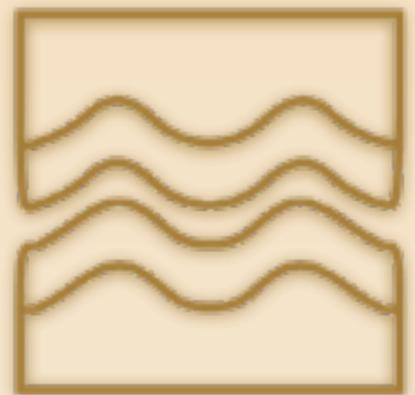




Human Design Basic Knowledge

Der Fluss des Lebens
Sabrina Dauber



Über mich

- » Mein Name ist **Sabrina**, und meine Mission besteht darin, dich wieder mit deiner inneren und äußeren Welt in Einklang zu bringen.
- » Seit Langem ist Spiritualität eine meiner großen Leidenschaften. Ich habe **unzählige Bücher** über Astrologie, Human Design, die universellen Gesetze uvm. gelesen.
- » Darüber hinaus habe ich selbst bereits viele Coachings absolviert um meine Themen aufzulösen, bis ich schließlich im Jahr 2021 meine Leidenschaft für Human Design entdeckte.
- » Ein knappes Jahr später hatte ich bereits meine Ausbildung als **Human Design Coach** mit großer Freude abgeschlossen.
- » Seitdem durfte ich viele Menschen dabei begleiten, ihren ganz persönlichen Fluss des Lebens wieder zu entdecken.



Über mich



- » Auch ich war einmal am **Tiefpunkt meines Lebens** angelangt - geplagt von Depressionen, wusste nicht wohin mit mir und war völlig „Lost in Space“. Deshalb weiß ich genau, wie man sich in so einer Situation fühlt.
- » Glücklicherweise hab ich mit Human Design ein Tool gefunden, dass genau diese „**Probleme**“ **lösen** kann und dich aus der Abwärts-Spirale befreien kann, denn es **ist bereits ALLES in dir!**
- » Und darin steckt auch meine Motivation: **alle Facetten deines Wesens in Harmonie zu vereinen**, um dir ein wirklich **erfülltes Leben zu ermöglichen** und so - gemeinsam mit dir - die Welt zu einem besseren Ort zu machen.



Warum Human Design?

- » Mit einem Basic Reading möchte ich dich primär wieder zurück in den **Fluss deines Lebens** bringen.
- » Was bedeutet das? Ganz nach dem Motto: Es **DARF** leicht sein.
Und Damit meine ich alles - wie du die **richtigen Entscheidungen** triffst, effizient mit deiner **Energie haushaltest** oder wie du mit deinem **Umfeld** am besten **interagierst**.
- » Natürlich gibt es noch viele weitere Aspekte die man mit Human Design entdecken kann:
 - **Blockaden/Konditionierungen** aus der Vergangenheit aufdecken & auflösen (Arbeit mit dem inneren Kind)
 - Deinen **Purpose of Life** rausfinden (Was ist deine Aufgabe hier auf Erden?)
 - **Erfülltere zwischenmenschliche Beziehungen** erleben (Partnerschaften, Freundschaften oder auch im Business-Kontext). Man lernt, wie man am besten auf die andere/n Person/en eingehen und in Harmonie miteinander leben kann.



Human Design - Überblick

- » Was ist Human Design?
- » Wie ist Human Design entstanden?
- » Woraus ist die Human Design-Matrix aufgebaut?
- » Die 5 Energietypen inkl. Strategien im Überblick
- » Die sieben Autoritäten





Was ist

Human Design?





Was ist Human Design?

- » Human Design ist ein **Tool zur Selbsterkenntnis** und **Persönlichkeitsentwicklung**.
- » Deine Chart ist dein ganz **persönlicher energetischer Fingerabdruck**, eine Art Bauplan, die uns als Gebrauchsanleitung für unsere Energie und unser Handeln dient.
- » Zuerst solltest du dir dein Chart generieren, um zu wissen, welcher Typ du bist und welche Autorität auf dich zutrifft.
- » Hier kannst du dein **kostenloses Chart** generieren:
<https://humandesign-tribe.com/chart-generator/>
- » Anschließend kannst du auf den folgenden Seiten deinen persönlichen Typ inkl. deiner Autorität kennenlernen.





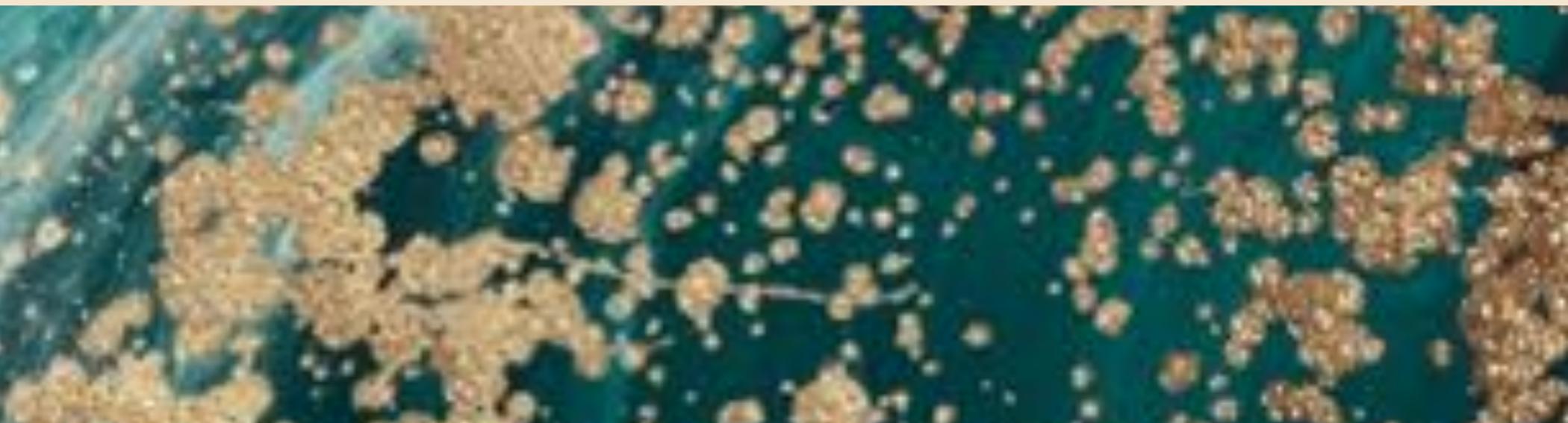
Was ist Human Design?

