

Karen Curry Parker

Human Design

proste ćwiczenia dla początkujących



Więcej o książce na stronie [wydawcy](#)


STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

Książkę możesz kupić w [sklepie](#)


Talizman.pl
SKLEP ZE SZCZĘCIEM

Poznaj swój unikalny potencjał
i zrealizuj swoje pragnienia
dzięki neuronauce i starożytnej mądrości


STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

Human Design

proste ćwiczenia dla początkujących

Karen Curry Parker

Human Design

proste ćwiczenia dla początkujących



Poznaj swój unikalny potencjał
i zrealizuj swoje pragnienia
dzięki neuronauce i starożytnej mądrości



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Paweł Uklejski
SKŁAD: Krzysztof Remiszewski
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Remiszewski
TEUMACZENIE: Agnieszka Rolka-Piotrowska

Wydanie I
Białystok 2025
ISBN 978-83-8301-796-9

Tytuł oryginału: *The Human Design Workbook: A Step by Step Guide to Understanding Your Own Chart and How it Can Transform Your Life*

Copyright © 2022 by Karen Curry Parker

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2024
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez uprzedniej pisemnej zgody wydawcy żadna część tej książki nie może być powielana w jakimkolwiek procesie mechanicznym, fotograficznym lub elektronicznym ani w formie nagrania fonograficznego. Nie może też być przechowywana w systemie wyszukiwania, przesyłana lub w inny sposób kopiowana do użytku publicznego lub prywatnego – w inny sposób niż „dozwolony użytek” obejmujący krótkie cytaty zawarte w artykułach i recenzjach.

Książka ta zawiera informacje dotyczące zdrowia. Wydawca dołożył wszelkich starań, aby były one pełne, rzetelne i zgodne z aktualnym stanem wiedzy w momencie publikacji. Tym niemniej nie powinny one zastępować porady lekarza lub dietetyka, ani też być traktowane jako konsultacja medyczna lub inna. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś koniecznie skonsultować się z lekarzem, zanim samodzielnie rozpoczniesz jakiegokolwiek program poprawy zdrowia. Wydawca ani Autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek negatywne skutki dla zdrowia, mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

*Moim dzieciom i wnukom.
Modłę się, abyśmy stale uzdrawiali Ziemię
i rozwijali się, by móc budować lepszy świat
– miejsce sprawiedliwości, uczciwości,
równowagi i trwałego pokoju.*

SPIS TREŚCI

| | |
|--|-----|
| Wstęp | 9 |
| Rozdział 1. Odczytywanie wykresu Human Design | 23 |
| Rozdział 2. Typy energii i Strategie | 47 |
| Rozdział 3. Profile | 129 |
| Rozdział 4. Centra energetyczne | 153 |
| Rozdział 5. Planety i Bramy | 207 |
| Epilog. Zbierzmy to wszystko razem | 301 |
| Podziękowania | 307 |
| Apendyks. Szablon oświadczenia o celu życiowym | 309 |
| O Autorce | 313 |

Nota Wydawcy:

Autorka w swojej książce omawia w pełni spersonalizowany i bogaty w szczegóły wykres Human Design. W związku z tym, że ta książka została wydana w czarno-białej szacie graficznej, zachęcamy do wygenerowania na stronie <https://humandesignworkbook.com/> swojego kolorowego, osobistego wykresu Human Design jako punktu odniesienia podczas czytania.

WSTĘP

Urodziłeś się narratorem.

Opowiadanie historii jest tak potężnym kreatywnym środkiem przekazu, że już od chwili narodzin nasz mózg jest zaprogramowany tak, aby poznawać świat za pośrednictwem historii. Uczymy się o wartościach, moralności i motywacjach właśnie z opowieści, kiedy bezpiecznie leżymy opatuleni kołdrą w łóżku albo siedzimy na kolanach rodziców.

Z opowieści dowiadujesz się kim jesteś, jaką rolę odgrywasz w życiu i co masz tutaj do zrobienia. Niektóre historie, dzięki którym zdobywasz wiedzę o świecie i o sobie, są prawdziwe, podczas gdy wiele z nich nie jest.

Kiedy dorastasz, osiągasz mistrzostwo w sztuce opowiadania swojej własnej historii na temat tego, kim jesteś i dlaczego się tu znalazłeś. Połączyłeś wszystko, co usłyszałeś, informacje z wydarzeń, których byłeś świadkiem oraz opowieści z własnych doświadczeń, aby stworzyć osobistą opowieść o sobie i świecie.

Historie, które opowiadasz sobie o swoich związkach, pieniądzach, spełnieniu twórczym, stylu życia, zdrowiu, a nawet więziach duchowych, wpływają na to, co tworzysz w swoim życiu.

Historie, które opowiadasz o sobie samym, stają się prawdą i wyrażają się poprzez twoje codzienne doświadczenia.

Ta osobista narracja nadaje określony ton doświadczeniom życiowym i ustanawia kierunek, w jakim zabiera cię życie. Nie dotyczy to jednak wyłącznie twojego życia. Tak naprawdę przeżywasz historię w ramach większej historii – historii ludzkości na planecie Ziemia.

Aktualnie historia ludzkości to opowieść raczej trzymająca w napięciu. Naukowcy snują dość ponure wizje dotyczące przyszłości naszego świata. Polityka na poziomie globalnym wydaje się dzieląca i niesprawiedliwa. Walczymy ze starymi i przestarzałymi systemami, które sprawiły, że wielu z nas czuje się pozbawionych sił i nadziei.

Opowiadanie historii może wyglądać na postawę mało zaangażowaną, gdy wydaje się, że świat się wali. Jednak twoja siła związana z opowiadaniem historii jest czymś najbardziej radykalnym i aktywnym, co możesz zrobić, żeby zmienić świat. Twoja osobista historia ma znaczenie i jest niezbędnym składnikiem zmiany świata, w jakim żyjemy.

Może się wydawać, że nie jesteśmy w stanie zmienić obecnej rzeczywistości, ale jeśli zaczniemy opowiadać inną historię i połączymy nasze historie pełne siły z historiami innych ludzi, będziemy mogli zacząć tworzyć matrycę innej rzeczywistości. Możemy tak zaprogramować nasze mózgi i umysły, by móc dostrzec nowe sposoby kreacji. Możemy skoncentrować naszą świadomość i dostrzec eleganckie rozwiązania niezbędne do zmiany świata. Możemy skorzystać ze zmysłowej natury naszej twórczej istoty i poświęcić czas na wyjście poza to, co prawdopodobne, aby urzeczywistnić to, co nieprawdopodobne – cuda, które stanowią obietnicę zmiany świata, w którym żyjemy. Jednak jak właściwie mamy to zrobić? Za sprawą Human Design, systemu, który może nam pomóc w objawieniu cudów mających zmienić świat.

Czym jest Human Design?

Human Design to system określania typów osobowości, który stanowi syntezę astrologii, chińskiej księgi *I Ching*, hinduskiego systemu czakr, żydowskiego mistycyzmu (kabały) i fizyki kwantowej.

Human Design działa jak osobista matryca (patrz Ilustracja 1), pokazując każdej osobie, w jaki sposób może najlepiej urzeczywistnić swój życiowy cel. To system, który ukazuje archetypowe motywy uczące nas, jak być ludźmi.

Twój wykres Human Design, który powstaje na podstawie daty urodzin, łącznie z dokładną godziną i miejscem urodzenia, jest potężnym narzędziem pomocnym w rozpoczęciu procesu przejmowania kontroli nad swoją osobistą narracją. Zasadniczo jest to mapa, która mówi ci, kim jesteś, jak odbierasz i przetwarzasz świat, jaki jest twój najlepszy sposób podejmowania decyzji oraz co musisz zrobić, żeby pozostać w harmonii ze swoim autentycznym „ja”.

