

Human Design Health Guide

Modul 2

*Astrologische Medizin und
psychosomatisches I-Ging Grundlagen*

Die Elemente für Gesundheit im Mandala

Lebensfeld - astrologisches Haus

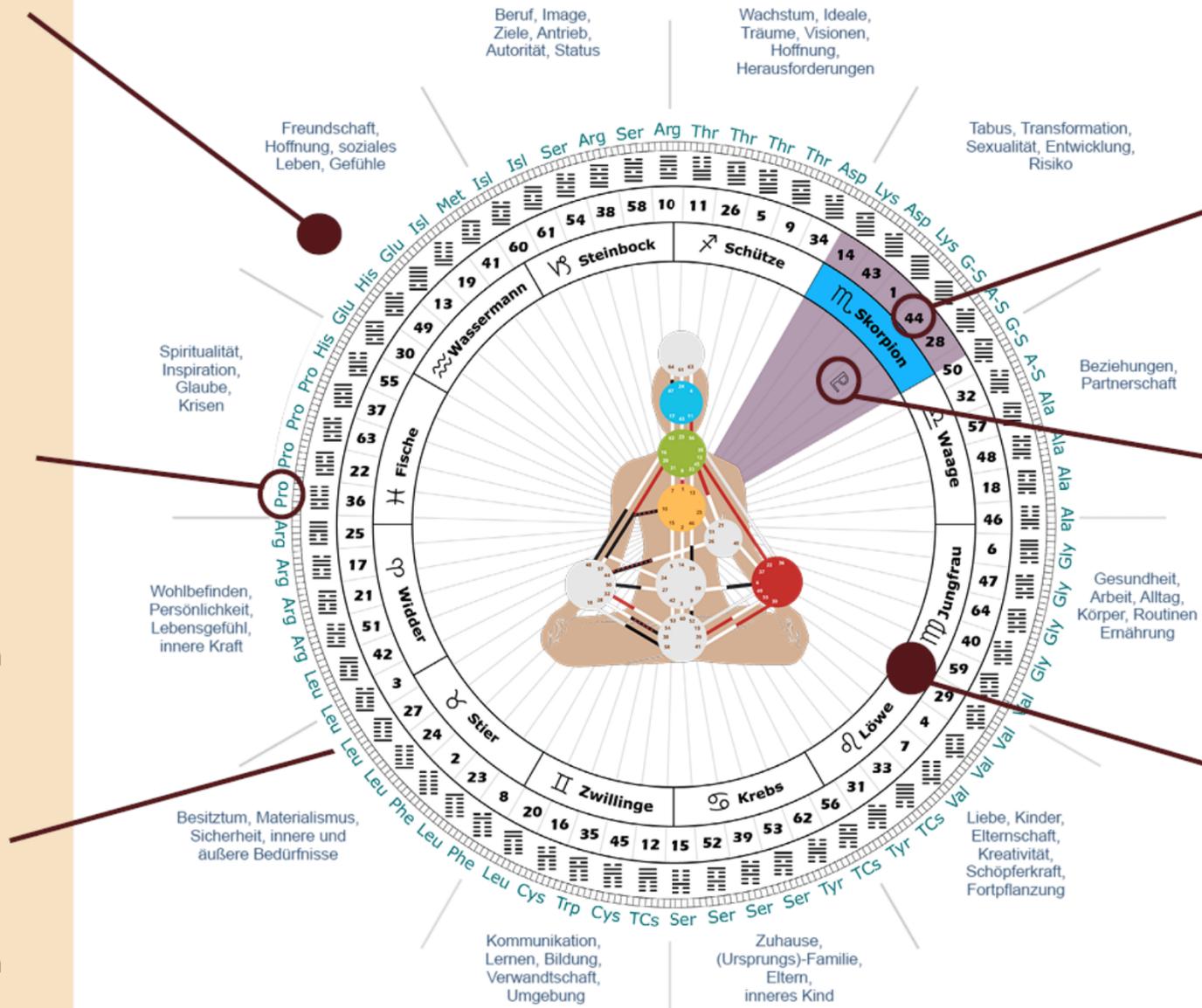
Die 12 astrologischen Häuser im Human Design sind identisch den 12 Segmenten der Tierkreise zugeordnet. Sie geben uns Aufschluss darüber in welchem Lebensfeld sich ein Thema zeigen kann oder in welchem Bereich wir besondere Herausforderungen und Entwicklungsmöglichkeiten haben.

