

HUMAN DESIGN ZENTREN

Human Design Zentren

Bedeutung:

- Zentren sind die feinstofflichen Energiequellen
- Es gibt insgesamt 9 Zentren mit unterschiedlichen Energiefrequenzen/Eigenschaften

Die 9 Zentren sind:

- Krone/Inspirationszentrum
- Ajna/Verstandszentrum
- Kehle/Ausdruckszentrum
- Selbstzentrum/G-Zentrum
- Willenskraft/Herz-Ego-Zentrum
- Emotionalzentrum
- Sakralzentrum
- Milz/Intuitionszentrum
- Wurzel/Antriebszentrum

Human Design Zentren

Die grundlegende Einteilung der Zentren besteht in der Art/Aufgabe:

- 2 Druckzentren (Krone & Wurzel)
- 3 Bewusstseinszentren (Milz, Verstand & Emotional)
- 1 Ausdruckszentrum (Kehle)
- 4 Motorzentren (Wurzel, Sakral, Herz/Ego & Emotional)
- 1 Identitätszentrum (Selbst/G)

Human Design Zentren

Bedeutung:

Eine weitere Einteilung ist, ob ein Zentrum definiert, undefiniert oder offen ist:

- **definiert** = wirkend/ Die Energie steht einem jederzeit zur Verfügung
- **undefiniert** = wahrnehmend/ Die Energie des Umfeldes/anderer Mensch wird wahrgenommen, ein oder mehrere Tore definiert
- **offen** = Sehr wahrnehmend, kein Tor definiert, lernen mit diesen Energien umzugehen

Krone/Inspirationszentrum

- Die Energiequelle der Inspiration/universellen Weisheit/Impulse
- 30% der Bevölkerung definiert
- Hier fließen spirituelle Informationen
- Es geht um den mentalen Druck für den Sinn des Lebens, Fragen stellen, Reflexion, Verstehen, Erkenntnisse, Geheimnisse, Möglichkeiten, Zweifel
- Die Krone ist mit der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft verbunden
- In der Krone sitzen 3 Tore (Potenziale):
 1. 64 (Reflexion/Vergangenheit)
 2. 61 (Erforschung/Geheimnisse/Gegenwart)
 3. 63 (Verifizierung/Zukunft)
- Krone definiert: Inspiration/Antworten/Wissen für andere, Klarheit
Schatten= mentaler Druck Fragen beantworten zu müssen
- Krone undefiniert/offen: Wahrnehmend von mentalen Druck der anderen
Schatten= Gefahr der Reizüberflutung, Überanstrengung/Beschäftigen mit irrelevanten Fragen des Lebens

Ajna/Verstandszentrum

- Die Energiequelle für Konzepte, Ideen, Meinungen, Interpretation, Verstehen
- 50% der Bevölkerung definiert
- Hier fließen Wissen, Fantasien, universelle Impulse, Bewusstsein
- Es geht um den mentalen Druck für Wissensvermittlung, Denkprozesse, Analyse, Dualitätsverständnis, Anstoß zur Erschaffung von Realität
- Der Verstand ist mit dem mentalen Wohlbefinden, Verarbeitung & Grund-MindSet verbunden
- In der Krone sitzen 6 Tore: **47** (Interpretation), **24** (Innenschau), **4** (Überprüfung), **17** (Meinungen), **43** (Einsichten), **11** (Ideen)
- Verstand definiert: Neues denken, Erstellung von Konzepten & Ideen
Schatten= mentaler Druck durch eingeschränktes Denkschema
- Verstand undefiniert/offen: Begabung von Lernen & Speichern von Wissen
Schatten= Zweifeln, Beweisen müssen, Identifikationsdruck mit Konzepten