Human Design to międzykulturowy, starożytny i współczesny katalog wszystkich cech, które czynią nas ludźmi. Ten zbiór informacji umożliwia w systematyczny sposób świadomie zgłębiać swoją osobistą narrację i zmieniać swoją aktualną historię w historię nieograniczonego, pełnego mocy, autentycznego życia.

Twój Human Design obdaruje cię nieużywanym wcześniej słownikiem, nowym językiem, dzięki któremu możesz interpretować taką część siebie, którą być może ukryłeś. Human Design daje ci nie tylko nowy sposób myślenia o sobie, ale także nowy sposób mówienia o sobie.

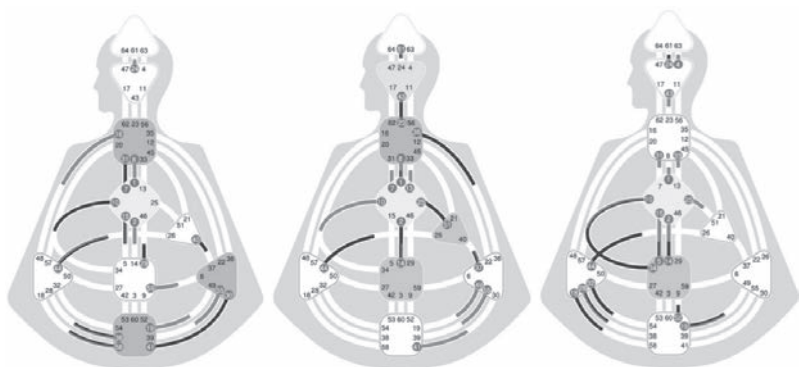
Aramejskie słowo *abrakadabra*, często kojarzone ze scenicznymi występami magicznymi, oznacza „tworzę, kiedy mówię”. Human Design jest starożytnym sposobem wyrażania niezaprzeczonej prawdy: *Słowa mają moc*. Mogą jednoczyć ludzi. Są nośnikami.

Słowa są mostem między historią boską a ludzką. Tłumaczą nie-
skończoność na język skończoności. Słowa są kodem twojej oso-
bistej historii.

MATRYCA CZŁOWIEKA

WYKRES CIAŁA

@KARENCURRYPARKER



TA MATRYCA POKAZUJE NAM KAŻDY ARCHETYPOWY
MOTYW TEGO, CO ZNACZY BYĆ CZŁOWIEKIEM.

UKAZUJE NAM NASZ POTENCJAŁ, UDZIELA ODPOWIEDZI
NA UPRAŻNIONE PYTANIA I DAJE NAM PEŁNE POZWOLENIE
NA WEJŚCIE W NASZĄ PRAWDĘ, NA ŻYCIE BEZ MASKI,
BEZ WYRZUTÓW SUMIENIA, W REALNOŚCI AUTENTYCZNYCH
WYRAZÓW NASZEJ BOSKIEJ I WEWNĘTRZNEJ NATURY.

Ilustracja 1. Matryca Human Design.

Z tej książki nauczysz się używać nowego słownictwa twojego
autentycznego „ja”, aby na nowo napisać swoją osobistą historię
i ją usystematyzować. Każda z części tego tekstu zawiera rozwa-
żania, metody prowadzenia dziennika i szablon, który pomoże ci
sporządzić osobiste oświadczenie o misji twojego życia.

Twój nowy słownik związany z Human Design pomoże ci zrekonstruować twoją osobistą narrację tak, aby odzwierciedlała twoją autentyczną tożsamość. Te nowo poznane przez ciebie słowa mają moc zmiany twojego stosunku do pieniędzy, do rodziny, przyjaciół i partnerów. Są one w stanie pomóc ci znaleźć na tym świecie właściwą pracę, zapewnić sobie w życiu lepsze samopoczucie, pogłębić związki duchowe czy uzdrowić wspomnienia związane z przodkami.

Potencjał i uwarunkowania

Każdy element wykresu Human Design reprezentuje potencjał – archetyp lub motyw (patrz Ilustracja 2). Swój potencjał możesz wyrazić w pewnym spektrum możliwości. Możesz wyrazić „wysoki” lub „niski” potencjał wszystkich części swojego wykresu.

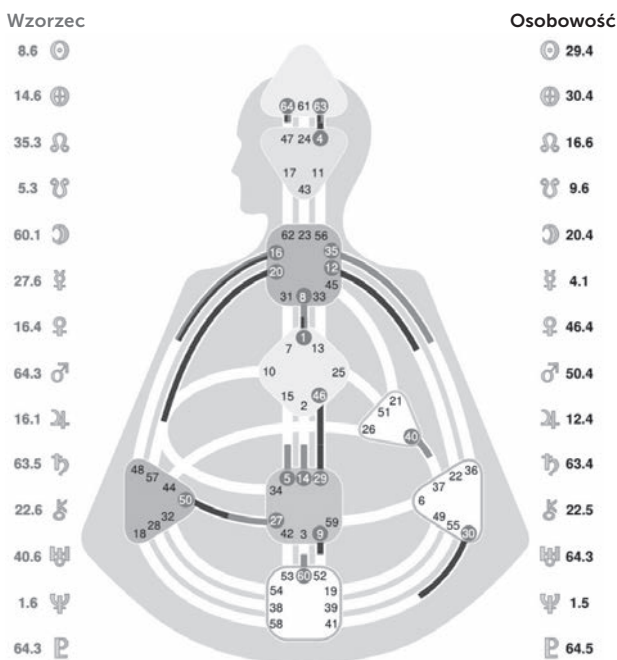
Na przykład istnieje potencjał bycia pustelnikiem. Energia pustelnika wyrażana w niski sposób może być strachem przed nawiązywaniem kontaktów z innymi, powodując, że ktoś się ukrywa, zaprzecza życiu i nigdy nie spełnia swojego potencjału miłości i wspólnoty. Energia pustelnika wyrażana w wysoki sposób może być doświadczana jako potrzeba wycofania się w celu przywrócenia i uzupełnienia swojej energii, a to „wyizolowanie się” ma być sposobem na utrzymanie swojej energii w stanie zrównoważonym.

To, w jaki sposób decydujesz się wyrazić swoje motywy bądź potencjały swojego Human Design, zależy po części od twoich uwarunkowań. *Uwarunkowanie* to sposób, w jaki nauczyłeś się zachowywać w reakcji na swoje doświadczenia życiowe, wzorce i przekonania rodzinne oraz tego, w jaki sposób doświadczasz energii świata.

Na twoją osobistą opowieść ogromny wpływ ma twoje uwarunkowanie. Twoje uwarunkowanie daje ci osobiste znaczenie,

które jest powiązane z każdym z motywów twojego wykresu Human Design. Rozwikłanie tych znaczeń może pomóc ci wpaść na to, dlaczego możesz tkwić w jakiejś historii, która nie służy rozwinięciu twojego największego potencjału. Może dać ci również głębszy wgląd w to, jak możesz świadomie wybierać inne reakcje na to, co podsuwa ci życie.

HUMAN DESIGN UCZY CIĘ PATRZENIA NA SWÓJ WYKRES (SVOJĄ OSOBISTĄ „MAPE”) JAK NA OPOWIEŚĆ



Ilustracja 2. Wykres Human Design.

Posłużmy się zatem przykładem. Zamknij na chwilę oczy i pomyśl o słowie *kreatywność* – to motyw, który występuje w wielu miejscach wykresu Human Design.

Kreatywność jest pojęciem neutralnym. Oznacza po prostu umiejętność stworzenia czegoś.

To, jak postrzegasz pojęcie kreatywności, swoje doświadczenie bycia „kreatywnym” w życiu i przekonania, które cię warunkują, wpływa na to, jak wyrażasz w życiu swój kreatywny potencjał.

Uznajmy, że tak, jak wszystkie dzieci, urodziłeś się głęboko połączony z własnymi naturalnymi zdolnościami kreatywnymi. Spędzałeś dni na marzeniach i myśleniu o wszystkim, co chciałbyś w życiu robić. Pewnego dnia, gdy byłeś w szkole i zerknąłeś przez okno, wyobrażając sobie, jakby to było jeździć konno, nauczycielka wzięła linijkę i głośno walnęła nią w twoje biurko sprawiając, że wystraszony wyrwałeś się ze swoich rozmyślań.