Aminosäure

Die Aminosäuren im Human Design sind jeweils einem Tor zugeordnet und geben uns Hinweise darauf, was wir auf Körperebene zur Gesunderhaltung brauchen. Die Aminosäuren sind Bestandteile von Lebensmitteln und Nahrung oder werden vom Körper selbst produziert. Bei einem Aminosäuremangel können ebenfalls körperliche Symptome auftreten. Umso wichtiger ist es, den eigenen Bedarf an Aminosäuren zu kennen und die Ernährung bewusst daran auszurichten.

I-Ging Symbol

Die I-Ging Symbole sind ca. 5000 Jahre alte Schriftzeichen, die uns Aufschluss darüber geben, welche Aufgaben wir im Leben haben. Die I-Ging Symbole (auch als binärer Code bezeichnet durch die Linien in durchgezogener und durchlaufender Form) können uns Aufschluss über die Energieform der Tore (männlich/weiblich) geben.



Tor

Die 64 Tore im Human Design sind die „Übersetzung“ der I-Ging Symbole und unsere Genschlüssel. In ihnen finden wir unsere Potenziale, die wir entwickeln können, wenn wir uns den Schattenthemen im Tor zuwenden. Die Tore sind für die Gesundheitsanalyse von entscheidender Bedeutung, da sie dir individuell sagen, welche metaphysische Bedeutung hinter einem Symptom steht.

Planet

Die Planeten aktivieren unsere Tore im Mandala. Sie legen fest welche Aufgaben und Themen du bearbeitest und welche Genschlüssel (Tore) bei dir aktiviert sind.

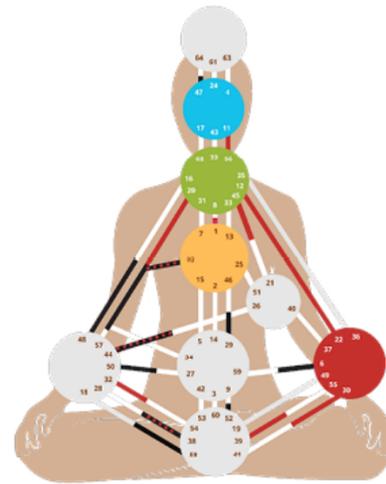
Tierkreis

Die 12 Tierkreise im Human Design sind jeweils einem oder mehreren Körperbereichen zugeordnet. Sie geben uns Aufschluss über den Körperbereich, der sich meldet, wenn wir ein Thema im Schatten ausleben und unsere Seele uns auf etwas aufmerksam machen möchte.

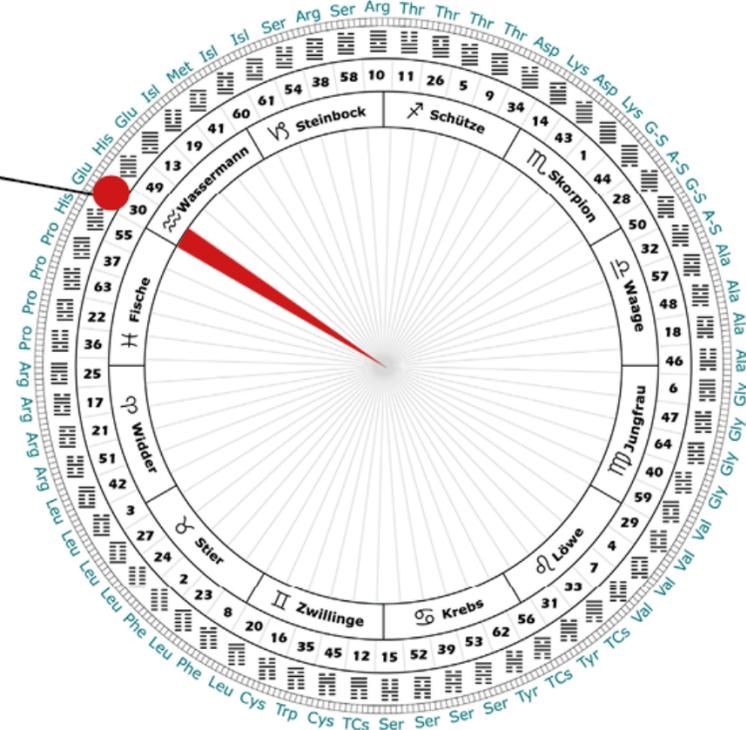
Was ist eine Aktivierung?

In diesem Mandala siehst du eine Aktivierung durch den Planeten Pluto im Tor 44, dass im Tierkreiszeichen Skorpion steht und somit im 8. Haus. Die zugehörige Aminosäure wäre in dem Fall Glutaminsäure (G-S).