Kehle/Ausdruckszentrum

- Die Energiequelle für Sprache, Ausdruck, Zuhören, Kommunikation
- 70% der Bevölkerung definiert
- Hier fließen Aufmerksamkeit, Wirkung, Manifestation, Ausdrucksarten
- Es geht um das Bewusstsein für Wirkung, Anerkennung, Umwandlung, Gedanken, Gefühlen, Kreativität, Führung
- Die Kehle ist mit dem Selbstaussdruck und Einflussnahme verbunden
- In der Kehle sitzen 11 Tore: 62 (Präzision), 23 (Klarheit), 56 (Anregung), 35 (Fortschritt), 12 (Angemessenheit), 45 (Ansammlung), 33 (Rückzug), 8 (Förderung), 31 (Wirkung), 20 (Jetzt-Präsenz), 16 (Identifikation)
- Kehle definiert: Redegewandt, Kommunikationswirkung, spezieller Ausdruck
Schatten= Sprache/Ausdruckseinschränkung, Missachtung von aktuellem Kontext
- Kehle undefiniert/offen: Zuhörerqualität, sensible Manifestation, flexibler Ausdruck
Schatten= Gefühl zu wenig Aufmerksamkeit, zuviel & wirr sprechen oder ganz verstummen

Selbst/G-Zentrum/Identitätszentrum

- Die Energiequelle für Selbstverwirklichung, Selbstliebe, Selbstbewusstsein
- 45% der Bevölkerung definiert
- Hier fließen Liebe, Vertrauen, Lebensrichtung, Stabilität
- Es geht um das Bewusstsein für Liebe, Ziele, Lebensweg, Führung, Verwirklichung
- Das Selbst ist mit der Energie des Wegweisers verbunden
- Im Selbst sitzen 8 Tore: 1 (Individualität), 13 (Achtsamkeit), 25 (Natürlichkeit), 46 (Glück), 2 (Richtung), 15 (Flexibilität), 10 (Authentizität), 7 (Strategie)
- Selbst definiert: Selbstverwirklichung, Richtungsgebend, Selbstbewusstsein
Schatten= festgefahren, unsensibel anderen gegenüber
- Selbst undefiniert/offen: feinfühlig, sensible Wahrnehmung, flexible Lebensrichtung, anpassungsfähig
Schatten= Liebe im Außen suchend, verloren in der Welt, Dauerfrage: Wer bin ich?

Willenskraft/Herz/Ego-Zentrum

- Die Energiequelle für Selbstwert, Finanzen, Durchsetzungskraft
- 35% der Bevölkerung definiert
- Hier fließen Mut, Dominanz, Stärke, Kraft, Anerkennung, Geldbewusstsein
- Es geht um die Kraft für Entschlossenheit, Erfolg, Power, Leidenschaft, Liebe
- Das Herz ist mit der Energie des Selbstwertgefühls verbunden
- Im Herz sitzen 4 Tore: 51 (Willenskraft), 21 (Autorität), 40 (Entschlossenheit), 26 (Taktik)
- Herz definiert: dominant, stark, Durchsetzungsvermögen, Führung, Selbstbewusst, Geld- & Ressourcenbewusstsein
Schatten= verstands-egoistisch, übergehend, kooperationsresistent
- Herz undefiniert/offen: gute lohnenswerte Einschätzung, offen für Kooperation/Fragen, gemeinschaftsorientiert
Schatten= Minderwertigkeitsgefühl, Gefühl von “beweisen müssen, nicht gut genug”, Geldverschwendend

Emotionalzentrum

- Die Energiequelle für alle Arten von Gefühlen
- 50% der Bevölkerung definiert
- Hier fließen Gefühle, Emotionen und Erfahrungen
- Es geht um die Kraft des Fühlens, Berührung, Befriedigung, Verlangen, Verbindung, Stabilität & Klarheit
- Das Emozentrum ist mit der Energie des Antriebs & emotionalen Bewusstheit für Wohlbefinden verbunden
- Im Emozentrum sitzen 7 Tore: 36 (Berührbarkeit), 22 (Stimmung), 37 (Loyalität), 6 (Emointelligenz), 49 (Prinzipien), 55 (Fülle), 30 (Begeisterung)
- Emo definiert: Gefühlsmensch, Emotionale Wellen, tiefes Fühlen, anziehend, Flow
Schatten= emotionale Stabilität im Außen suchend, unberechenbare Gefühlsausbrüche
- Emo undefiniert/offen: Emotionale Distanz/Wahrheit, Mitgefühl, empathischer Mensch, sensibel, Gefühlsspiegel
Schatten = Harmoniezwang/suchend, Selbstidentifikation mit Umgebungsgefühlen