- » Human Design zeigt uns unsere **Talente** und **Potenziale** auf, gleichzeitig auch unsere Schwächen und Konditionierungen und wie wir diese überwinden können.
- » Es gibt dir Hilfestellung, wie du deine **Energie sinnvoll einsetzt** und wie du deine **besten Entscheidungen treffen** kannst, um ein authentisches Leben zu führen
- » Darüber hinaus hilft es dabei, unser Zusammenleben mit unseren Mitmenschen authentischer zu gestalten um so ein **erfüllteres Miteinander** zu schaffen. Es lässt sich auf alle Bereiche anwenden: Business, Beziehungen, Familien und Freundschaften
- » Last but not least kann dir Human Design auch deinen **Seelenplan** aufzeigen - **deine Lebensaufgabe** - denn jeder von uns ist mit einer ganz bestimmten Mission hier auf Erden gekommen, um seine einzigartige Gabe mit der Welt zu teilen.





Wie ist Human Design entstanden?



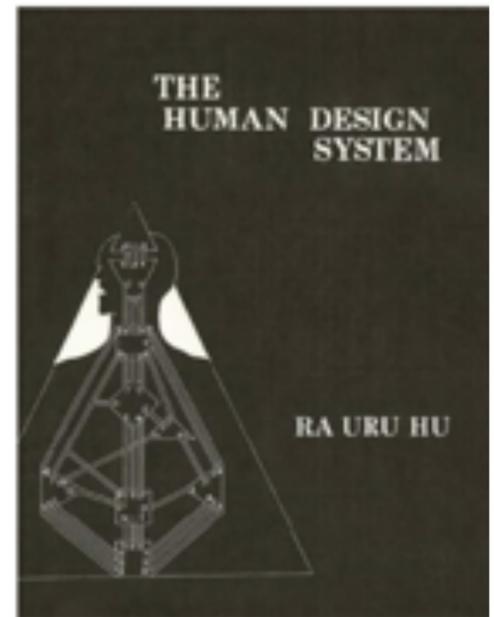


Wie ist Human Design entstanden?

- » Der gebürtige Kanadier **Robert Alan Krakower** (1948-2011) ist der Begründer des Human Design Systems.
- » 1987 hatte er ein **mediales Erlebnis** auf Ibiza, wo er eine Art „Download“ empfangen hatte und anschließend innerhalb von 8 Tagen und 8 Nächten das komplette Wissen des Human Design Systems niedergeschrieben hat. Diese Form der Informationsgabe nennt man auch **Channeling**.
- » Nach dieser Erfahrung legte er seinen alten Namen ab und nannte sich fortan nur noch „**Ra Uru Hu**“.
- » Nach weiteren 5 Jahren - geprägt von ausgiebiger Analyse und Selbstexperimenten - entschied er sich 1992 dieses Wissen mit der Welt zu teilen, in dem er sein Buch „The Human Design System“ unter seinem Pseudonym Ra Uru Hu veröffentlichte.

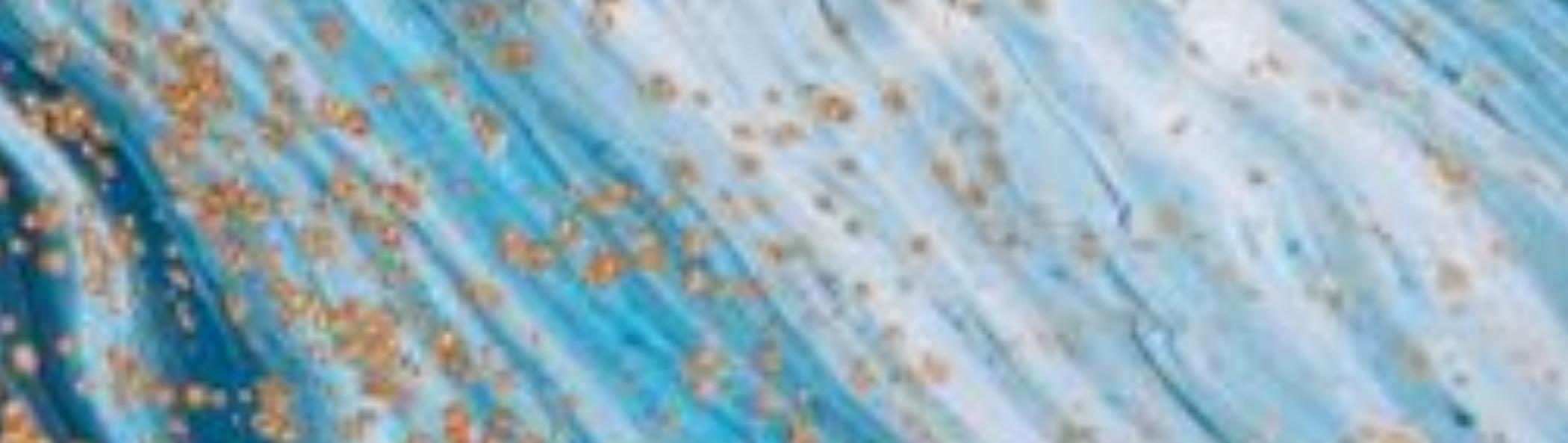


Wie ist Human Design entstanden?

