

# Human Design Starter Guide



Entschlüssele Deine  
Einzigartigkeit: Eine Einführung  
in das Human Design.

**ZIEL DES LEBENS IST  
SELBSTVERWIRKLICHUNG.  
DAS EIGENE WESEN  
VÖLLIG ZUR ENTFALTUNG  
ZU BRINGEN, DAS IST  
UNSERE BESTIMMUNG.**

**OSCAR WILDE**



*Ni, ich bin Svea!*

Ich bin mentale 5/1 Projektorin und ein absoluter Human Design Fan. Durch Human Design hat sich so viel bei mir privat und in meiner Selbständigkeit geändert, weil ich endlich angefangen habe nach meinem Energietyp und nach meiner Strategie zu leben. Ich habe mich in der Tiefe kennengelernt und kann mein Potenzial dadurch viel besser entfalten.

Es ist mir nun eine absolute Herzensangelegenheit das Human Design in die Welt zu tragen.

Ich freue mich auf unsere gemeinsame Reise!

Erstelle dir gerne bereits jetzt dein Human Design Chart, sofern du es noch nicht kennst.

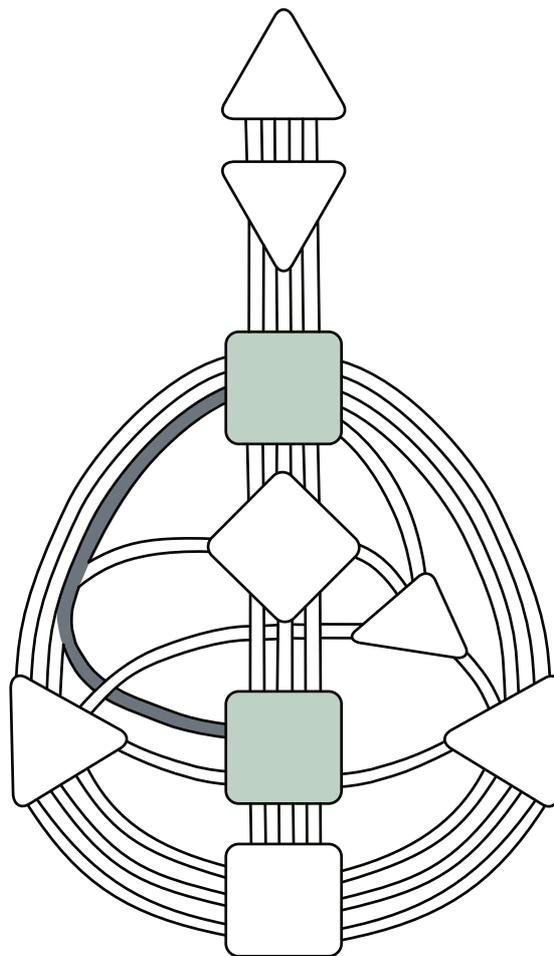
Das kannst du hier tun:

[Chart erstellen](#)

# *Was ist eigentlich* HUMAN DESIGN?

Human Design ist ein Tool zur Selbstexploration und basiert auf 4 alten Weisheitslehren (Astrologie, I'Ging, Kabbala & Chakren-Lehre) und neuen Wissenschaften. Jeder von uns trägt besondere Fähigkeiten in sich, jedoch entfernen wir uns im Laufe unseres Lebens durch Konditionierungen von unserem Chart. Das Human Design zeigt dir, wie du zurück zu deinem inneren Kern findest und im Einklang mit deinem Design leben kannst. Jedes Design ist einzigartig und deine Individualität ist besonders.

Das Human Design basiert auf der Neutrino-Theorie, die besagt, dass wir von Milliarden von Kleinstteilchen – Neutrinos – durchdrungen werden. Diese kommen zum Großteil von unserer Sonne und durchdringen auf dem Weg zur Erde die Planeten unseres Sonnensystems.