To doświadczenie pozostawiło w tobie takie rozdygotanie, że świadomie wybrałeś to, żeby w szkole już nigdy nie oddawać się marzeniom, wyłączając kluczowy składnik swojej siły twórczej.

Następnie dodajmy, że twoi rodzice są osobami „praktycznymi” i wierzą w to, że spełnianie marzeń jest możliwe dzięki ciężkiej pracy. Jeśli chcesz się w życiu bawić i robić coś kreatywnego, musisz sobie na to zasłużyć i oddawać się temu *po* wykonaniu wszystkich swoich obowiązków. Kreatywność jest dobrem luksusowym, na które nie możesz sobie pozwolić. Etyka pracy kultywowana w twojej rodzinie warunkuje cię do tego, abyś odstawił swoje marzenia o byciu twórczym na boczny tor w nadziei, że pewnego dnia nabędziesz prawo do tego, żeby je urzeczywistnić.

Wyobraźmy sobie teraz, że w wieku szesnastu lat zapalałeś miłością do literatury. Zawsze byłeś osobą pochłaniającą książki jedna za drugą, a gdy dojrzałeś i naprawdę zaczynałeś rozumieć całą elegancję i siłę słowa pisanego, zdecydowałeś, że chcesz zostać zawodowym pisarzem.

Kiedy podzieliłeś się swoim marzeniem z ojcem, odpowiedział, że jesteś niepraktyczny, i że jeśli chcesz dojść do czegoś w życiu,

lepiej żebyś wybrał bardziej opłacalną i praktyczną ścieżkę kariery. Bardzo niechętnie się zgodziłeś i zamiast tego zdobyłeś stopień naukowy, studiując biznes.

W rezultacie tych warunkujących cię doświadczeń, ilekroć już jako osoba dorosła pomyślisz o pójściu za swoją pasją, o byciu twórczym i spełnieniu swoich potrzeb kreatywności, tłumisz te pragnienia. Czasami myślisz o tym, że będziesz pisał, kiedy przejdziesz na emeryturę. W codziennym życiu odmawiasz sobie jednak obdarowania się spełnieniem i rozwijaniem pełni swojej kreatywności.

Przez całe życie skutecznie opowiadasz sobie historię o tym, kim jesteś – o tym, co jesteś lub nie jesteś w stanie robić, co mieć i na co zasługujesz. Powyższy przykład opisuje człowieka, który nie stawia na pierwszym miejscu swojej ekspresji twórczej i zgodnie z tym przekonaniem przeżywa swoje życie.

Taka jest siła opowieści. Słowa, które wypowiadamy do siebie pomagają nam tworzyć naszą życiową historię na wielu różnych poziomach.

Czytając tę książkę, natkniesz się na nowe słownictwo, które możesz wykorzystać do opowiedzenia na nowo historii swojego życia. Ponadto z pomocą swojego wykresu Human Design nauczysz się tego, jak na nowo napisać swoją historię w taki sposób, który odzwierciedla *prawdziwą* historię tego, kim naprawdę jesteś. Historię, która przedstawia tę wyjątkową, żywotną rolę, w której nikt nie może cię zastąpić i którą tylko *ty* możesz odegrać w tym świecie.

Kreatywności, jako przykładu, użyłam z kilku powodów. Po pierwsze: wielu z nas doświadczyło takiego ograniczającego swobodę warunkowania w stosunku do własnej kreatywności. Po drugie: w tej książce skorzystasz z radosnego i bardzo swobodnego procesu twórczego podczas pisania na nowo swojej osobistej opowieści.

Ćwiczenia, które tu znajdziesz, wesprą cię w wydobywaniu odpowiedzi z prawej części mózgu, pomagając ci wyrwać się ze starych, uwarunkowanych sposobów myślenia o sobie.

Zmiana własnego umysłu nie jest prosta – mózg rozwinął się tak, aby być wybitnie skutecznym organem. W czasie, w którym już zaczniesz wielokrotnie myśleć o albo opowiadać sobie jakąś historię, twój mózg zaczyna budować szlak bodźców nerwowych, którym mogą podążać nerwy, biegnąc za słabo uświadamianymi lub kompletnie nieświadomymi myślami. Ten szlak pozwala mózgowi w łatwy sposób stale przekazywać do umysłu tę opowieść, nawet nieświadomie, aż stanie się ona częścią twojej tożsamości.

To również wyjaśnia fakt, dlaczego tak trudno pozbyć się jakiegoś nawyku lub stworzyć nowy – ponieważ stare przyzwyczajenie stało się szlakiem bodźców nerwowych, do którego mózg tak łatwo powraca. Chcąc pozbyć się tego zwyczaju albo stworzyć nowy, musisz zbudować nowy szlak, aby następny nawyk mógł się zakorzenić. Przeprogramowanie mózgu wymaga czasu i powtarzania.

Skoro jesteśmy przy temacie szlaku bodźców nerwowych, jest to dobry moment na powiedzenie czegoś więcej o biologii mózgu. Jak zapewne wiesz, mózg składa się z dwóch półkul, z prawej i lewej, a każda półkula powiązana jest z odmiennymi procesami neurologicznymi.

Lewa półkula mózgu odpowiada za język, logikę i mierzenie czasu. To dzięki lewej półkuli mózgu przewidujemy przyszłość bazując na naszym zrozumieniu wzorców z przeszłości – na tym właśnie zbudowana jest nauka. Jeżeli określone eksperymenty stale dają nam przewidywany wynik, ze spokojem możemy uznać, że ten wzorec jest prawdziwy i że na ogół możemy na nim polegać, chcąc uzyskać określony przewidywalny rezultat.

Lewa półkula mózgu powiązana jest również ze strachem i zwątpieniem, mechanizmami obronnymi powodującymi, że stajemy się sceptyczni i niechętni zmianom, a to z kolei sposób, w jaki chronimy się przed tym, co nieznanne oraz przed potencjalnie niebezpiecznymi rzeczami.

Prawa półkula mózgu powiązana jest z szeroką perspektywą. Myślenie holistyczne, emocje, sygnały ze strony intuicji i tradycyjne sztuki kreacyjne kształtują się właśnie tutaj. Ta część mózgu nie jest zainteresowana logiką ani przewidywaniem i z tego powodu uważa się, że jest to duch myśli łamiących schematy.

Kreatywność, łącznie z kreatywnymi opowiadaniem, również jest powiązana z prawą stroną mózgu. Za każdym razem, gdy świadomie opowiadasz sobie nowe historie na swój temat, nie tylko uzyskujesz dostęp do dziecięcej strony swojego mózgu, która jest otwarta na uczenie się nowych idei i wartości, sięgasz również do zasobów tej emocjonalnej, intuicyjnej strony twojego mózgu, aby użyć opowieści do wyrwania się ze starych wzorców i wytyczyć nową drogę w życiu.

Nowa opowieść poszerza twój umysł, dzięki czemu można myśleć o nowych możliwościach i pójść w innych niż dotychczas kierunkach. Pożytek płynący ze skutecznych opowieści jest dobrze udokumentowany. Każdy, począwszy od sportowców biorących udział w olimpiadach, aż po przedsiębiorców odnoszących olbrzymie sukcesy – każdy, kto jest najlepszym graczem w swojej lidze – wie, co oznacza dla niego sukces, czy to w szerszej perspektywie, czy w małej skali. Udoskonala on tę wizję samego siebie i skupia się na niej, żyjąc tą historią. Celem opowiedzenia nowej historii, którą stale możesz udoskonalać w ciągu życia, jest napisanie jej jako jasnej wizji twórczej. W ten sposób twoja nowa opowieść może się stać praktycznym i potężnym narzędziem, które działa na twoją korzyść.