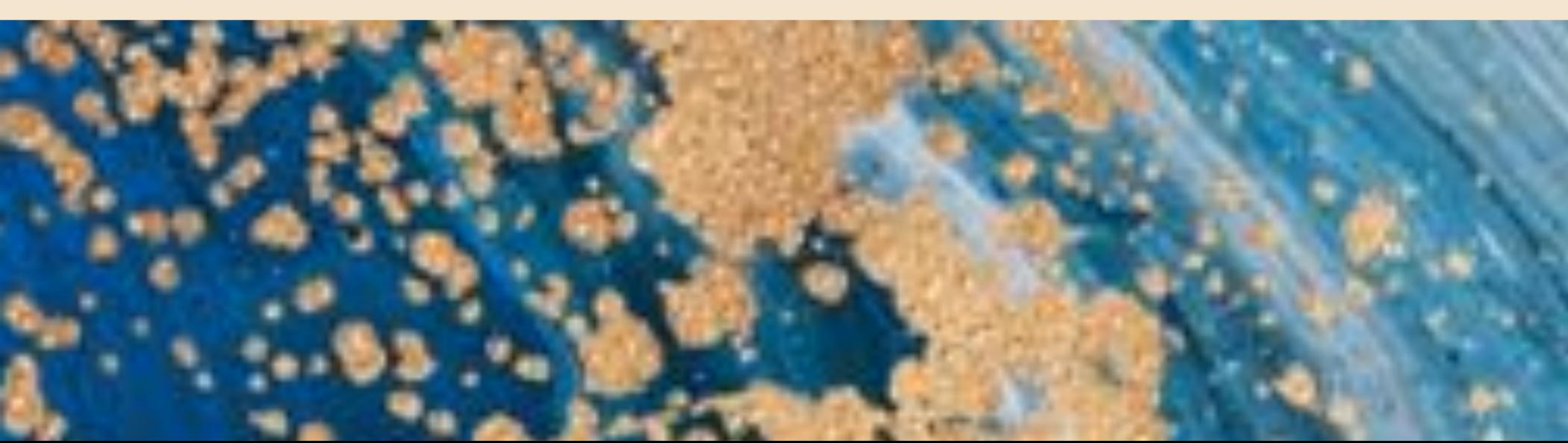


Ra Uru Hu sagt selbst, man solle dem System nicht blind vertrauen, sondern es als eine Art **Selbst-Experiment** ansehen und ermutigt damit Menschen es als Tool der Selbsterkenntnis wahrzunehmen und nicht als absolute Wahrheit.





Woraus ist die
HD-Matrix
aufgebaut?



Woraus ist die HD-Matrix aufgebaut?

- » Human Design ist eine geniale **Synthese aus Jahrtausenden alten Kulturtechniken und wissenschaftlichen Systemen** wie Astrologie, dem I-Ging, der Kabbala, den Chakren und der Quantenphysik.
- » Aus der Planetenkonstellation zum Zeitpunkt unserer Geburt ergibt sich unsere **bewusste Seite/ unser Verhalten** (rechte Seite im HD-Chart) und ca. 88 Tage vor unserer Geburt (beeinflusst durch den Transit der Planeten) die **unbewusste Seite/ unser Körper/ unsere Ausstrahlung** (linke Seite im HD-Chart) und wie wir damit auf unser Umfeld wirken.
- » Als Fazit könnte man sagen:
Human Design vertritt die Ansicht, dass wir durch Informationsströme mit unserer Umgebung in Verbindung stehen.
- » Es gilt das Prinzip der „Synchronizität“: **Alles ist mit allem verbunden.**





Die fünf Energietypen & ihre Strategien



Die 5 Energietypen

Generator: ca. 37% der Bevölkerung

Manifestierender Generator:
ca. 37% der Bevölkerung

Projektor: ca. 20-21% der Bevölkerung

Manifestor: ca. 8-9% der Bevölkerung

Reflektor: ca. 1-2% der Bevölkerung



Die 5 Strategien

Die Strategie jedes Typen beschreibt, wie er/sie am besten durchs Leben geht und mit seinem/ihrer Umfeld interagiert.

