie bei Typ und Strategie gibt es auch hier kein Gut oder Schlecht. Du hast die für dich richtige Entscheidungsweisheit, um dem Leben zu begegnen und deiner Bestimmung zu folgen. Schnelle Entscheidungen sind nicht besser als langsame, sie sind auch nicht unzuverlässiger oder fahrlässiger.

Wie du die für dich richtigen Entscheidungen triffst, hängt wiederum mit deiner Lebenschart zusammen und mit deinem am stärksten definierten Center: dem Center deiner Autorität beziehungsweise Entscheidungsweisheit. Die definierten Center geben uns Rückhalt und eine verlässliche Energie, die immer vorhanden ist. Diese Energie hast du schon immer in dir getragen und du wirst sie immer in dir tragen, somit wirst du weniger von anderen beeinflusst. Deine individuelle Entscheidungsweisheit ist unter deiner Lebenschart aufgeführt, sie ist dein ganz eigener Kompass fürs Leben.

Jeder von uns hat eine primäre Entscheidungsweisheit, die uns auf unserem Weg unterstützt. Wenn du tiefer in die Chart eintauchst, können dir die Kombination an definierten Centern sowie die defi-

rüber nachgedacht.« Fakt ist, dass Menschen mit sakraler Autorität nicht darüber nachdenken müssen. Sie spüren es einfach tief in ihrem Bauch und wenn sie – aus schlechtem Gewissen, aus Angst vor Konfrontation oder aus einem sonstigen Mangel heraus – etwas gegen dieses Bauchgefühl entscheiden, dann zieht das nicht nur ihre Energie, sondern auch die Energie von allen um sie herum. Die (Manifestierenden) Generatorinnen sind hier, um in Freude zu erschaffen und alle anderen dadurch mit Energie zu versorgen. Dies können sie nur tun, wenn sie diesem instinktiven Bauchgefühl trauen und nur die Entscheidungen treffen, die sie mit Freude und Energie erfüllen. Wenn du sie dabei unterstützen möchtest, kann es hilfreich sein, sie immer wieder daran zu erinnern, sich mit dem Körper zu verbinden. Im Moment der Entscheidungsfindung rutscht die Aufmerksamkeit nämlich schnell in den Kopf. Für eine sakrale Reaktion darf man achtsam für die körperlichen Signale sein. Kindern fällt das meist leichter als Erwachsenen, aber auch diese können es mit Übung und Vertrauen wieder schaffen, ihre authentische Bauchreaktion wahrzunehmen. Außerdem hilft es, wenn du Menschen mit sakraler Autorität geschlossene Fragen stellst oder Optionen vorgibst, auf die sie reagieren können. Bei offenen Fragen fühlen sie sich meist verloren, weil das Bauchgefühl keine Reaktion zeigen kann.

DIE MILZ- ENTSCHEIDUNGSWEISHEIT – VERTRAUE DEINEN INSTINKTEN

Die Milz ist eines der ältesten Center der Chart und stellt unser Urbewusstsein dar. Sie ist unser Center für Intuition und Instinkt. Daher trifft man mit dieser Entscheidungsweisheit die Entscheidungen im Bruchteil einer Sekunde instinktiv im Einklang mit den eigenen feinfühligsten Sinnen. Unsere Sinne sind die schnellste Verbindung zur Außenwelt und so viel feinfühlicher als das mentale Bewusstsein des Verstandes. Der Verstand sieht nur das, was für ihn direkt greifbar ist. Dein Instinkt zeigt dir das, was zwischen den Zeilen steht, zeigt dir, was komisch riecht oder sich einfach falsch anfühlt. Meist kann man im ersten Moment keinen Sinn darin erkennen und für Außenstehende mag die Entscheidung nicht nachvollziehbar sein. Für die Milz-Autorität passt am besten der Satz: »Vertraue deiner Intuition.«

Für die Milz-Autorität passt am besten der
Satz: »Vertraue deiner Intuition.«

Die Milz-Autorität (meist einfach als »Milz« bezeichnet) zeigt sich in einer fast übersinnlichen Wahrnehmung und ist sehr sensibel für mögliche Gefahren, die sich für dich selbst oder auch für deine Liebsten zeigen können. Sie ist am verlässlichsten für dich selbst und zeigt sich meist über deine Sinne und den Körper (Geruch, visuelle oder körperliche Wahrnehmungen, Gehör). Manchen Menschen läuft ein Schauer