Zaczynamy

Pragnąc rozpocząć podróż ze swoim Human Design, potrzebny będzie twój osobisty wykres Human Design. Zwróć uwagę na to, że jest kilka stron internetowych, na których możesz otrzymać swój wykres, ale mogą pojawić się pewne trudności w dopasowaniu go do tego, co odnajdziesz w tej książce. Niektóre wykresy z innych platform wyglądają nieco inaczej, a czasami może też być użyty inny język niż terminologia, jaką znajdziesz w tej książce. Inne platformy mogą wprawdzie oferować dokładne wykresy, ale możesz być pewien, że wykres uzyskany na mojej stronie jest dokładny i darmowy. Mając na celu jak najpełniejsze skorzystanie z tej książki, trzeba wygenerować swój wykres Human Design z tej strony: www.humandesignworkbook.com. Chcąc otrzymać swój osobisty wykres, musisz podać datę, godzinę i miejsce urodzenia. Następnie pobierz swój wykres, żeby być gotowym do pracy z kolejnymi rozdziałami.

Uwaga: Pamiętaj o tym, że wiele terminów z wykresu Human Design może mieć zamienne nazwy; jest to wyjaśnione i zilustrowane w książce.

Podczas czytania kolejnych stron skorzystaj ze swojego wykresu Human Design, by móc lepiej interpretować swoją aktualną opowieść, jak również wydobyć opowieść o tym, kim naprawdę jesteś.

W celu rozpoczęcia procesu pisania na nowo swojej historii, musisz chcieć stać się świadomym tych starych opowieści, które sobie opowiadasz – twojego uwarunkowania. Celem tego stanu rzeczy nie jest wprawienie cię w złe samopoczucie czy rozdrapywanie starych ran, ale jak w przypadku wielu rzeczy w życiu – musisz wiedzieć, na czym teraz stoisz, żeby móc samemu wytyczyć nowy kierunek.

Jestem wielką fanką pisania dziennika, ponieważ spisywanie tego, co się dzieje, może wesprzeć mózg w skuteczniejszym

budowaniu nowych szlaków neuronowych. W tym celu każdy rozdział zawiera pytania do rozważenia i wskazówki pomocne w prowadzeniu dziennika, dzięki czemu łatwiej będzie zagłębić się w swoją starą opowieść – i zacząć tworzyć nową, bazując na tym, co zobaczysz w swoim wykresie Human Design. Będziesz pracować z różnymi pytaniami odnoszącymi się do poszczególnych części wykresu, a odpowiedzi na nie ostatecznie połączą się, tworząc twoje Oświadczenie o Celu Życia Human Design.

Ten potężny proces tworczy rozwijania twojej opowieści aż do tego momentu i budowania nowej historii może wymagać kilku tygodni, zanim się zakończy. Daj sobie wystarczającą ilość czasu, aby proces ten był przemyślany i celowy. Pomimo tego, że wypełnisz swoje Oświadczenie o Celu Życia korzystając z informacji uzyskanych z tej książki, zachęcam cię do zmiany słownictwa, jeśli to konieczne, aby oświadczenie to było naprawdę twoje.

Słowa mają moc – tworzą i budują. Historia, jaką opowiesz o samym sobie, nadaje twojemu życiu ton i kierunek. Proces świadomego wytwarzania swojego Oświadczenia o Celu Życia jest początkiem zrozumienia, kim naprawdę jesteś i wyrastania ponad wszelkie życiowe uwarunkowania, które stanęły na drodze wyrażania twojego niepowtarzalnego „ja”.

Chcę również wyraźnie podkreślić, że tu nie ma dobrych i złych odpowiedzi. Zaangażuj się w ten proces bez osądzania. Zwróć uwagę na każdą myśl, jaka może dotyczyć tego procesu, aby naszkicować opowieść, która jest żywa i ciekawa. Tego rodzaju uważność przekieruje cię we właściwą stronę i pozwoli ci się zakotwiczyć, nawet jeśli nie wydaje ci się, żeby twoje obecne życie było powiązane z twoim autentycznym „ja”. Proces pisania na nowo swojej historii jest wielkim krokiem w kierunku budowania bardziej autentycznego życia.

Jeśli utkniesz w jakimś miejscu, zachęcam cię do zrobienia przerwy. Idź się bawić. Idź na spacer. Zrób cokolwiek, co na jakiś czas odciągnie umysł od tej pracy. Jest mnóstwo rzeczy do rozważenia, a to wymaga czasu.

W przypadku niektórych ludzi słowa początkowo mogą nie płynąć swobodnie podczas pisania opowieści. Jeśli tak się stanie, możesz próbować przerobić ten proces w projekt artystyczny, fikcyjną historię lub nawet w wiersz. Wiele osób przechodząc przez ten proces decyduje się na łączenie wielu różnych wyrazów kreatywności. Jedna z osób zamieniła nawet swoje Oświadczenie o Celu Życia w sztukę!

Jakie jest sedno sprawy? To twoja opowieść. Ty nią rządysz i ty masz ją napisać. To prawdziwa opowieść, którą czułeś w swoim sercu przez całe życie. To opowieść o osobie, którą masz nadzieję stać się w tym życiu. Delektuj się tym procesem i potraktuj go jak uświęcone odzyskiwanie swojego wspaniałego *ja!*

Zanim dojdiesz do końca tej książki, napiszesz swoją nową historię i swoje Oświadczenie o Celu Życia. Zachęcam cię, abyś je rozwinął, korzystając z własnych doświadczeń i słownictwa, aby utkać coś, co doda ci sił oraz zainspiruje cię, a także da ci coś, do czego możesz dążyć. Kiedy już uznasz, że twoje Oświadczenie o Celu Życia jest gotowe i poprawne, zachęcam cię do wydrukowania go na ładnym papierze, a nawet do oprawienia go. Do swojej codziennej praktyki powinieneś włączyć czytanie go. (Sama, zanim rozpocznę dzień, lubię codziennie rano czytać swoje oświadczenie!).

Rozdział 3

PROFILE

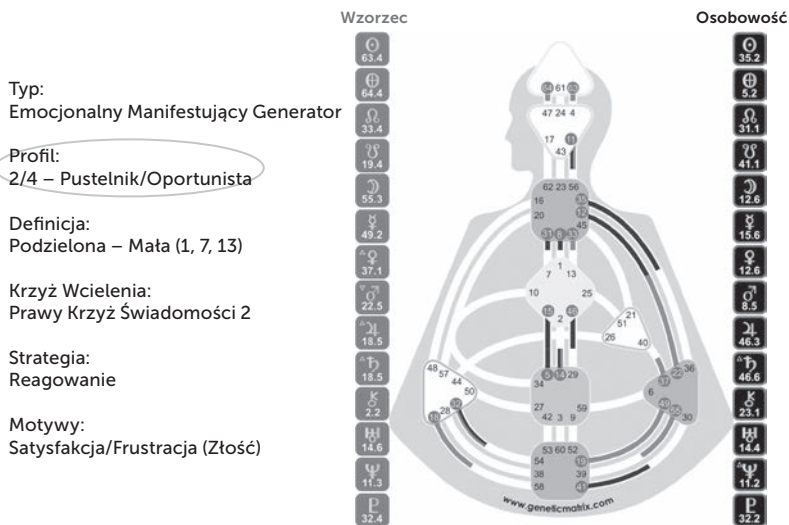
Podczas gdy twój Typ daje ci ogólny zarys twoich kluczowych mocnych stron i Strategii pomocnej w spełnianiu swoich marzeń i uczestniczeniu w życiu w najlepszy możliwy sposób, twój Profil mówi ci o głównych motywach życiowych, jakie będziesz napotykać w swojej podróży przez świat. W ten sposób Profile obrazują nieco odmienny sposób, w jaki twoja osobowość współdziała z nurtem życia. Mówiąc inaczej, twój Typ może być rozumiany jako twój charakter, a Profil oznacza twoją rolę w tym życiu. Poznanie swojego Profilu może pomóc ci w wypełnieniu celu życiowego.