Generator: Reagieren

Manifestierender Generator:
Reagieren & informieren

Projektor: Auf Einladung warten

Manifestor: Initiieren & informieren

Reflektor: Abwarten des Mondzyklus





Generator

*Strategie:
Reagieren*





Generator

- » Ein Generator im Human Design zeichnet sich durch seine **offene Aura** und **reaktive Energie** aus.
- » Generatoren haben immer ein **definiertes Sakralzentrum**, was bedeutet, dass sie eine **konstante Quelle kreativer Energie** besitzen. Das Sakralzentrum verbindet man mit Vitalität, Lebensfreude und körperlicher Ausdauer.
- » Ihr Lebensfokus liegt dabei auf **Selbsterkenntnis**.
- » Generatoren stehen für **Lebensfreude, Lebendigkeit** und **Schaffenskraft**. Sie haben die Energie, Dinge umzusetzen, die ihnen Spaß machen, und können diese mit ihrer ausgeprägten Ausdauer umsetzen. Sie sind gut für langfristige Projekte geeignet und haben das **Potenzial zur Perfektion** und können so in einem Gebiet einen absoluten Expertenstatus erreichen
- » Zudem sind sie offen für **Kommunikation** und **Zusammenarbeit** mit anderen. Sie lieben es, aktiv zu sein und Dinge umzusetzen. Dabei ist es wichtig für Generatoren, auf ihre **innere Autorität zu hören**, um die richtigen Entscheidungen zu treffen, um ihre Energie effektiv zu nutzen und Erschöpfung zu vermeiden.
- » So schaffen Sie es mit Freude und **Leichtigkeit** in den **natürlichen Fluss des Lebens** zu kommen.





Generator - Strategie: Reagieren

- » Als Generator bist du weniger dazu bestimmt, etwas Neues einzuführen oder zu initiieren. Deine Strategie besteht darin, auf Situationen zu **reagieren** und **Antworten zu finden**.
- » Wichtig ist dabei, dass du nicht ungeduldig wirst und dich in Dinge stürzt, die dir keine Freude bereiten. Achte hier auf deine **Bauchstimme** (Sakral): wenn du ein **klares „JA“** erhältst dann geh in die Handlung. Wenn es kein klares JA ist, ist es ein Nein und du solltest besser nicht darauf „reagieren“.
- » Achte darauf, deiner **Umgebung** genug **Aufmerksamkeit zu schenken**. Manchmal ist es wichtig, genau hinzuhören oder hinzusehen, um die Signale des Universums zu erkennen.
- » Ein Signal kann beispielsweise ein Buch, eine Frage von jemandem oder eine Werbung sein. Höre hier wieder auf deine Bauchstimme, Sie wird dir den richtigen Weg weisen.





Manifest. Generator

*Strategie:
Reagieren & informieren*





Manifestierender Generator

- » Der manifestierende Generator (MG) zeichnet sich durch seine **offene Aura** aus und befindet sich im **ständigen Weiterentwicklungsprozess**. Er ist wie der Generator ebenfalls gekennzeichnet durch ein **definiertes Sakralzentrum**, welches mit Lebenskraft, Kreativität und Ausdauer verbunden ist.
- » Ihr Lebensfokus liegt darin, **über sich selbst zu lernen** und sich stets **weiterzuentwickeln**.
- » MG's stehen für **Schaffenskraft, Lebensfreude** und **Umsetzung**. Sie können **viele unterschiedliche Fähigkeiten** entwickeln und haben oft mehrere Projekte gleichzeitig am Laufen. In Bezug auf ihre Geschwindigkeit haben manifestierende Generatoren eine **hohe Umsetzungskraft** und suchen immer nach effizienten Wegen, Projekte umzusetzen.
- » Ihre Aufgaben bestehen darin, an **Projekten** zu arbeiten, die ihnen **Freude bereiten**, anderen Energie zu schenken und die Welt mit ihrer sakralen Energie zu erhellen.
- » Sie sollten herausfinden, was ihnen wirklich Freude bereitet, indem sie **verschiedene Dinge ausprobieren** - auch gleichzeitig - ohne den Anspruch zu haben alles zu Ende bringen zu müssen.





Manif. Generator - Strategie: Reagieren & informieren

- » Als manifestierender Generator ist deine Hauptstrategie das **Reagieren**, auch wenn du einige Züge eines Manifestors hast. Es ist wichtig zu wissen, dass dein Grundtyp der Generator ist.
- » Manchmal spürst du den Drang, etwas Neues zu initiieren, doch vergiss nicht, dass deine **Stärke im Reagieren liegt**, bevor du neue Ideen einbringst.
- » Vermeide es, zu schnell Entscheidungen zu treffen, ohne ein **klares „JA“** (Sakralstimme) erhalten zu haben, um unnötige Energieverschwendung zu vermeiden.
- » Wichtig ist, dass du dein **Umfeld informierst**, bevor du in Aktion trittst, da deine Geschwindigkeit andere möglicherweise überfordern könnte.
- » **Fazit:** zuerst auf eine Situation reagieren, anschließend dein Umfeld informieren und dann erst loslegen, um späteren Widerstand zu vermeiden.





Projektor

Strategie:
Auf Einladung warten



Projektor

- » Im Leben des Projektors dreht sich vieles um die Fragen "Wer bin ich? Wer bist du? Was kann ich von dir über mich lernen?"
- » Ihr Fokus liegt auf der **individuellen Selbsterkenntnis** und der **Ergründung ihrer eigenen Identität**.
- » Sie haben kein definiertes Sakralzentrum. Es ist wichtig für Projektoren, sich bewusst zu machen, dass sie weniger dazu da sind, Dinge selbst umzusetzen, sondern **andere anzuleiten**, zu motivieren und zu koordinieren. **Pausen** sind für sie **besonders wichtig**, um Erschöpfung zu vermeiden.
- » Projektoren haben eine **Aura**, die dazu neigt, **fokussiert** und **absorbierend** zu sein. Sie sind oft in der Lage, die Dynamik anderer Menschen und Situationen gut zu verstehen.
- » Projektoren haben eine besondere Fähigkeit, Dinge und Menschen von außen zu sehen und können sie so in ihre Kraft bringen. Sie sind **empathisch** und haben einen **tiefen detaillierten Blick auf die Dinge**.
- » Sie können hervorragend als Guides, Leader, Manager, Coaches und Wegweiser fungieren.