- 12.1 ☉
- 11.1 ⊕
- 30.5 ♀
- 29.5 ☽
- 32.4 ☾
- 20.1 ♀
- 39.3 ♀
- 56.3 ♂
- 45.3 ♃
- 38.3 ♃
- 10.6 ☽
- 38.3 ♀
- 44.6 ♀



- ☉ 47.5
- ⊕ 22.5
- ♀ 30.2
- ☽ 29.2
- ☾ 30.5
- ♀ 48.1
- ♀ 50.6
- ♂ 6.4
- ♃ 52.5
- ♃ 58.4
- ☽ 10.4
- ♀ 38.1
- ♀ 44.6



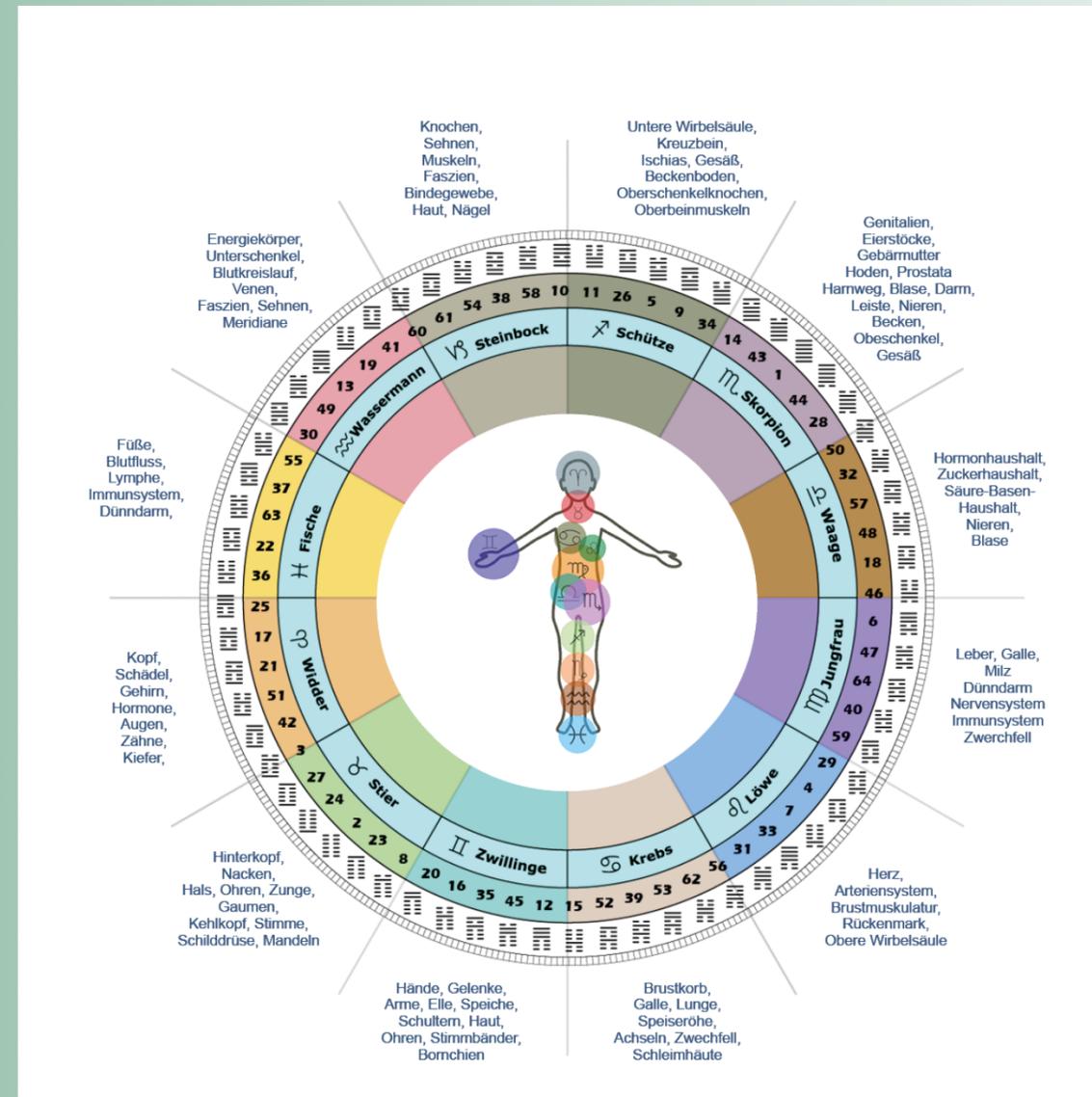
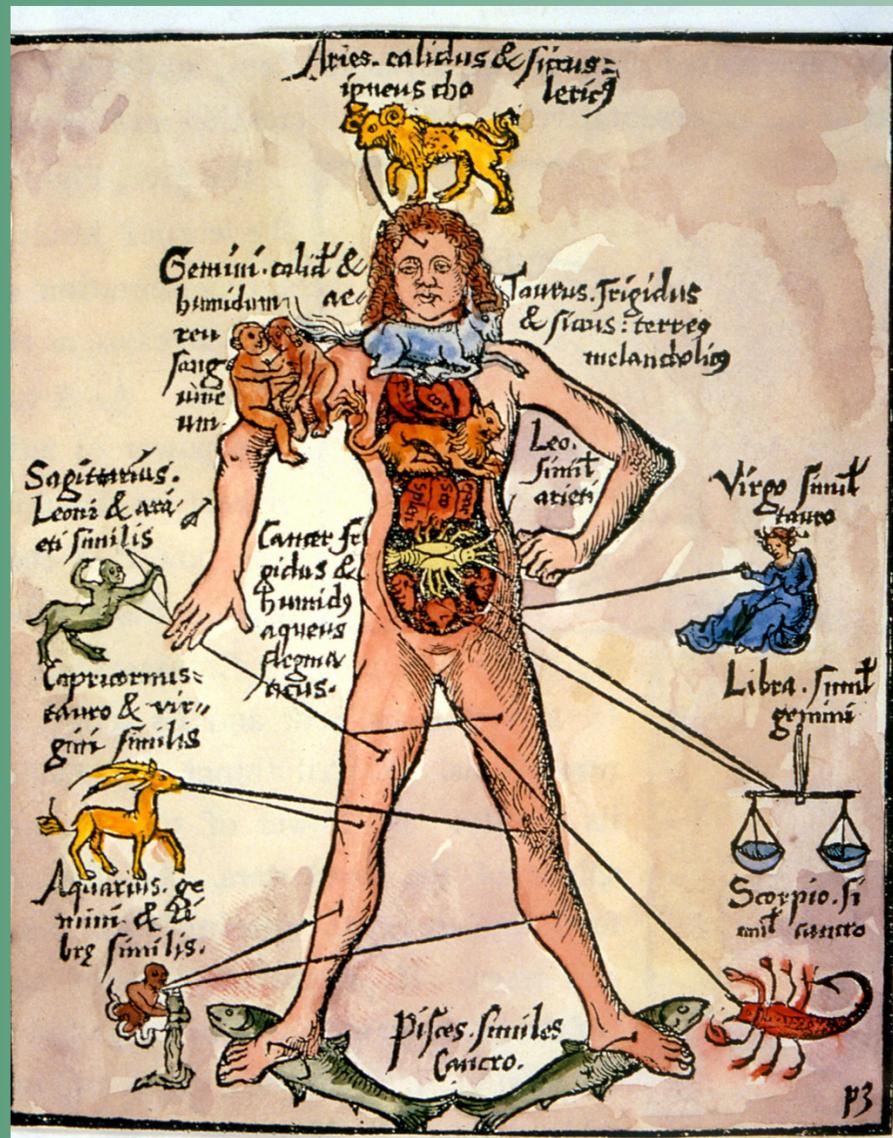
*Bodygraph und
Mandala
- wie sie sich
bedingen und
entstehen!*