Twój Profil pomaga ci zrozumieć twój styl uczenia się, czego potrzebujesz, aby czuć się pewnie podejmując decyzje, jak odnosisz się do siebie i do innych oraz jak dzielisz się swoimi darami ze światem.

W systemie Human Design istnieje dwanaście różnych Profili osobowości.

Twój Profil wygląda jak ułamek twojego wykresu Human Design (patrz Ilustracja 33). Każda liczba reprezentuje określone motywy archetypiczne, które mają wpływ na twoje doświadczenie świata. Te liczby informują cię o tym, co jest niezbędne, abyś czuł się pewny siebie i silny, podejmując dobre decyzje i stwarzając życie, które kochasz.

Pierwsza liczba pokazuje, jak dzielisz się swoimi darami ze światem. Druga liczba pokazuje, czego potrzebujesz, aby czuć się bezpiecznym i ugruntowanym, zanim będziesz mógł dzielić się swoimi darami. Te dwie liczby działają w złączeniu ze sobą.



Ilustracja 33. Profil na wykresie Human Design.

Potrzeby obydwu motywów archetypowych w twoim Profilu muszą być przez siebie zaspokojone, abyś czuł się w zgodzie ze swoim życiem i własnymi wyborami.

Human Design pokazuje nam, że rozwój często wymaga doskonalenia się w czasie trudności i znajdowania sposobów zharmonizowania różnych, odmiennych części siebie. Wiele motywów archetypowych związanych z tymi dwiema liniami Profilu stanowią zagadkę – dwa odmienne motywy energetyczne, które wydają się być ze sobą w sprzeczności. To poprzez znalezienie sposobów pracy z tymi dwoma motywami swojego życia możesz zwiększyć swoją samokontrolę, odporność i samoakceptację.

Żyjąc najwyższym wyrazem tych dwóch linii swojego Profilu, dostrzeżesz, że te dwa archetypy mogą się uzupełniać i wspierać cię w wypełnianiu swojego celu życiowego.

Sześć Linii Profili

Sześć linii Profili Śledczego, Pustelnika, Uczącego się przez Doświadczenie, Oportunisty, Nauczyciela i Wzoru do Naśladowania są obecne w każdym z dwunastu Profili (patrz Ilustracja 34).



Ilustracja 34. Dwanaście Profili z Sześcioma Liniami Profili

Zróbmy przegląd podstawowych definicji każdego z nich:

Linia 1: Śledczy potrzebuje informacji i czuje się bezpiecznie, gdy zbierze wystarczającą ilość danych.

Linia 2: Pustelnik potrzebuje czasu w samotności, by przerebić doświadczenia i zresetować swoją energię. Linia 2 Profilu potrzebuje przestrzeni, aby czuć się dobrze i być ugruntowanym. Gdy Pustelnicy spędzili już czas w samotności, inni ludzie zaczynają odczuwać, że są już gotowi, aby zaprosić ich do ponownego przyłączenia się do części wspólnoty.

Linia 3: Uczący się przez Doświadczenie musi eksperymentować ze swoimi pomysłami i mieć pozwolenie na to, by popełniać błędy nie będąc osądzanym.

Linia 4: Oportunista buduje podstawy przyjaźni i potrzebuje sieci znajomości, jak również dzielenia się. Chcąc czuć się bezpiecznie, musi wiedzieć, co będzie następane i musi się przygotować.

Linia 5: Nauczyciel uczy wszystkiego, czego doświadcza w życiu. Jest karmicznym zwierciadłem i często widzi w ludziach to, co najlepsze, jak również ich potencjał. To właśnie dzięki związkom z Linią 5 w Profilu ludzie odkrywają, co najbardziej potrzebuje w nich uzdrowienia i jak mogą zrealizować swój potencjał. Pragnąc czuć się bezpiecznie, muszą ufać, że zobaczysz w nich tę prawdę, a czasami, gdy spotykasz ich po raz pierwszy, ukrywają prawdę o sobie bardzo głęboko.

Linia 6: Wzór do Naśladowania dosłownie prezentuje innym, czym chce się dzielić ze światem i musi czuć, że to, w czym uczestniczy, jest warte jego wysiłku, by znaleźć w życiu znaczenie i energię. Przechodzi przez trzy odrębne fazy życiowe: fazę młodości charakteryzującą się eksperymentowaniem

i uczeniem się na doświadczeniu; długi cykl leczenia się, rozwoju i uczenia się; i cykl życia według tego, czego się nauczył.

A teraz uważniej przyjrzyjmy się każdemu z tych archetypów.

Linia 1: Śledczy

Oto cechy obecne w Linii 1 Profili:

Cel: Być dla innych źródłem wiedzy, danych i informacji.

Potrzeby: Mieć wystarczająco dużo informacji, by podejmować dobre decyzje.

Napęd: Ciekawość.

Lęk: Lęk przed tym, że nie wie się wystarczająco dużo albo lęk przed nieznanym.

Wyzwanie: Nie pozwolić, aby strach przed nieznanym powstrzymał rozwój osobisty lub ewolucję; nauczyć się ufać, że wiedza przyjdzie, gdy nadejdzie właściwy czas.

Mistrzostwo: Podążanie za ciekawością i badanie informacji, budowanie podstaw wiedzy, którą można się dzielić z innymi.

Kiedy nie jest w równowadze: Możesz nie potrafić podejmować decyzji i dokonywać wyborów, pochłonięty analizowaniem informacji. Możesz pozwolić, żeby lęk przed nieznanym sparaliżował twój pęd do przodu.

Energia Linii 1 polega na posiadaniu wystarczającej wiedzy, aby czuć, że masz wystarczająco dużo informacji, by pewnie iść do przodu. Jeśli masz w swoim Profilu Linie 1, jesteś ciekawy. Internet został stworzony dla ciebie, a twoją ulubioną czynnością, jest dociekanie.

Śledczy pyta o wszystko. Chce wiedzieć kto, jak i dlaczego. Przed podjęciem decyzji musi wiedzieć najwięcej jak to możliwe. Jeśli na przykład wybierasz się w podróż, lubisz mieć plan i być może kilka przewodników po regionie, do którego podróżujesz (a które przeczytałeś już wiele razy).

Wiedza zapewnia bezpieczeństwo Profilom z Linią 1. Im więcej wiesz, tym bardziej wydaje ci się, że potrafisz się zaadaptować do wszystkiego, co cię spotyka. Jeśli w swoim życiu mierzysz się z dużymi zmianami, takimi jak przeprowadzka do nowego miejsca lub kupno domu, musisz mieć poczucie, że zbadałeś każdy aspekt tej decyzji, aby mieć pewność, że wiesz, czego się spodziewać.

Ostatecznie celem twojej ciekawskiej natury jest zrozumienie wszystkiego wystarczająco dobrze, by móc dzielić się z innymi tym, czego się nauczyłeś. Jesteś źródłem wiedzy dla swoich przyjaciół i rodziny, ponieważ zbadałeś wszystkie opcje.

Profile z Linią 1 boją się, że nie wiedzą wystarczająco dużo i boją się nieznanego. Jeśli masz Linię 1, twoja potrzeba informacji może czasami utrudniać ci bycie spontanicznym albo podejmowanie szybkich decyzji w danej chwili. Jeśli czujesz, że nie masz wystarczających informacji, może to sprawić, że poczujesz się bardzo niekomfortowo.

Jeśli najpierw nie otrzymasz informacji, nie jesteś w stanie zafać swoim przecuciom. Ważne jest, aby zrozumieć, że potrzeba informacji nie jest wadą; jest sposobem, w jaki Śledczy idzie przez świat i podejmuje dobre decyzje. Bycie spontanicznym niekoniecznie jest czymś zdrowym, jeśli uprzednio nie masz podstawy w postaci informacji.

Kontemplacja

- Jak sobie radzisz ze strachem przed nieznanym?
- Czy pozwalasz, aby twoje lęki powstrzymały cię przed pójściem naprzód?