# Die Human Design

## KÖRPERGRAFIK

Durch die Neutrinoqualität zum Zeitpunkt der Geburt werden bestimmte Eigenschaften und Fähigkeiten aktiviert. Diese bleiben ein Leben lang gleich und das Human Design besagt, dass jeder mit seinen Fähigkeiten perfekt für seine Lebensaufgabe ausgestattet ist. Diese Eigenschaften und Fähigkeiten werden in die Körpergrafik übertragen. Diese Körpergrafik beinhaltet die 9 Zentren, 36 Kanäle und 64 Tore.

### Die 9 Zentren im Human Design

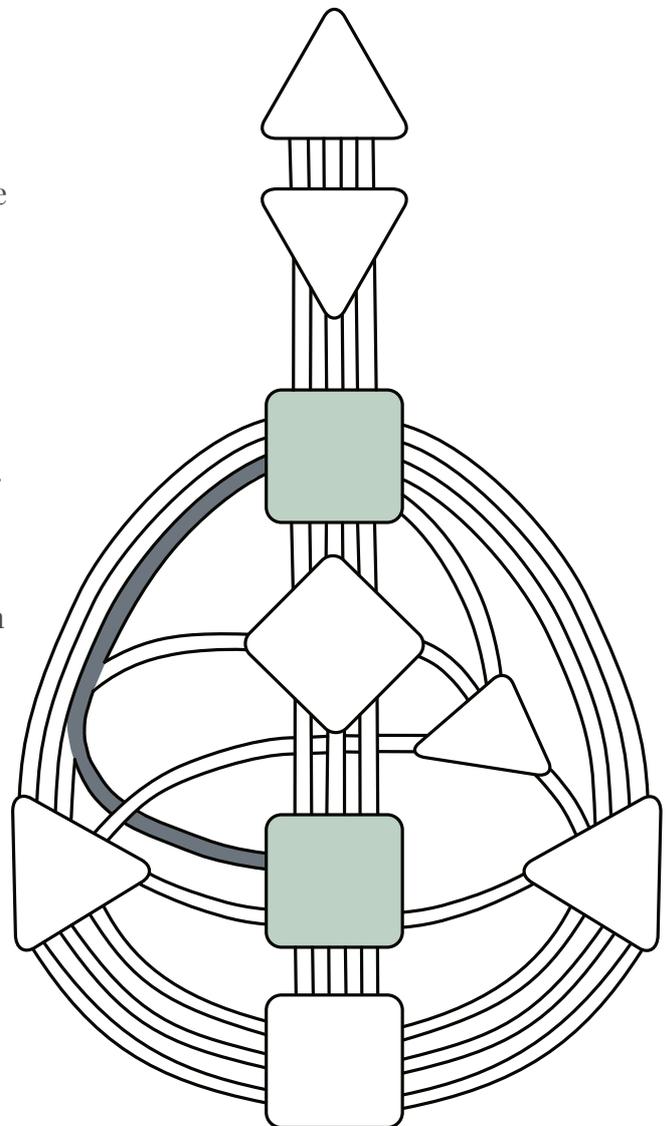
Im Human Design handelt es sich bei den 9 Zentren um energetische Bereiche in der Körpergrafik, die dir dabei helfen, deine Energie in deinem Körper zu verstehen. Sie zeigen dir bestimmte Aspekte in denen du stabil und festgelegt bist und sie zeigen dir auch, wo du empfänglich für die Energien von Außen bist.

### Die 36 Kanäle im Human Design

Kanäle sind Verbindungen zwischen zwei Zentren in der Körpergrafik. Ein Kanal besteht aus zwei definierten Zentren, die durch eine farbige Linie miteinander verbunden sind. Durch jeden Kanal entsteht ein nie endender und immer zur Verfügung stehender Strom an ganz bestimmten Fähigkeiten.

### Die 64 Tore im Human Design

Im Human Design System sind Tore spezifische Energiefelder oder Qualitäten, die in der Körpergrafik durch nummerierte Symbole dargestellt werden. Jedes Tor repräsentiert eine bestimmte Art von Energie und Fähigkeit. In jeder Körpergrafik findet man die Nummern 1-64 für die Tore.