Projektor - Strategie: Auf Einladung warten

- » Als Projektor ist deine Hauptstrategie, **auf eine Einladung zu warten**, bevor du dich aktiv einbringst.
- » Projektoren haben die Fähigkeit, das **große Ganze zu sehen** und schnell zu erkennen, was gut funktioniert und was verbessert werden kann.
- » Dennoch ist es entscheidend, auf **Einladungen** zu warten, anstatt **unaufgefordert Ratschläge zu geben**, da dies oft als aufdringlich wahrgenommen werden kann.
- » Sehe dich selbst wie einen **Leuchtturm**, der anderen den Weg weist. **Geduld** ist dabei von großer Bedeutung, da du auf die richtigen Einladungen warten solltest.



Manifestor

Strategie:
Initiieren & informieren



Manifestor

- » Im Leben eines Manifestors kommt ihre Stärke am besten zum Ausdruck, wenn sie verstehen, welchen **Einfluss** sie **auf andere** ausüben können.
- » Manifestoren stehen für **Durchsetzungskraft, Initiative** und haben oft eigene Ideen und Visionen. Sie sind gut darin, **Veränderungen herbeizuführen** und neue Projekte zu **starten/initiieren**.
- » Sie übernehmen oft Rollen wie Macher, Alpha, Initiator, Ideenmacher, Visionär und sind oft der **erste Dominostein** in der Reihe.
- » Ihr Erfolg hängt häufig davon ab, **andere für ihre Vorhaben zu gewinnen**, da sie großartige Ideen haben und gleich loslegen wollen.
- » Da Sie jedoch kein definiertes Sakralzentrum haben, **fehlt Ihnen oft die Ausdauer**, die Dinge auch bis zum Ende durchzuziehen.
- » Menschen in ihrer Umgebung können sich manchmal überfordert fühlen, da Manifestoren oft sehr direkt und bestimmend sein können und sofort loslegen, ohne zu informieren. Hier unbedingt **auf die Strategie achten**.



Manifestor - Strategie: Initiieren & informieren

- » Als Manifestor bist du ein Visionär und Ideengeber. Deine Strategie ist es, zu **initiieren** und zu **informieren**.
- » Dein inneres Leben ist oft schwer zu erraten für andere, was es dir ermöglicht, deinen **eigenen Weg** zu gehen und **Neues zu beginnen**.
- » Allerdings vergisst du manchmal, dass deine Entscheidungen auch **Auswirkungen auf andere** haben können. Daher ist es wichtig, vorab zu informieren, um Konflikte aus dem Weg zu gehen.
- » Wenn du deine Pläne nicht mit deinem Umfeld teilst, kann das zu **Frustration** führen. Es ist **entscheidend** zu wissen, dass du die **anderen Typen** für dein Vorhaben **benötigst**, da Sie die ausdauernden Fähigkeiten mitbringen deine Visionen bis zum Schluss umzusetzen.
- » Denk dran: **DU** bist der **erste Dominostein**, der andere für sein Vorhaben begeistert und die Energie hat, Dinge in die Welt zu setzen und andere mitzureißen.