über den Rücken, andere haben ein besonders feines Gehör oder riechen, dass etwas faul ist. Wieder andere beschreiben es wie unsichtbare Glastüren, die sich öffnen und schließen, wenn sie ihren Weg gehen wollen. Ist etwas nicht korrekt, so spüren sie die geschlossene Tür als Barriere und können ihren Weg anpassen. Die Milz macht sich spontan bemerkbar, wenn sich ein neuer Impuls oder eine neue Einladung zeigen. Meist muss die Einladung nicht einmal ganz ausgesprochen sein, da weiß man schon die Antwort. Denkt man über Argumente nach, rutscht man in den Verstand. Vertraut man der ersten Wahrnehmung – so abwegig sie auch scheinen mag –, bleibt man auf dem richtigen Weg. In manchen Situationen zeigt sich der Milz-Instinkt nur einmal, so bald diese neue Möglichkeit ins Leben getreten ist. In anderen ist es eine Wahrnehmung, mit der man verbunden bleiben kann, solange die Entscheidung im Raum steht. Wenn eine große Entscheidung ansteht, zeigt sich die Milz-Intuition meist in den ruhigen Momenten, in denen man für sich ist. Ist man mit anderen Menschen zusammen, nimmt man möglicherweise ihre Emotionen oder Erwartungen wahr und verstärkt diese. Für Menschen mit dieser Autorität ist es wichtig, regelmäßige Ruhe zu suchen, lange Spaziergänge in der Natur zu machen oder Achtsamkeit zu üben und bewusst das Handy und alle äußeren Einflüsse loszulassen. Für Projektoren wird sich diese Autorität so zeigen, dass sie spontan und direkt wissen, welche Einladungen sie annehmen wollen. Sie spüren intuitiv, bei welchen Menschen sie sich gesehen fühlen. Für Manifestoren ist es eine sehr natürliche Autorität, denn sie können blitzschnell ihren Impulsen folgen und wissen sofort, welche für sie die richtigen sind. Die Milz ist als blitzschnelle Superpower immer an ihrer Seite.

Das Wunderbare an dieser Entscheidungsweisheit ist, dass die Milz mit ihrer Spontanität für alle großen und kleinen Entscheidungen im Leben bereitsteht. Du kannst damit experimentieren und auf einem Waldspaziergang mit deiner Milz entscheiden, welchen Weg du einschlagen möchtest. Du kannst sie nutzen, um zu spüren, welches Essen heute für dich das richtige ist. Die Milz wird dich immer sicher und gesund erhalten. Je stärker du in kleinen Dingen die Verbindung mit deiner Intuition aufbaust, desto mehr wirst du ihr auch vertrauen, wenn es um die großen Entscheidungen im Leben geht. Vielleicht kannst du dir nicht erklären, warum dir deine Milz intuitiv zeigt, dass du einem Menschen nicht deine Finanzen anvertrauen solltest. Doch wenn du dich gegen diese Milz-Weisheit entscheidest, solltest du dich nicht wundern, wenn es sich in zwei bis drei Jahren als Wahrheit herausstellt. Gleichzeitig gibt es Menschen, bei denen du dich intuitiv wohlfühlst, ohne dass du es erklären kannst, und nach einiger Zeit bemerkst du, dass du dich auf sie verlassen kannst. Warte also nicht darauf, dass dein Verstand dir zeigt, dass du richtigliegst, sondern tritt in Selbstvertrauen und mit intuitivem Bewusstsein starke Entscheidungen.

Affirmation für die Milz-Entscheidungsweisheit

Meine Intuition ist meine Superpower und mit ihr bin ich so unverwundbar wie Wonderwoman. Solange ich dieser intuitiven Weisheit folge, bin ich sicher und treffe die richtigen Entscheidungen für meinen Seelenplan.

A cluster of small, gold-colored dots of varying sizes, scattered in the upper right quadrant of the page, resembling a starry night sky or a burst of light.