1

*Dein*

## ENERGIETYP

Im ersten Schritt werden wir nun einen Blick auf deinen Energietypen werfen. Der Energietyp ist das größte Differenzierungsmerkmal im Human Design. Er zeigt dir, wie du funktionierst. Lerne durch deinen Energietyp im Einklang mit deiner ganz individuellen Energie zu leben und dadurch mehr Erfüllung zu erreichen.

Nachfolgend erfährst du alles über die 5 Energietypen.



# *Der* MANIFESTIERENDE GENERATOR

Der Manifestierende Generator gehört zu dem Energietyp der Generatoren, kann aber auch vereinzelt auf die Fähigkeiten eines Manifestors zugreifen. Einen Manifestierenden Generator erkennt man daran, dass er ein definiertes Sakralzentrum hat und eine direkte Motorverbindung zu Kehle. Ca. 35% der Menschheit sind Manifestierende Generatoren. Sie können häufig eine innere Antriebskraft spüren, die sie dazu antreibt, aktiv zu werden und Dinge in Bewegung zu setzen. Da Manifestierende Generatoren eine starke, anhaltende Energie haben, ist es wichtig für sie, ihre Energieressourcen effizient zu verwalten. Sie können sich leicht in vielen Projekten und Aktivitäten verlieren, was zu Erschöpfung führen kann, wenn sie daran keine Freude haben. Es ist entscheidend, dass sie lernen, ihre Energie auf die Dinge zu konzentrieren, die wirklich ihre Leidenschaft und ihr Interesse wecken. Der Manifestierende Generator handelt immer mal wieder zu schnell und darf dann wieder einige Schritte zurückgehen, da er wesentliche Details übersehen hat. Besondere Merkmale eines Manifestierenden Generators sind: Schnelligkeit, Flexibilität und Spontanität.



# *Der* GENERATOR

Ca. 35% der Menschheit sind Generatoren. Einen Generator erkennt man daran, dass er ein definiertes Sakralzentrum hat. Das Sakralzentrum steht für ausdauernde Schaffenskraft, Lebensfreude und Vitalität. Mit ihrem definierten Sakralzentrum haben sie die natürliche Fähigkeit, kontinuierlich Energie zu erzeugen. Ihre Energie kann in Produktivität und Kreativität umgewandelt werden, was sie zu natürlichen Machern und Erschaffern macht. Wichtig ist jedoch, dass sie ihre Energie für Dinge einsetzen, die sie erfüllen. Wenn sie sich mit Aktivitäten beschäftigen, die ihre Interessen und Leidenschaften widerspiegeln, blühen sie auf und können lange andauernde Energie und Ausdauer zeigen. Sollte das nicht der Fall sein, kann das bei Generatoren zu Frustration führen und zu Energielosigkeit. Die Strategie der Generatoren lautet "auf das Leben reagieren". Das bedeutet, dass sie auf äußere Einflüsse warten sollten, bevor sie handeln. Wenn sie auf Situationen reagieren, die ihre Energie ansprechen, können sie eine authentische Ausrichtung erreichen und ihre Energie für die richtigen Dinge einsetzen.

Generatoren sind also am erfolgreichsten, wenn sie ihrer Begeisterung folgen. Indem sie Tätigkeiten wählen, die sie mit Freude und Energie erfüllen, können sie ihre gesamte Schaffenskraft entfalten.