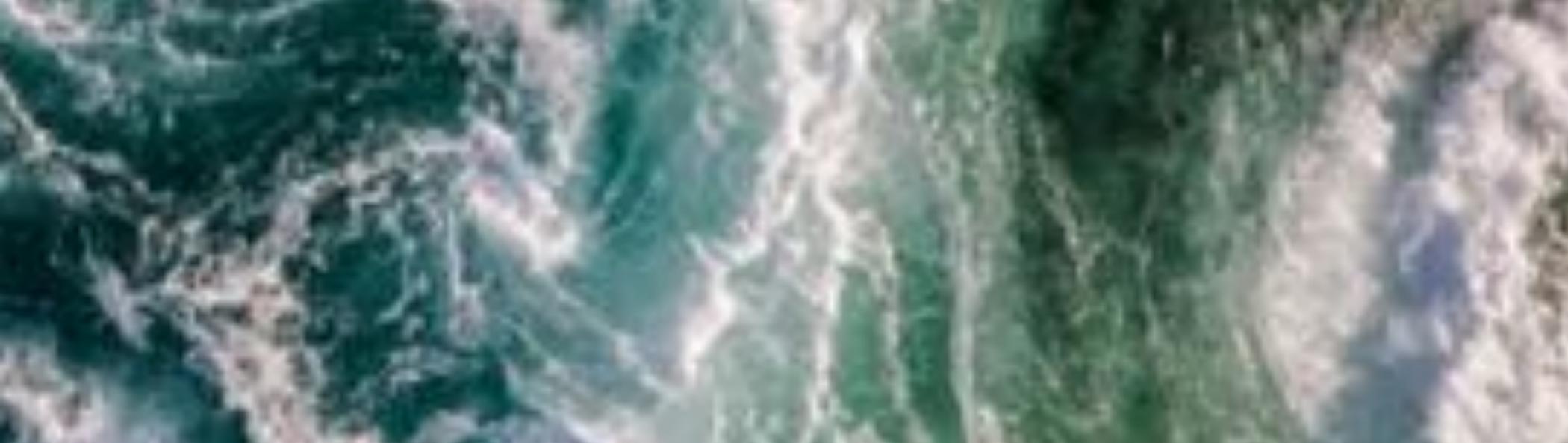




Reflektor

Strategie:
Abwarten des Mondzyklus

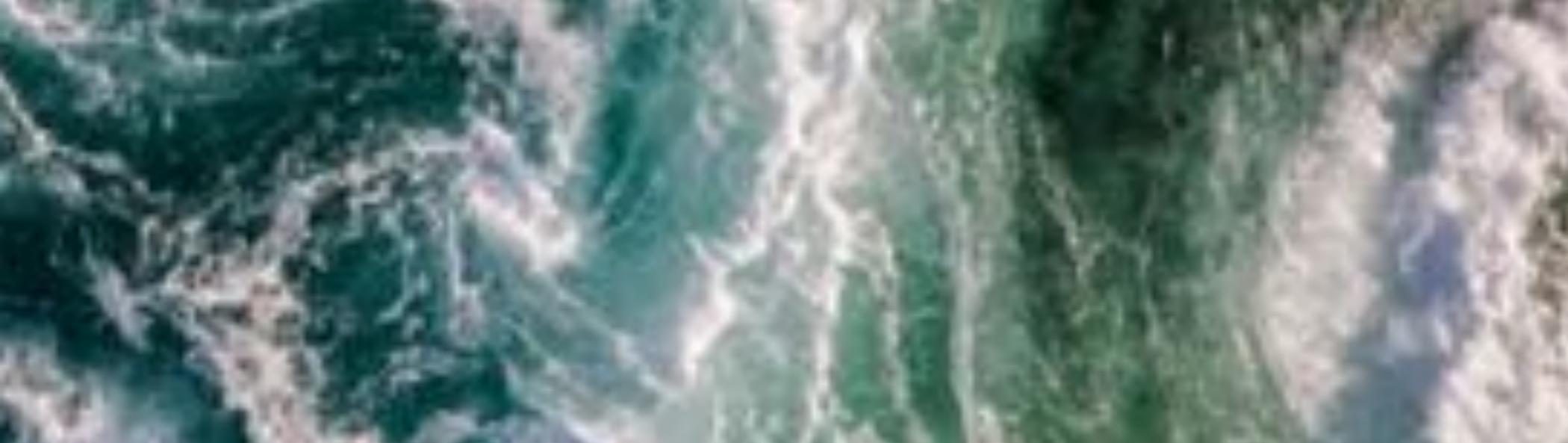




Reflektor

- » Der Reflektor ist einer der seltensten Typen im Human Design System, repräsentiert durch eine **komplett weiße Chart** ohne definierte Zentren.
- » Reflektoren sind ein **Spiegel** und **Wegweiser** für andere, da Sie durch ihre **objektive Wahrnehmung** das Potenzial in anderen Menschen erkennen.
- » Sie sind gut darin, anderen zu zeigen, wo sie an sich selbst arbeiten können. Dabei dürfen Sie **Vertrauen** in ihre **einzigartigen Fähigkeiten** und **Wahrnehmungen** aufbauen.
- » Da sie keine festgelegte Energie in sich tragen, haben Reflektoren die Fähigkeit, **verschiedene Facetten des Lebens zu erleben** und zu verstehen.
- » Sie sind extrem **sensibel** und **offen für ihre Umgebung**, können Energien von anderen Menschen aufnehmen und werden auch durch Mondphasen beeinflusst.
- » Sie dürfen lernen, täglich zu entscheiden, welche Energien sie verstärken möchten, und welche nicht. Dabei ist es wichtig, eine **unterstützende Umgebung** zu haben und sich **Zeit für Reflexion** zu nehmen, um in ihrer einzigartigen Art und Weise zu erblühen.





Reflektor - Strategie: Abwarten des Mondzyklus

- » Als Reflektor ist deine Hauptstrategie, sich **Zeit bei Entscheidungen** zu lassen und den **Mondzyklus als Orientierung** zu nutzen.
- » Täglich dringen unzählige Eindrücke auf dich ein, deshalb ist es wichtig, dir regelmäßig **Zeit zum Reflektieren** zu nehmen (zum Beispiel durch Meditation, Atemübungen oder Natur-Spaziergänge), **Grenzen zu setzen** und auf deine **Umgebung zu achten**.
- » Da du stark von deinem **Umfeld beeinflusst** wirst, ist es entscheidend, dass du dich dort **wohl fühlst** und **positive Energie** tankst. Umgebe dich mit Menschen, die dir gut tun und positive Absichten haben. Ein kleiner, verlässlicher Freundeskreis kann dich energetisch gut unterstützen.
- » Der **Mondzyklus** bietet die optimale Zeitspanne, um **Klarheit** zu bekommen und Entscheidungen zu treffen.
- » Es entspricht nicht deiner Energie, im Moment eine Entscheidung zu treffen, da äußere Impulse oft überlagert werden. **Nimm dir die Zeit**, verschiedene Szenarien durchzuspielen, um dir **wirklich sicher** zu sein, bevor du dich entscheidest.





Die sieben Autoritäten



Die 7 Autoritäten

Emotionale Autorität: 47%

Sakrale Autorität: 35 %

Milz-Autorität: 11%

Herz-/Ego-Autorität: 1,5%

Selbst-Autorität: 2,5%

Mentale Autorität: 1%

Lunare Autorität: <1%





Autoritäten - Allgemein

- » Die Autorität im Human Design gibt Auskunft darüber, **wie wir Entscheidungen treffen** und wie unser Körper "ja" oder "nein" zu etwas sagt.
- » Es ist wichtig zu verstehen, dass der **Verstand** und unsere Gedanken bei der Entscheidungsfindung **keine Rolle** spielen. Egal welche Art der Autorität, der Verstand sollte **nicht involviert** sein.
- » Am Anfang, wenn man beginnt, seine Autorität zu nutzen, braucht es manchmal Zeit, um ein Gefühl dafür zu entwickeln und **Vertrauen zu seiner Autorität** aufzubauen.
- » Es ist ratsam, mit kleineren Entscheidungen zu üben, um das Gefühl des klaren "Ja" kennenzulernen.