LEBE DEIN
EXPERIMENT
VOLLER

Sternenstaub-
Magie

A horizontal row of five colored dots: a small pink dot, a medium blue dot, a large pink dot, a medium blue dot, and a small pink dot, located at the bottom of the central text area.

WIE ALLES ZUSAMMENFLIESST



Gemeinsam haben wir mit diesem Buch deine kosmische Reise angetreten. Du hast deinen Human Design Typ kennengelernt und erfahren, was deine natürliche Strategie ist, wie du mit dem Leben und anderen Menschen interagierst. Du hast außerdem verstanden, wie dein Energiefeld funktioniert und wie du am besten in deine Kraft kommst. Als Nächstes haben wir gemeinsam deine innere Entscheidungsweisheit erkundet. Du durftest entdecken, wie du starke Entscheidungen für dich und dein Leben treffen kannst und wie du andere in ihrem Entscheidungsprozess unterstützen kannst. Im nächsten Schritt hast du deine zwei Profillinien und die dazugehörigen Archetypen kennengelernt. So hast du dein Verständnis für deine Bedürfnisse, deine Persönlichkeit und deinen ganz einmaligen Lebensweg vertieft. Diese drei Elemente bilden die drei Grundpfeiler deiner Human Design Chart. Sie ermöglichen es dir, dein ganz eigenes Experiment voller Sternenstaub-Magie zu starten und sich voller Vertrauen darauf einzulassen.

Die Grundlage, dein Design wirklich zu verkörpern und zu leben, liegt in deinem Typ. Denn die Strategie ist einer der praktischsten Hinweise darauf, wie du mit all den Möglichkeiten, die dir tagtäglich begegnen, umgehen kannst. Deine Strategie zu leben, wird deine eigene Kraft und deine Energie verändern. Hier am Ende dieses Buches ist es mir noch einmal wichtig, die Bedeutung der Strategie zu unterstreichen. Mit der Strategie zu experimentieren, kann Geduld kosten

und vor allem, wenn du bisher gegen deine eigene Energie gelebt hast, fühlt es sich erst einmal sehr ungewohnt an. Denn in unserer Gesellschaft sind wir daran gewöhnt, einfach zu machen. Die Strategie erfordert Geduld, denn jede Strategie hat ein Element des Wartens in sich. Als Manifestorin wartest du auf authentische innere Impulse, die dich stärken. Als (Manifestierende) Generatorin wartest du auf Möglichkeiten, auf die du aus dem Bauch heraus reagieren kannst. Als Projektorin wartest du auf Anerkennung und darauf, Einladungen von den richtigen Menschen zu bekommen. Und als Reflektorin wirst du von anderen initiiert und darfst dir gleichzeitig genug Raum und Zeit nehmen, auf diese Initiationen einzugehen.

Dieses Warten ist das Gegenteil von vielen Grundsätzen und Glaubenssätzen, die wir in diesem Leben mit uns herumtragen. Doch sobald du anfängst, wirklich mit deiner Strategie zu experimentieren, wirst du merken, dass deine inneren Energiereserven zurückkommen. Unsere schnelllebige und ungeduldige Gesellschaft, all die falschen Möglichkeiten brennen uns nämlich kollektiv aus. Die Strategie ermöglicht dir, wieder vollkommen in deiner Kraft zu sein. Du übernimmst die volle Verantwortung für dein Leben und für deine eigene Energie. Und du wirst schnell merken, was mit diesem Zuwachs an Energie und den richtigen Signalen alles möglich ist. Wenn du dann deiner Entscheidungsweisheit wirklich traust und mit ihr die wichtigen Entscheidungen in deinem Leben triffst, wirst du schnell merken, dass sich dein Leben wandelt. Du spürst, dass du endlich wieder selbst am Steuer bist und nicht länger fremdbestimmt durchs Leben wanderst. Du bestimmst die Route und wirst unterwegs die Erfahrungen machen, für die du auf dieser Welt bist.