# *Der* PROJEKTOR

Im Gegensatz zu den Generatoren generieren Projektoren keine eigene Energie, da sie ein offenes Sakralzentrum haben. Stattdessen sind sie darauf angewiesen, die Energie anderer Menschen und ihrer Umgebungen aufzunehmen und zu nutzen. Gerade in der Arbeitsumgebung ist es sinnvoll sich als Projektor mit sakralen Wesen, wie den Generatoren, zu umgeben. Wichtig für Projektoren ist es, bewusst wahrzunehmen, dass sie auf den Energien von anderen unterwegs sind und sie regelmäßig Zeit für sich brauchen, um fremde Energien wieder loszulassen. Die Strategie der Projektoren lautet "Auf die Einladung warten", bevor sie ihre Fähigkeiten und Ratschläge teilen. Diese Einladung ermöglicht es ihnen, ihre Energie effektiv zu nutzen und von Menschen geschätzt zu werden, die ihre Meinung und Ratschläge suchen. Die Anerkennung für seine Fähigkeiten und Ratschläge von anderen ist für den Projektor wichtig. Dann fühlt er sich gewertschätzt und gesehen. Wenn er seine Strategie nicht befolgt kann das zu Verbitterung führen, da sein Gegenüber einen Ratschlag vielleicht gerade gar nicht benötigt. Projektoren haben eine natürliche Fähigkeit, tief zu beobachten und Muster in Menschen und Situationen zu erkennen. Diese Fähigkeit macht sie zu ausgezeichneten Beratern, Mentoren und Coaches. Durch ihre fokussierte Aura sind Projektoren gerne im 1:1 Kontakt und lassen sich auf ihren Gegenüber ein. Ca. 21% der Menschheit sind Projektoren.



# *Der* MANIFESTOR

Manifestoren sind die Initiatoren im Human Design. Sie sind hier, um für Wandel und Veränderung zu sorgen. Sie haben die Fähigkeit, Energien in Bewegung zu setzen und neue Projekte oder Veränderungen zu initiieren. Sie sind diejenigen, die die Welt in Bewegung halten und innovative Ideen umsetzen. Wichtig ist, dass sie nur initiieren, wenn ihre innere Autorität "Ja" gesagt hat.

Manifestoren schätzen ihre Unabhängigkeit und Autonomie. Sie bevorzugen es, Dinge in ihrem eigenen Tempo zu tun und haben oft Schwierigkeiten mit zu vielen Einschränkungen oder Kontrollen von Außen. Sie wollen ihr eigenes Ding machen ohne jemandem Rechenschaft ablegen zu müssen. Der Manifestor kann Wut verspüren, wenn er in seinem Wirken eingeschränkt wird.

Die Strategie der Manifestoren lautet "Informieren, dann initiieren". Das bedeutet, dass sie andere über ihre Pläne informieren sollten, bevor sie handeln. Dies ermöglicht es, mögliche Widerstände zu minimieren und in Zusammenarbeit zu arbeiten.

Manifestoren haben ein offenes Sakralzentrum. Sie sind hier, um den Ball ins Rollen zu bringen und kreativ zu sein. Sie haben keine Umsetzungskraft und brauchen dafür die sakrale Kraft der Generatoren. Ca. 8% der Menschheit sind Manifestoren.



# *Der* REFLEKTOR

Reflektoren spiegeln mit ca. 1-2% die kleinste Gruppe der Energietypen im Human Design dar. Sie sind wie ein Spiegel für ihre Umgebung, der die Energien und Stimmungen ihrer Umgebung widerspiegelt. Sie haben eine hohe Empfindlichkeit für die Energien von Menschen, Orten und Situationen. Im Gegensatz zu den anderen Typen finden Reflektoren Stabilität im monatlichen Wandel. Ihre Identität kann sich je nach ihrer Umgebung und den Menschen, mit denen sie interagieren und dem Mondzyklus verändern. Die Kernfrage eines Reflektors ist: „Wer bin ich heute?“. Reflektoren sind äußerst vielseitig und anpassungsfähig. Sie können sich leicht in verschiedenen Umgebungen und sozialen Kreisen bewegen.