Emotionale Autorität

- » Die emotionale Autorität im Human Design tritt auf, wenn das Solarplexus-Zentrum (Emotionszentrum) definiert ist. **Emotionen** sind **subjektive Wahrnehmungen** und **keine objektive Realität**.
- » Für Menschen mit dieser Autorität ist es wichtig zu wissen, dass es im **gegenwärtigen Moment keine absolute Wahrheit** gibt. Das Ziel ist es, eine **emotionale Welle abzuwarten**, um sich in einem ausgeglichenen Zustand zu entscheiden, zwischen dem emotionalen Hoch und Tief.
- » Ein hilfreicher Tipp ist, **eine Nacht darüber zu schlafen**. Die Art und Geschwindigkeit der emotionalen Welle kann je nach den aktivierten Kanälen im Solarplexus variieren.
- » Es wird empfohlen, auf eine Art **Klarheit** zu warten, die auch **nach 24 Stunden noch besteht** und eine eindeutige Schwingung hat. Es ist normal, dass emotionale Hochs nicht dauerhaft aufrechterhalten werden können. Bei emotionalen Tiefs ist es wichtig, sich zu entspannen und sich der Welle hinzugeben, anstatt dagegen anzukämpfen.
- » **Minimiere kleine Entscheidungen im Alltag**, um emotionale Erschöpfung zu vermeiden. Bei Menschen mit sakraler oder Milz-Autorität in deinem Umfeld kannst du deren Entscheidungshilfe ebenfalls für dich nutzen. Es ist auch ratsam, dein **Umfeld zu informieren**, damit du den **nötigen Raum für klare Entscheidungen** hast und nicht unter Druck gesetzt wirst.





Sakrale Autorität

- » Die sakrale Autorität betrifft insbesondere manifestierende Generatoren und Generatoren im Human Design. Es ist ein **klares Bauchgefühl** oder eine **körperliche Reaktion**, das man lernen darf wahrzunehmen. Es äußert sich entweder als ein **klares „JA“** oder **klares „NEIN“**.
- » Durch einfache **JA-/NEIN-Fragen** im Alltag kann man lernen, auf seine Bauchstimme zu hören und ein Gefühl dafür entwickeln. Mit regelmäßigem Üben wird man schneller und klarer die richtigen Entscheidungen treffen können. Das **erste Bauchgefühl** ist immer **richtig**, darauf kann man vertrauen.
- » Die Wahrheit der sakralen Autorität zeigt sich immer im Moment, daher ist es wichtig, mutig zu sein und auf den **ersten inneren Impuls zu hören**.
- » Es ist ratsam, immer auf eine **Antwort** zu warten, die sich **wiederholt**. Wenn man **zögert, ist es ein „NEIN“** im aktuellen Moment, könnte aber 10 min später schon wieder ein „JA“ sein.
- » Man sollte sich **nicht zwingen**, eine **Entscheidung verstehen zu wollen** oder zu versuchen, zögerndes NEIN logisch in ein JA umzuwandeln, da man sonst gegen die eigene Autorität handelt.





Milz - Autorität

- » Die Milzautorität ist nur bei Manifestoren oder Projektoren im Human Design möglich. Sie arbeitet **blitzschnell** - Entscheidungen werden innerhalb von wenigen Sekunden getroffen.
- » Die Milz-Autorität ist wie ein **innerer Kompass** und zeigt dir im entscheidenden Moment den richtigen Weg im Leben. Dein **Instinkt** ist das Werkzeug, auf das du dich zu **100% verlassen** kannst. Auf die Milz zu vertrauen erfordert **Mut** und **Selbstbewusstsein**, da Intuition nicht immer logisch entscheidet.
- » Es ist wichtig zu verstehen, dass die **Impulse** einer Entscheidung bei jedem anders wahrgenommen werden. Diese Impulse zu **fühlen** und zu **hören**, erfordert Übung. Das JA, das aus einem Adrenalinschub entsteht, kann anfangs schwer von Aufregung oder Angst zu unterscheiden sein.
- » Das Milzzentrum ist eng mit unserem Immunsystem und unseren Instinkten verbunden. Ein gesunder Lebensstil erleichtert den Zugang zur Milzautorität. Das feine, leise **JA kommt nur einmal** und es ist wichtig dem **Impuls zu vertrauen**. Sobald du zögerst, wird deine richtige Entscheidung möglicherweise von deinen Gedanken überschrieben.





Herz- / Ego-Autorität

» Die Ego-Autorität betrifft nur **Manifestoren** oder **Projektoren**

Es gibt zwei Arten der Ego-Autorität:

- Manifestoren: Hierbei ist es wichtig, der **eigenen inneren Stimme zu folgen** und nicht zu versuchen, die Worte zu kontrollieren. Das Motto lautet: "**Meine Stimme führt mich und ich folge.**"
 - Projektoren: Diese Autorität ist mit dem Herz und dem G-Zentrum verbunden. Bei Entscheidungen ist es entscheidend zu fragen: "**Was will ich? Was bringt es mir? Was habe ich davon?**"
- » Die Ego-Autorität hat ihren Sitz im Ego-/Herzzentrum, wo auch die **Willensstärke** und **Ausdauer** zu finden sind. Es ist wichtig, dem Herzen zu folgen, wobei das Gefühl individuell sein kann - ein warmes, pulsierendes Gefühl, ein Druck oder ein Schub im Herzen.
- » Beobachte genau, ob die **Entscheidung aus dem Herzen** oder dem Verstand kommt und ob es etwas ist, was du **wirklich willst**.
- » Die Ego-Autorität zeichnet sich durch einen **starken Willen** aus, dem du bei Entscheidungen vertrauen kannst. Wenn dir etwas wirklich am Herzen liegt, wirst du eine **beeindruckende Willensstärke entwickeln**.