Wichtig ist, noch einmal zu betonen, dass die Entscheidungen, die wir mit unserer Autorität treffen, nicht immer einfach sind. Häufig sind es Entscheidungen, die von uns verlangen, bekannte Pfade zu verlassen und uns ins Ungewisse aufzumachen. Doch in jeder authentischen Entscheidung liegt das Wachstum, das sich deine Seele auf dieser Erde wünscht. Und neben den herausfordernden Entscheidungen wirst du bemerken, wie viel mehr Sternenstaub-Magie in deinem Leben ist. Denn wenn wir selbstbestimmte Entscheidungen treffen, dann haben wir mehr das Gefühl, unserer Bestimmung auch wirklich zu folgen und unserem Lebensweg zu vertrauen. Das Wissen über dein Profil lässt dich deine eigenen Bedürfnisse auf deinem Lebensweg verstehen. Du erkennst, wie du eigentlich gemacht bist, um dem Leben bestmöglich zu begegnen und deiner Bestimmung zu folgen. Anstatt in einem unpassenden Kostüm durch das Leben zu gehen, kommst du in deinem absoluten Lieblingsoutfit wieder zum Strahlen. Du begegnest dir und anderen mit mehr Mitgefühl und Liebe und schaffst es mit dem Verständnis über dein Profil, das auszuleben, wofür du hier auf dieser Erde bist. Diese drei Komponenten – Strategie, Entscheidungsweisheit und Profil – sind die ersten drei Schlüssel zu deinem ganz eigenen Lebensweg. Sie öffnen dir bis dahin verschlossene Türen, zeigen dir neue Perspektiven und dein kosmisches Potenzial auf. Sobald du bereit bist, kannst du noch tiefer in deine Human Design Chart eintauchen und lernen, welche energetischen Potenziale und Stärken in dir liegen. Doch wenn du dem Weg folgst, den dir diese drei Schlüssel eröffnen, wirst du bereits dein höchstes und bestes Potenzial ausleben. Vertrau auf deinen eigenen Weg und lebe deine Einzigartigkeit – denn genau dafür bist du hier auf dieser Welt!

DIE HÄUFIGSTEN FRAGEN ZU HUMAN DESIGN

Mich erreichen täglich per Mail, über meinen Instagram-Account, in Kursen und Workshops viele Fragen. Im Folgenden findest du Antworten auf die zehn Fragen, die mir und meinem Team am häufigsten gestellt werden. Vielleicht kann ich dir auf diesem Wege bereits etwas mehr Klarheit und Verständnis für deine Lebenschart geben. Es sind kurze, knackige Antworten und natürlich könnte ich noch viel mehr dazu sagen. Wenn du mehr wissen möchtest, dann höre mal in meinen Podcast »Sternenstaub Stunden« rein. Dort greife ich verschiedene Fragen auf und gehe im Detail darauf ein. Doch hier gibt's erst mal die Kurzfassung.

Brauche ich meine genaue Geburtszeit, um meine Human Design Chart zu erstellen?

Um deine Lebenschart akkurat zu berechnen, ist deine möglichst genaue (am besten auf die Minute exakte) Geburtszeit wichtig. Je tiefer du in die Chart eintauchst, desto wichtiger ist dieser genau Zeitpunkt. Dein Typ, deine Autorität sowie dein Profil können sich im Laufe des Tages wandeln. Wenn du nur einen Zeitraum hast (beispielsweise am frühen Nachmittag), dann gib einmal im Stundenintervall Zeiten zwischen 12 und 16 Uhr ein und schau, ob sich in diesen drei Kernelementen etwas verändert. Wenn nicht, dann hast du bereits einen guten Anhaltspunkt. Falls doch, lohnt es sich, tiefer in diese Unterschiede einzutauchen und zu entdecken, was sich mehr nach dir anfühlt. Deine genaue Geburtszeit kannst du beim zuständi-

gen Standesamt erfragen. Weitere Möglichkeiten habe ich im Kapitel »Die Lebenschart« aufgeführt.

Gibt es Mischtypen oder noch mehr Profil-Kombinationen?