Afirmacja

Jestem dla innych źródłem informacji. Moja głęboka wiedza i badania dają mi pewność, że potrafię konstruować rozwiązania trudności, które przede mną stoją. Daję sobie wystarczająco dużo czasu, aby zgłębić moją ciekawość i zebrać wnikliwie informacje, których potrzebuję, żeby dokonać świadomego wyboru. Ufam, że głębia mojego zrozumienia pomoże mi wiedzieć to, co muszę wiedzieć w czasie, kiedy muszę to wiedzieć, i odprężam się ufając mojej wewnętrznej bazie danych.

Linia 2: Pustelnik

Oto cechy obecne w Linii 2 Profili:

Cel: Integrowanie wiedzy, energii i mądrości, a następnie czekanie na wezwanie przez innych do dzielenia się tą mądrością.

Potrzeby: Czas spędzony w samotności na odpoczynku, przetwarzaniu doświadczeń i regeneracji, aby być gotowym, gdy nadejdzie czas dzielenia się.

Napęd: Opanowanie równowagi między czasem spędzonym w samotności a czasem spędzonym z innymi.

Lęk: Zniknięcie i bycie odizolowanym.

Wyzwanie: Zrównoważenie potrzeby samoodnowy z potrzebą służenia światu.

Mistrzostwo: Zintegrowanie potrzeby posiadania czasu tylko dla siebie z integracją i wiedzą, kiedy odpowiedzieć na potrzeby innych; znalezienie równowagi między wycofaniem się a odpowiadaniem światu.

Kiedy nie jest w równowadze: Za bardzo wycofuje się z życia lub wypala się.

Energia Linii 2 dotyczy potrzeby spędzania dużej ilości czasu w samotności, aby przetworzyć doświadczenia i przygotować się na to, co przyniesie życie. Rezygnacja z tego może prowadzić do uczucia przytłoczenia i nadmiernego pobudzenia.

Energia Linii 2 w Profilu oznacza, że jest on bardzo wrażliwy. Jako Profil z Linią 2 jesteś stworzony do odpowiadania na potrzeby innych. Twoja energia sprawia, że jesteś świadomy energii innych, dzięki czemu jesteś gotowy dać im to, czego potrzebują, gdy o to poproszą. Ten ciągły stan dostrojenia do potrzeb innych wymaga, abyś miał niezbędny czas na spędzenie go w samotności, żeby odbudować swoją energię i przygotować się do tego, co będzie dalej.

Wyzwaniem jest niewycofywanie się na zbyt długo. Możesz ogromnie tęsknić za udaniem się do pustelni z dala od innych i fantazjować o tym. Jest w tym jednak pewna ironia, ponieważ kiedy tylko poczujesz się wystarczająco wypoczęty, to prawie tak, jakby twoja aura sygnalizowała światu, że jesteś gotowy na to, co będzie dalej. Inni to wyczuwają i wywołują cię z powrotem do świata, byś ponownie mu służył. To wezwanie lub poczucie obowiązku, żeby dawać innym może czasami sprawić, że nie znajdujesz czasu, którego potrzebujesz, na samotność co prowadzi cię do wypalenia i urazy. Sztuka opanowania swojego Profilu z Linią 2 polega na znalezieniu właściwej równowagi między dbaniem o siebie, odnową i wychodzeniem do świata, żeby wywierać wpływ. Musisz się nauczyć, jak to wszystko robić.

Kontemplacja

- Jaka jest twoja Strategia na samoodnowę? Czego potrzebujesz, żeby znaleźć czas dla siebie?
- Ukrywasz się? Czy unikasz życia zgodnego z twoim przeznaczeniem? Czy są jakieś odważne kroki, które musisz podjąć, aby podzielić się sobą ze światem?

Afirmacja

Jestem stworzony w wyjątkowy sposób, aby odpowiadać na potrzeby innych. Wyczuwam i czuję, czego potrzebują, więc daję im siebie oraz swobodnie się sobą dzielę. Abym mógł służyć światu na najwyższym poziomie, potrzebuję czasu dla siebie na naładowanie się i zintegrowanie. Pielęgnuję siebie jako istotny aspekt wzmacniania mojej zdolności do dawania siebie innym. Ufam, że kiedy się wycofam i otoczę siebie opieką, inni mnie wezwą, gdy nadejdzie czas na ponowne słuzenie światu. Kiedy zostanę wezwany, będę mieć zasoby, których potrzebuję, by móc dzielić się ze światem, ponieważ najpierw uzupełniłem swoją esencję.

Linia 3: Uczący się przez Doświadczenie

Oto cechy obecne w Linii 3 Profili:

Cel: Odkrywanie i doświadczanie różnych możliwości oraz dzielenie się tymi doświadczeniami z innymi, aby ich chronić i służyć im.

Potrzeby: Eksperymentowanie i próbowanie różnych rzeczy.

Napęd: Próbowanie różnych rzeczy, aby zobaczyć, co działa, a co nie; odkrywanie, jak ulepszyć rzeczy na podstawie doświadczenia.

Lęk: Porażka.

Wyzwanie: Pozwalanie na eksperymentowanie i eksplorowanie w celu odkrycia, co działa (a co nie); przezwyciężanie strachu przed porażką.

Mistrzostwo: Eksperymentowanie i eksplorowanie bez obaw, żeby odkryć, co działa najlepiej; zrozumienie, że błędy są po prostu częścią procesu uczenia się, a doskonałość osiąga się poprzez eksperymentowanie.

Kiedy nie jest w równowadze: Nie podejmuje się nowych działań z obawy przed porażką; osądza siebie za popełnienie zbyt wielu błędów.

Mantrą Linii 3 w Profilach jest *spróbowanie wszystkiego*. Z Linia 3 w Profilu naturą twojej energii jest potrzeba doświadczenia czegoś, zanim naprawdę będziesz mógł to zrozumieć.

Linia 3 w profilu oznacza tych, którzy uczą się na podstawie doświadczeń. Twoim darem jest wiedzieć, co działa, a co nie, bazując na twoim doświadczeniu. Twoja energia jest dla świata ogromnym zasobem, jako że dzielisz się tym, co wiesz, bazując na własnych próbach i dociekaniach.

Twoim wyzwaniem jest nie osądzać własnych doświadczeń i badań, uznając je za porażki. W świecie, który oczekuje doskonałości, łatwo jest poczuć się tak, jakbyś stale nawałał. Jako dziecko mogłeś zostawić za sobą ślady doświadczeń, które zwyczajnie nie dorastały do oczekiwań innych ludzi i ich wyobrażeń na temat sukcesu. Lęk przed niespełnieniem takich oczekiwań może często sprawić, że zaniechasz próbowania nowych rzeczy i wyeliminujesz swoją potrzebę dociekania. Jednak jeżeli pozwolisz, żeby ten lęk przed porażką cię zatrzymał, wyeliminujesz tym samym żywotną część swojej osobowości.

Jesteś tu po to, żeby eksperymentować, badać i przesuwac granice tego, co możliwe. Nie zawsze uda ci się zrobić coś dobrze za pierwszym razem. Stale coś jednak zgłębiając i eksperymentując, możesz stać się ekspertem, rozumiejąc, jak rozwiązać problem danego doświadczenia oraz znaleźć najlepszy sposób na to, żeby wszystko działało jak powinno.

Twoje doświadczenie napęlnia cię wiedzą i mądrością, którymi możesz się dzielić. Dzięki twoim dociekaniom inni otrzymują informacje, których potrzebują, by dokonywać skutecznych

i świadomych wyborów. Ponadto nie muszą biedzić się nad eliminowaniem błędów, ponieważ ty już to za nich zrobiłeś!