Selbst - Autorität

- » Die Selbst-/G-Zentrum Autorität betrifft nur Projektoren.
- » Hierbei geht es um die **eigene Identität** und den **inneren Kompass**. Je besser du dich selbst kennst, desto feiner wird dein Gespür für deine Autorität. Du kannst überprüfen, ob **Entscheidungen im Einklang** mit deinen **Werten**, deiner **Identität** und deinem **Lebensweg** stehen.
- » Durch einen **inneren Dialog** mit deinem höheren Selbst gewinnst du an **Klarheit**. Frage dich beispielsweise: "Wird mich das wirklich glücklich machen? Kann ich dabei ich selbst bleiben? Werde ich mich entfalten können?"
- » Achte dabei auf **deine Stimme** und wie du deine Identität zum Ausdruck bringst (Leichtigkeit oder Schwere in deiner Stimme?).
- » Wenn du dich nach deinem Selbstdialog mit jemandem triffst, erkläre ihm, dass du deine Entscheidung alleine triffst und bitte ihn nur zuzuhören und weiterführende Fragen zu stellen, ohne seine Meinung zu äußern. Durch diesen **Monolog** findest du **emotionale Klarheit**, die dein Verstand allein nicht bieten kann.





Mentale Autorität

- » Die Mentale-/Umgebungs-Autorität betrifft nur Projektoren, die meistens 6 oder 7 Zentren nicht definiert haben. Aufgrund der vielen offenen Zentren **spürst** du gut, ob du dich **wohl fühlst oder nicht**.
- » Diese Autorität beruht nicht auf emotionaler Klarheit wie bei der Solarplexus-Autorität, sondern darauf, **wie deine Umgebung dich beeinflusst**.
- » Wichtig ist, während der Einladung darauf zu achten, wie du dich fühlst und das **Gesamterlebnis wahrnimmst**. Überprüfe, ob die **Umgebung**, in der du lebst, für dich **stimmig** ist und ob du dich **wohl fühlst**.
- » Es ist ratsam, die **Entscheidung in kleinen Schritten** zu treffen und dabei die **Umgebung zu wechseln**, da dies deine Gefühlslage beeinflusst. Ein schöner Ort unterstützt dich bei klaren Entscheidungen.
- » Manchmal ist es hilfreich, Menschen in deinem Umfeld zu haben, die dir ein gutes Gefühl geben, um zur Ruhe zu kommen und deine Gedanken zu sortieren.
- » Sie können dir verschiedene Ansichten bieten, aus denen du **selbst Schlüsse ziehen** kannst. Konkrete Ratschläge benötigst du dabei nicht.





Lunare Autorität

- » Wenn du eine lunare Autorität hast, bist du ein Reflektor und nutzt den **Mondzyklus zur Entscheidungsfindung**. Dabei durchläufst du einen kompletten Mondzyklus, um weise Entscheidungen zu treffen.
- » Ähnlich wie bei der mentalen Autorität spielt auch bei der lunaren Autorität die **Umgebung** eine **wichtige Rolle**. Je wohler du dich in deiner Umgebung fühlst und je mehr Unterstützung du von den Menschen um dich herum erfährst, desto leichter fällt es dir, gute Entscheidungen für dich zu treffen.
- » Wichtig ist, dich **nicht unter Druck setzen** zu lassen, denn die Gesellschaft ist oft auf Leistung und Schnelligkeit ausgerichtet.
- » Als Reflektor darfst du dir **Zeit lassen** und den Druck herausnehmen. Wenn du bei **kleineren Entscheidungen** nicht auf einen kompletten Mondzyklus warten möchtest, kannst du **Menschen um Rat fragen**, die dir guttun und in einer positiven Frequenz schwingen. So entwickelst du eine feine Wahrnehmung für das, was gut für dich ist.
- » Die **Klarheit** kann sich - je nach Entscheidung - **nach einem Mondzyklus oder auch früher einstellen**. Bei besonders wichtigen und großen Entscheidungen ist es ratsam, sich tatsächlich einen Mondzyklus Zeit zu lassen.



Bereit dein volles Potenzial zu entfalten?

Dann **buche direkt** dein ganz persönliches und
individuelles Human Design Reading.

Ich freue mich riesig auf dich!

Bis dahin schicke ich dir eine
Herzens-Umarmung

Deine Sabrina



[Hier klicken & mehr erfahren](#)



Der Fluss des Lebens - Sabrina Dauber

Du erfährst:

Mehr über:

- deinen **Typ inkl. Strategie**
- deine **Autorität** (Entscheidungshilfe)
- dein **Profil** (welcher Typ bist du?
Netzwerker/Einsiedler/Vorbild etc.)
- deine **Definition** (arbeitest du besser im Team oder alleine?)

Außerdem erhältst du:

- Praktische Alltags-Tipps, wie du ganz einfach deine **besten Entscheidungen** treffen kannst, die im Einklang mit deinem wahren Selbst stehen...
- Wie du mit deiner **Energie effizient** umgehen kannst, um ein **erfüllteres Leben** zu leben
- Wie du am besten mit deinem **sozialen Umfeld** interagierst um **harmonischere zwischenmenschliche Beziehungen** zu etablieren

Direkt Anfrage senden