Sakralzentrum

- Die Energiequelle für Lebenskraft & Schöpfung
- 70% der Bevölkerung definiert
- Hier fließen Freude, Spaß, Kreativität, Beschäftigung
- Es geht um die Kraft des Lebens, Umsetzung, Erschaffung, Produktion, Sexualität
- Das Sakral ist pure konstante Lebensenergie
- Im Sakral sitzen 9 Tore: 5 (Rhythmus), 14 (Kapazität), 29 (Verbindlichkeit), 59 (Intimität), 9 (Fokus), 3 (Veränderung), 42 (Wachstum), 27 (Fürsorge), 34 (Stärke)
- Sakral definiert: Schaffenskraft, körperstark, energiegelbend, kraftvoll, ICH-Stärke, freudefolgend, kooperativ
Schatten= falscher Energieeinsatz, BurnOut, keine Grenzen setzen, antriebslos
- Sakral undefiniert/offen: energiewahrnehmend, effizient, koordinierend, entspannt, energieanpassend, schubweise entfaltend, kurzweise starke Power
Schatten = Überforderung, Erschöpfung, zuviel Arbeit, körperunachtsam, mithalten wollen

Milz, Intuitionszentrum

- Die Energiequelle für Sicherheit, Schutz, Gesundheit, Intuition
- 55% der Bevölkerung definiert
- Hier fließen Wissen/Weisheit, Wohlbefinden, Überlebensstrategien, Ängste & Zukunftsenergie
- Es geht um die Kraft der Intuition, Instinkt & Körperbewusstsein
- In der Milz sitzen 7 Tore: 48 (Tiefe), 57 (Wachheit), 44 (Kooperation), 50 (Werte), 32 (Kontinuität), 28 (Risiko), 18 (Fehlerbewusstsein)
- Milz definiert: vertrauensvoll, schutz- & sicherheitsgebend, verantwortungsbewusst
Schatten= Überschätzung der eigenen Körperlichkeit/Stabilität & Risiko, keine Verantwortung tragen wollen
- Milz undefiniert/offen: empathischer Mensch für Umgebung, Situationen & Gesundheit/Wohlbefinden anderer Menschen
Schatten = Kein eigenes Sicherheitsgefühl, abhängigkeitsorientiert, Unwohlsein im eigenen Körper

Wurzel, Antriebszentrum

- Die Energiequelle für Zyklen, Gelassenheit, Ruhe, Konzentration, Druck & Schwung
- 70% der Bevölkerung definiert
- Hier fließen Stress & Gelassenheit gleichermaßen
- Es geht um die Kraft von Umsetzungsdruck, Startenergie, Prozesse beginnen, dranbleiben und abschließen, Existenz
- In der Wurzel sitzen 9 Tore: 58 (Lebensfreude), 38 (Beharrlichkeit), 54 (Ambition), 53 (Anfänge), 60 (Bewahrung), 52 (Ruhe), 19 (Bedürfnisse), 39 (Provokation), 41 (Hoffnung)
- Wurzel definiert: Gute Resistenz gegen Stress von außen, gut Ruhe bewahren
eigenes Tempo was Zeit & Druck angeht
Schatten= Selbststress, Beeinflussung von anderen mit Druck & Stress, Innere, Unruhe & Nervosität, kann andere nerven
- Wurzel undefiniert/offen: Viel Gelassenheit, Gespür, wann es sich lohnt aktiv zu werden, Antriebslos und faul ist ein natürlicher Zustand
Schatten = Druck kommt von außen, Anfällig sich schnell stressen zu lassen, Große Hektik für die Umgebung kann ausgelöst werden