Kontemplacja

- Czy pozwalasz sobie na próbowanie nowych rzeczy? Jak się czujesz, kiedy za pierwszym razem nie wszystko idzie dobrze? Czy osądzasz siebie, czy może pozwalasz sobie kontynuować pracę, aż znajdziesz dobre rozwiązanie?
- Jak ludzie reagowali w przeszłości na twój kreatywny proces? Czy przeszłe krytyczne oceny ze strony innych sprawiły, że nie masz śmiałości próbować teraz czegoś nowego?
- Jak wyglądałoby twoje życie, gdybyś pozwolił sobie na kierowanie się swoją nieustającą ciekawością i potrzebą dociekania?

Afirmacja

Jestem badaczem. Moja ciekawość inspiruje mnie do próbowania różnych rzeczy. Moje doświadczenia uczą mnie, co działa, a co nie. Jestem ekspertem, który ma wiedzę na temat wielu rzeczy, bazując na moich eksperymentach i dociekaniach. Nigdy w życiu nie popełniłem błędu. Wszystkie moje nieudane eksperymenty są po prostu okazjami, abym odkrył, jak uczynić dany proces bardziej efektywnym i wydajnym. Jestem dla innych kopalnią wiedzy. Korzystam ze swoich doświadczeń, żeby pomóc innym wiedzieć, co robić.

Linia 4: Oportunistą

Oto cechy obecne w Linii 4 Profili:

Cel: Budować i stać się częścią społeczności w celu przygotowania sposobu dzielenia się pomysłami i rozprzestrzeniania idei.

Potrzeby: Stabilność i konsekwencja.

Napęd: Zbudować wsparcie i okazje niezbędne do tego, żeby być przygotowanym na każdą sytuację, która może się pojawić; zawsze mieć gotowy plan awaryjny, tak na wszelki wypadek.

Lęk: Lęk przed stratą i zastojem.

Wyzwanie: Nauczenie się poruszania w tym, co nieoczekiwane z zaufaniem, chęcią i łatwością; przekonanie, że w odpowiednim czasie wiedza sama się pojawi.

Mistrzostwo: Wiedza o tym, jak dokonać zmiany; gotowość na przyszłość; wykorzystywanie kontaktów i przyjaźni do budowania sieci możliwości osobistych i dla innych; i bycie duchem informacji.

Kiedy nie jest w równowadze: Pozwolenie, aby strach przed brakiem wiedzy i stratą stał się obeszwałniający; obawa przed dokonaniem lub mierzeniem się ze zmianą.

Energia Linii 4 w Profilu wymaga stabilności wiedzy o tym, jakimi kolejnymi zmianami w życiu należy się zająć. Czasami Linia 4 Profilu określana jest jako Oportunistą, lecz nie jesteś oportunistą w negatywnym znaczeniu, o jakim większość ludzi myśli. Po prostu chcesz znać szczegóły dotyczące tego, co następnego przygotować w procesie zmiany i transformacji, aby czuć się z tym dobrze.

Jeżeli masz w Profilu Linię 4, to znaczy, że nie lubisz rezygnować z pracy, dopóki nie znajdziesz sobie następnej. Nie chcesz się przeprowadzać ani sprzedawać domu, dopóki nie będziesz wiedział, gdzie będziesz potem mieszkał. Bycie w stanie zawieszenia może być dla ciebie bardzo rozstrajające. Z tego powodu osoby mające w Profilu Linię 4 zwykle są ekspertami w nieustannym tworzeniu planów awaryjnych, żeby być gotowym na każdą niespodziewaną zmianę w życiu.

Darem związanym z posiadaniem w Profilu Linii 4 jest stabilność. Jesteś godny zaufania, twoje związki są bardzo mocne, i celowo wprowadzasz zmiany, mając przy tym mnóstwo zaplanowanych rzeczy i rozwiązanych problemów, zanim uruchomisz działanie. Ludzie polegają na tobie i często jesteś tym, do którego zwracają się po wsparcie i zachętę. Jesteś również często źródłem informacji dla przyjaciół i rodziny, ponieważ jesteś zawsze przygotowany na kolejną potencjalną okazję – albo katastrofę.

Wiedza o tym, komu i czemu można zaufać, jest niezbędną dla Linii energetycznej 4. Czujesz się bezpieczny i pewny siebie, gdy otaczają cię ludzie, których znasz i którym możesz zaufać. Twoje przyjaźnie trwają bardzo długo.

Nie można wечно unikać nagłej, nieoczekiwanej zmiany, gdyż jest ona częścią życia. Wyzwaniem dla Linii 4 Profilu jest nauczenie się, jak z chęcią radzić sobie ze zmianą, nawet jeśli nie wiesz, co będzie po niej. Częścią twojej życiowej lekcji jest nauczenie się płynięcia z nurtem zmiany bez konieczności posiadania odpowiedzi, których tak pragniesz i nie lękanie się procesu zmiany i transformacji.

Twoja zdolność do bycia przygotowanym na każdą sytuację, zmianę i okoliczność czynią cię osobą bardzo łatwo adaptującą się i zdolną do kierowania zmianą z łatwością i chęcią.

Kontemplacja

- Jak kierujesz zmianą? Czy ufasz procesowi? Czy z chęcią dokonujesz zmian? Jaki jest twój proces dokonywania zmian w życiu?
- Jakiego rodzaju stabilności potrzebujesz, żeby czuć się pewnym w swoim życiu? Czy masz podstawy, których potrzebujesz? Czy potrzebujesz wzmocnić te fundamenty?
- Którym ludziom ufasz? Czemu ufasz? Co musisz zrobić, aby pogłębić swoje relacje i swoje zaufanie?

Rozdział 4

CENTRA ENERGETYCZNE

Niepowtarzalna konfiguracja twoich Centrów jest analogiczna do planu elektrycznego okablowania twojego domu. Podczas budowy lub przebudowy twojego domu, elektrycy działali zgodnie z planem domu, aby położyć kable tak, żeby doprowadzić energię do każdego z pomieszczeń. Plan pokazuje, ile energii przepływa do każdego z miejsc i gdzie zamontować gniazdka elektryczne.

Na planie nie jest wyrysowane, co masz do tych gniazdek podłączać i jak masz używać elektryczności w kuchni. Elektrycy raczej nie będą wiedzieć, czy masz zamiar podłączyć do gniazdka blender czy mini piekarnik.

Twój wykres Human Design jest jak projekt montażu elektryczności. Centra są jak gniazdka elektryczne. Sam projekt pokazuje ci, jak przepływa energia, lecz to od ciebie zależy odkrycie, co masz zamiar tam podłączyć i jak wykorzystać ten wykres.

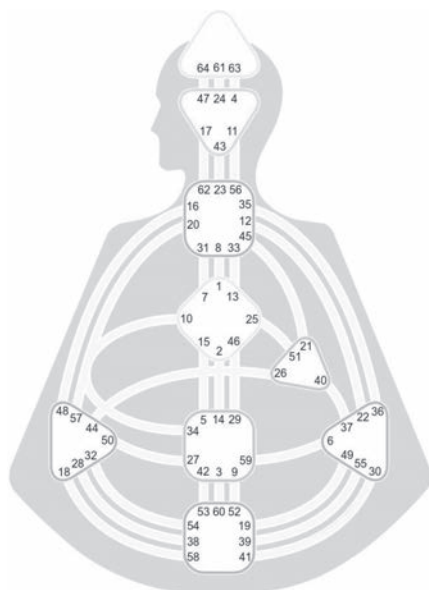
Centra Zdefiniowane

Jak wspomniałam w Rozdziale 1, twoje Centra Energetyczne mogą być Zdefiniowane lub Niezdefiniowane. Kiedy w twoim wykresie Human Design są one pokolorowane, to znaczy że są

Zdefiniowane, co oznacza, że przez cały czasnosisz doświadczenie tej energii. Centra Zdefiniowane to taka część twojej osobistej historii, którą zgłębiasz, o której się uczysz, i którą w końcu dzielisz się ze światem, bo stanowi część twojego życiowego programu. Twoje Zdefiniowane Centra stanowią część tego, czym masz się podzielić ze światem, bo po to tu jesteś.

Które z twoich Centrów są Zdefiniowane? Spisz je tutaj, a następnie pokoloruj na Ilustracji 35.