Nein, im Human Design gibt es keine »Mischtypen«. Du kannst nicht teils Projektorin und teils Manifestorin sein. Genauso wenig gibt es ein 1/2er Profil oder eine Kombination aus 6/1. Das ist »technisch« nicht möglich durch den festen Abstand der bewussten und unbewussten Sonne, die dein Profil prägen. Und auch dein Profil ändert sich nicht im Laufe deines Lebens (Ausnahme ist der Prozess der 6er Linie). Je tiefer du in deine Chart, in dein Profil, später auch in deine Center, Kanäle und Tore, eintauchst, desto mehr wirst du verstehen, warum einige Eigenschaften eines anderen Typs in dir auf Resonanz stoßen. Ebenso kannst du entdecken, wieso eine Linie, die du nicht in deinem Profil trägst, besonders stark mit dir in Resonanz geht. Es könnte eine Konditionierung sein, da du meinst, anders »ticken« zu müssen. Oder vielleicht hat ein Elternteil oder eine Bezugsperson dich sehr stark mit der eigenen Energie geprägt und du verwechselst diese bis heute mit deiner eigenen. Wenn es dein Wunsch ist, hier mehr Klarheit zu bekommen, würde ich dir empfehlen, tiefer in deine Chart einzutauchen.

Verändert sich mein Typ im Laufe meines Lebens?

Der Typ ändert sich nicht. Da deine Lebenschart immer anhand der Geburtsdaten errechnet wird, bleibt diese energetische Grundlage konstant. Nichtsdestotrotz gibt es weitere Ebenen im Human Design, in die man in Lebenszyklen eintauchen und entdecken kann, welche energetischen Themen sich je nach Lebensphase zeigen können.

Was ist, wenn ich das Gefühl habe, mein Typ und meine Strategie passen nicht zu mir?

Meist schaltet sich zu Beginn unser Kopf ein und möchte ein anderer Human Design Typ sein. Wir wollen so stark sein wie ein Manifestor oder so ausdauernd wie ein Generator. Hinterfrage hier deine Glaubenssätze, die du mit deinem Typ verbindest. Trotzdem gibt es natürlich noch weitere Nuancen in der Chart und wie ich bereits betont habe, ist der Typ nur die erste und oberste Ebene der Energie. Hier kann es hilfreich sein, in einem Reading oder einem Coaching tiefer in die Chart einzutauchen.

Wie kann ich Entscheidungen treffen, wenn ich meine Autorität nicht wahrnehme?

Wir sind so sehr daran gewöhnt, Entscheidungen mit dem Kopf zu treffen, dass es ungewohnt ist, sich wieder mit unserem Körper und dem ganz eigenen Entscheidungsprozess zu verbinden. Habe Geduld mit dir und arbeite mit der Liste der Glaubenssätze, die du im Kapitel »Starke Entscheidungen treffen« findest. Viele von uns dürfen wieder mehr in ihrem Körper und ihrer Energie ankommen, um kraftvolle Entscheidungen zu treffen. Auch hier kann es hilfreich sein, wenn du dir Unterstützung von einem Experten holst.

Was ist, wenn ich meine Profillinie nicht mag?

Wir bewerten die Dinge gern und stempeln sie als »gut« oder »schlecht« ab. Vielleicht hast du mit deiner 3er Linie gelernt, dass es schlecht ist »Fehler« zu machen, oder du findest mit deiner 5er Linie das Projektionsfeld anstrengend. Öffne dich hier für die Geschenke,

Entschlüssele deinen KOSMISCHEN FINGERABDRUCK!

Jeder von uns ist einzigartig in diesem Kosmos.

Doch viele Menschen verlieren im Laufe ihres Lebens die Verbindung zu ihrem authentischen inneren Kern.

Human Design ist eine Kombination aus uralten

Weisheiten und ein kraftvolles Werkzeug,

mit dem wir unsere Einzigartigkeit wiederentdecken und uns selbst besser verstehen lernen können.

Stephanie Löber, erfahrener Holistic-Human-Design-Coach, holt das komplexe Wissen in die Gegenwart und führt uns Schritt für Schritt in die kosmische Materie ein.

Wir lernen, wie wir anhand weniger Daten

- unsere Stärken und Potenziale identifizieren,
- besondere Persönlichkeitsmerkmale besser verstehen,
- starke Entscheidungen für unsere Zukunft treffen können.

Entdecke mit Human Design, was dich

wirklich ausmacht und wo deine größte Kraft liegt!



PEFC-Zertifiziert
Dieses Buch
stammt aus nach-
haltig bewirtschaf-
teten Wäldern
und kontrollierten
Quellen.
www.pefc.de

WG 473 Spiritualität
ISBN 978-3-8338-8503-7



www.unum-verlag.de