Reflektoren sollten Orte und Menschen wählen, die ihnen positive Energien geben. Befindet sich ein Reflektor in einem toxischen Umfeld dann verstärkt er diese Energie. Befindet er sich in einem positiven Umfeld, nimmt er auch diese Energien auf und verstärkt sie. Er verstärkt immer das, was in seinem Umfeld da ist. Der Reflektor gehört zu der Gruppe der Nicht-Energietypen, wie auch die Projektoren. Er hat keine ausdauernde Schaffenskraft wie die Generatoren. Dafür hat er eine Sensibilität für Energien und ist deshalb ein ausgezeichnete Berater und Mentor für andere. Reflektoren können helfen, Konflikte zu lösen und Menschen bei der Entwicklung eines bewussteren Lebens zu unterstützen.

# *Reflexionsfragen*

## DEIN ENERGIETYP

Deine Aufgabe: Nimm dir einen kurzen Moment Zeit und beantworte nachfolgende Fragen.

Welcher Energietyp bist du?

In welchen Punkten erkennst du dich wieder?

Was gefällt dir an deinem Energietyp und was widerstrebt dir?



## 2

*Deine*

## AUTORITÄT

Täglich treffen wir Entscheidungen und viele von uns neigen dazu Entscheidungen aus dem Verstand heraus zu treffen. Doch mit Entscheidungen aus dem Verstand finden wir keinen inneren Frieden. Die Autorität im Human Design ist dein innerer Entscheidungskompass und hilft dir dabei, die Entscheidungen zu treffen, die sich für dich gut anfühlen.

# Deine AUTORITÄT

Insgesamt gibt es 7 Autorität im Human Design, die ich die hier vorstellen werde.

## **DIE EMOTIONALE AUTORITÄT**

Bei einer emotionalen Autorität müssen sich Entscheidungen richtig anfühlen und es braucht Zeit, um Entscheidungen aus verschiedenen emotionalen Perspektiven zu betrachten. Beste Vorgehensweise: Keine spontanen Entscheidungen treffen und lieber nochmal eine Nacht drüber schlafen.

## **DIE SAKRALE AUTORITÄT**

Du darfst Entscheidungen durch deine innere Bauchstimme treffen. Wenn das Gefühl gleich ein inneres Anspringen ist, ist es ein "Ja". Ein Zögern und gedankliches Kreisen ist ein "Nein" für den Moment. Deine Bauchstimme reagiert am besten auf Ja/Nein Fragen.

## **DIE MILZ AUTORITÄT**

Wenn du eine Milz Autorität hast, dann dienen dir die feinen Körperimpulse als Wegweiser. Entscheidungen werden spontan und im Hier & Jetzt getroffen. Der Körperintelligenz wird vertraut und gefolgt.

## **DIE EGO AUTORITÄT**

Diese Autorität ist sehr selten. Mit einer Ego Autorität müssen Entscheidungen der eigenen Herzensenergie entsprechen und der Wille ist die Autorität.

## **DIE SELBSTPROJEZIERENDE AUTORITÄT**

Diese Autorität hört auf die Stimme der Identität und Richtung und kann als innere Führung wahrgenommen werden. Es geht darum Entscheidungen zu treffen, die der eigenen Richtung entsprechen.

## **DIE MENTALE AUTORITÄT**

Diese Autorität haben nur mentale Projektoren. Mit einer mentalen Autorität merkt man beim Sprechen, ob sich das richtig anfühlt. Wichtig ist mit dem richtigen Umfeld über Entscheidungen zu sprechen.

## **DIE LUNARE AUTORITÄT**

Diese Autorität gibt es nur bei Reflektoren. Sie sollten einen Mondzyklus (28 Tage) abwarten, um eine Entscheidung zu treffen. Dann hat der Mond alle Aspekte ihres Themas beleuchtet und sie fühlen Klarheit.

## *Reflexionsfragen*

# DEINE AUTORITÄT

Deine Aufgabe: Nimm dir einen kurzen Moment Zeit und beantworte nachfolgende Fragen.

Welche Autorität hast du?

Wie triffst du aktuell deine Entscheidungen?

Was ist in Bezug auf deine Autorität zukünftig wichtig bei deinem Entscheidungsprozess?