Centra Niezdefiniowane



Ilustracja 35. Pusty wykres Human Design.

Centra Otwarte albo Niezdefiniowane w wykresie Human Design są białe. Tam, gdzie występuje Otwartość w twoim wykresie,

absorbujesz energię od innych. Jednak to nie jest tak, że po prostu wchłaniasz tę energię; ty ją wzmacniasz.

W związku z tym, że Otwartości doświadczasz ze świata zewnętrznego, te energie zawsze są niestałe – i błędnie możesz uważać, że one należą do ciebie, zamiast do innych. Im więcej masz na wykresie tej Otwartości, tym bardziej jesteś wrażliwy, i tym większa będzie twoja świadomość potencjału ludzkiego doświadczenia.

Centra Otwarte tworzą przewidywalne motywy zachowań. Czasami te motywy sprawiają, że wchodzisz w nieskuteczne wzorce i nawyki, co uniemożliwia ci przyjęcie mądrości, którą daje ci twoja Otwartość. Motywy te mogą być również powodem tego, że z powodu stresu źle się zachowujesz, co nie harmonizuje z twoim prawdziwym *ja*.

Które z twoich Centrów jest Niezdefiniowane? Wypisz je tutaj.

A teraz omówmy same Centra.

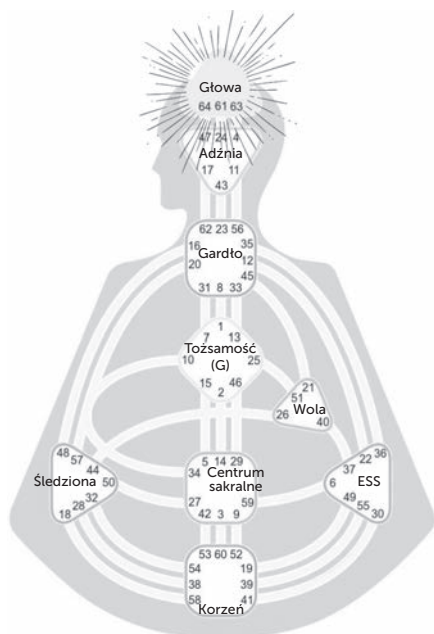
Centrum energetyczne Głowy

Centrum Głowy to Centrum idei i inspiracji. To Centrum kieruje ziarnami idei, iskrami ciekawości i objawień, które zachęcają nas do próby obmyślenia, jak przekształcić pomysły w rzeczywistość.

Wyższym celem Centrum Głowy jest wykorzystanie inspiracji to tworzenia idei. Nasze rozmyślania i inspiracje nie są stworzone po to, by działać zgodnie z nimi, lecz żeby wykorzystać je do utrzymywania nas w stanie natchnienia, przygotowując jednocześnie do zgłębiania rzeczywistości zewnętrznej z ciekawością i obecnością.

Centrum to jest powiązane z czakrą korony, która reprezentuje powiązanie *ja* ludzkiego z wyższym *ja*.

Zdefiniowane Centrum Głowy



Ilustracja 36. Zdefiniowane Centrum Głowy.

Jeżeli twoje Centrum Głowy jest Zdefiniowane (patrz Ilustracja 36), na wykresie będzie pokolorowane na żółto. Jeśli jest ono właśnie Zdefiniowanym, to twoim celem życiowym jest częściowo inspirowanie innych. Nie jest to jednak coś, co robisz aktywnie; po prostu niesiesz w sobie energię, która zachęca innych.

Wyzwanie

Nie ma żadnego wyzwania związanego ze Zdefiniowanym Centrum Głowy. Bądź jednak świadomy swojej energii mentalnej ze względu na wpływ, jaki wywiera na innych.

Kontemplacja

- Jakie praktyki mógłbyś uprawiać, aby wesprzeć optymistyczny i inspirujący sposób myślenia?
- Czy zauważasz te momenty, kiedy twoja obecność jest dla innych inspirująca?

Afirmacja

Jestem zainspirowany i inspirujący. Wszędzie, gdzie pójde, szerzę inspirację, i dzielę się swoimi pomysłami z innymi, kiedy mnie o to poproszą.

Jestem tu po to, aby mądrze inspirować innych i dzielić się pomysłami.

Niezdefiniowane Centrum Głowy

Jeżeli na wykresie twoje Centrum Głowy jest białe, to znaczy że jest Niezdefiniowane lub Otwarte (patrz Ilustracja 37). Centrum Głowy jest jednym z dwóch Centrów, które może wytwarzać w twoim życiu presję, jeżeli jest Otwarte. (Drugim jest Centrum Korzenia). Większość ludzi ma Otwarte Centrum Głowy. Gdy masz Otwarte Centrum Głowy, możesz podlegać presji mentalnej, próbując wymyślić, jak przekształcić w rzeczywistość inspiracje, które wzmacniasz.

Prawdziwym celem Centrum Głowy nie jest wymyślanie czegoś, ale bycie zainspirowanym i wykorzystanie tej inspiracji do wzbudzenia podekscytowania oraz niecierpliwego oczekiwania. To podekscytowanie, które wzbudza twoje marzenia, programuje cię do poszukiwania sposobów zrealizowania tych marzeń w otaczającym cię świecie.

Wszystkie Typy Human Design muszą czekać, zanim zaczną tworzyć to, czego chcą w życiu. Marzenia twojego Otwartego Centrum Głowy inspirują cię do rozpoczęcia w świecie zewnętrznym poszukiwań tego, jaki masz zrobić kolejny krok, by przemienić marzenia w rzeczywistość.

Wyzwanie

W przypadku Niezdefiniowanego lub Otwartego Centrum Głowy wyzwanie polega na ostrożnym zarządzaniu swoją inspiracją. To, że masz jakiś pomysł, nie oznacza, że musisz ciężko pracować nad jego realizacją. Otwarte Centrum Głowy potrzebuje marzyć i poddawać się inspiracji. Bycie zainspirowanym jest energią, która wymaga zajmowania się nią. Mając Otwarte Centrum Głowy, twoim zadaniem jest pozostanie zainspirowanym, cieszenie się i zgłębianie swojej inspiracji, i ufanie, że jeśli twoja inspiracja ma się spełnić, to kolejny właściwy krok do jej spełnienia pojawi się w twoim świecie prawidłowo, zgodnie ze Strategią twojego Typu.



Karen Curry Parker jest autorką wielu książek na temat osobistej transformacji, duchowości i Human Design. Od ponad 30 lat prowadzi szkolenia, coachingi i podcasty, a jej celem jest pomaganie ludziom w ponownym połączeniu się z naturalną kreatywnością. Posiada tytuł doktora w dziedzinie medycyny intencjonalnej i jest członkiem wydziału w The Shift Network i Omega Institute.

**Poznaj praktyczny przewodnik po systemie Human Design,
który otworzy przed tobą drzwi do głębszego rozwoju
duchowego, świadomości i spełnienia marzeń.**

Książka *Human Design – proste ćwiczenia dla początkujących* odpowie na pytanie czym jest Human Design i jak skutecznie wykorzystać ten system w codziennym życiu. Znajdziesz tu proste techniki, ćwiczenia i afirmacje, które wzmocnią twoją intuicję, podniosą poczucie własnej wartości oraz zmotywują do osiągania celów.

Dzięki tej książce:

- odkryjesz swoje unikalne predyspozycje i talenty;
- rozwiniesz świadomość siebie i poprawisz relacje z innymi;
- poznasz metody, które wspierają twoją duchowość i rozwój osobisty;
- nauczysz się, jak korzystać z Human Design w codziennym życiu;
- zdobędziesz narzędzia do skutecznej pracy nad afirmacjami i wzmocnieniem intuicji;
- zwiększysz motywację i pewność siebie w dążeniu do realizacji swoich marzeń.

Odkryj, jak Human Design może zmienić twoje życie

Więcej o książce na stronie [wydawcy](#)

Książkę możesz kupić w [sklepie](#)