# 3

*Deine*

## PROFILLINIE

Dein Profil steht für deine Persönlichkeitsanteile, die unbewusst oder bewusst, verankert sind. Die Profillinien im Human Design System repräsentieren bestimmte Verhaltensmuster, Charakterzüge und Herangehensweisen, die in der Persönlichkeit einer Person zu finden sein können. Jedes Profil besteht aus zwei Zahlen, die die Profillinien darstellen, und diese kombinierten Zahlen geben Aufschluss darüber, wie eine Person in verschiedenen Lebensbereichen agiert, mit anderen interagiert und sich in der Welt ausdrückt.

## Die 6

# PROFILLINIEN

### Die 1er Linie im Human Design: Der Forscher

Die 1er Linie ist dazu da die Grundlagen zu erforschern um Sicherheit zu erlangen. Je mehr die 1er Linie weiß, desto sicherer fühlt sie sich. Die 1er Linie studiert und lernt sehr gerne. Wenn die 1er Linie in einem Gebiet viel geforscht hat, wird sie von ihrem Umfeld als Autorität wahrgenommen. Sie ist gerne für sich und beschäftigt sich mit ihrem "Forschungsthema".

### Die 2er Linie im Human Design: Das Naturtalent

Die 2er Linie ist ein Naturtalent, wieß aber oft nicht, in was sie richtig gut ist. Die 2er Linie wird auch der Einsiedler genannt, weil sie gerne in Ruhe gelassen werden und ihr eigenes Ding machen will. Diese Menschen sind sehr harmoniebedürftig und öffnet ihr Herz nur für ausgewählte Menschen.

### Die 3er Linie im Human Design: Der Märtyrer

Die 3er Linie ist sehr offen für das Leben und die Welt. Sie müssen alles praktisch ausprobiert und erlebt haben. Die 3er Linie lernt durch Fehler. Diese Menschen experimentieren gerne und wirken oft sehr mutig. Eine 3er Linie steht für die eigenen Prinzipien ein und ist sehr widerstandsfähig.

### Die 4er Linie im Human Design: Der Opportunist

Die 4er Linie ist ein freundlicher und zugewandter Netzwerker. Er kann und möchte einflussreich in seinem Netzwerk sein. Er wirkt sehr zugänglich und interessiert und findet schnell den Zugang zu anderen. Die 4er Linie kann ein guter Smalltalker sein und ist beliebt und gerne gesehen.

### Die 5er Linie im Human Design: Der Ketzer

Die 5er Linie fungiert als Helfer und Retter. Er hat eine große Wirkung und Einfluss auf Fremde. Er übernimmt oft in Krisen das Ruder und ist lösungsorientiert. Er hat hohe Moralvorstellungen an sich selbst und an andere.

### Die 6er Linie im Human Design: Das Rollenvorbild

Die 6er Linie ist in 3 Phasen unterteilt. Die ersten 30 Lebensjahre fungiert sie als 3er Linie. Ab dem 30. Lebensjahr reflektiert sie über ihre Erfahrungen, die sie bereits gemacht hat und mit ca. 50, in der 3. Phase, nehmen sie eine Vorbildfunktion ein. Sie haben eine optimistische Lebenshaltung und bringen dann Weisheit in die Welt.

# *Reflexionsfragen*

## DEINE PROFILLINIEN

Deine Aufgabe: Nimm dir einen kurzen Moment Zeit und beantworte nachfolgende Fragen.

Welche Linien hast du?

Erkennst du dich in deinen Linien wieder?

Was gefällt dir daran? Was willst du gerne mehr leben?



Finde heraus, wer du in der Tiefe bist und gestalte dein Leben nach deinen Vorstellungen.

## 1:1 Human Design Reading

---

Wir suchen oft nach Zufriedenheit im Außen doch vergessen, dass wir absolute Zufriedenheit nur durch einen erfüllten inneren Zustand erreichen können. Das Human Design zeigt dir, wie du ein zufriedenes Leben führen kannst - im Einklang mit deinem Design.

*Take* THE JOURNEY  
WITH ME

Jetzt mehr erfahren