Astrologische Medizin

Ordnet Tierkreise und Planeten Körperbereiche zu, wodurch wir aus Symptomen schließen können welche Energie dahintersteht.

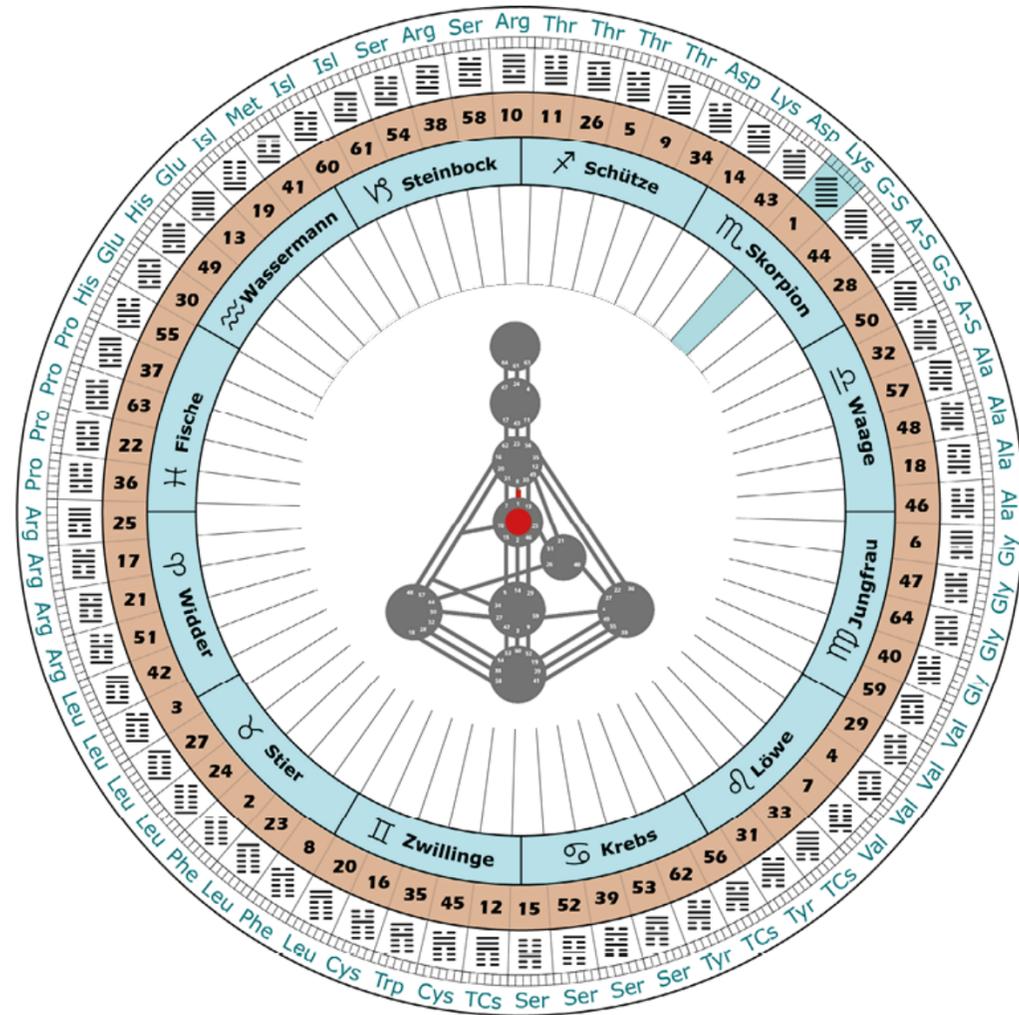
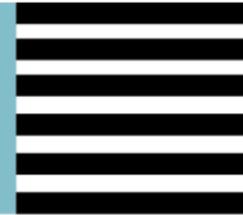
Tipp: Dein Sonnenzeichen (Sternzeichen) lesen, anhören!

Die Tierkreise sind das A und O der Ausbildung.



Tor 1

Kreativität und Selbsta Ausdruck



Ableitung aus dem I-Ging

Die individuelle Übersetzung
“deines Themas” z.B. Tor 1 =
Kreativität und
Selbsta Ausdruck leben.

Antrieb:

Ausleben der Schöpferkraft,
Inspirationsquelle sein

Gabe:

Individuelle, neue Wege
beschreiten

Schatten:

Unordnung, Chaos, Energiestau,
Verlust der Schöpferkraft,
Bore-Out

Haus:

8 - Tabus, Transformation,
Entwicklung, Sexualität

Energiezenter:

Selbst

Körperbereich:

Harnwege, Blase, Darm,
Geschlechtsorgane, Gesäß,
Becken, Nieren, entgiftende
Organe

Element

Wasser

Tierkeiszeichen

Skorpion

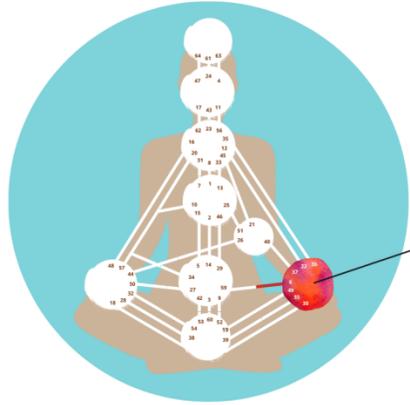
Aminosäure

LYSIN

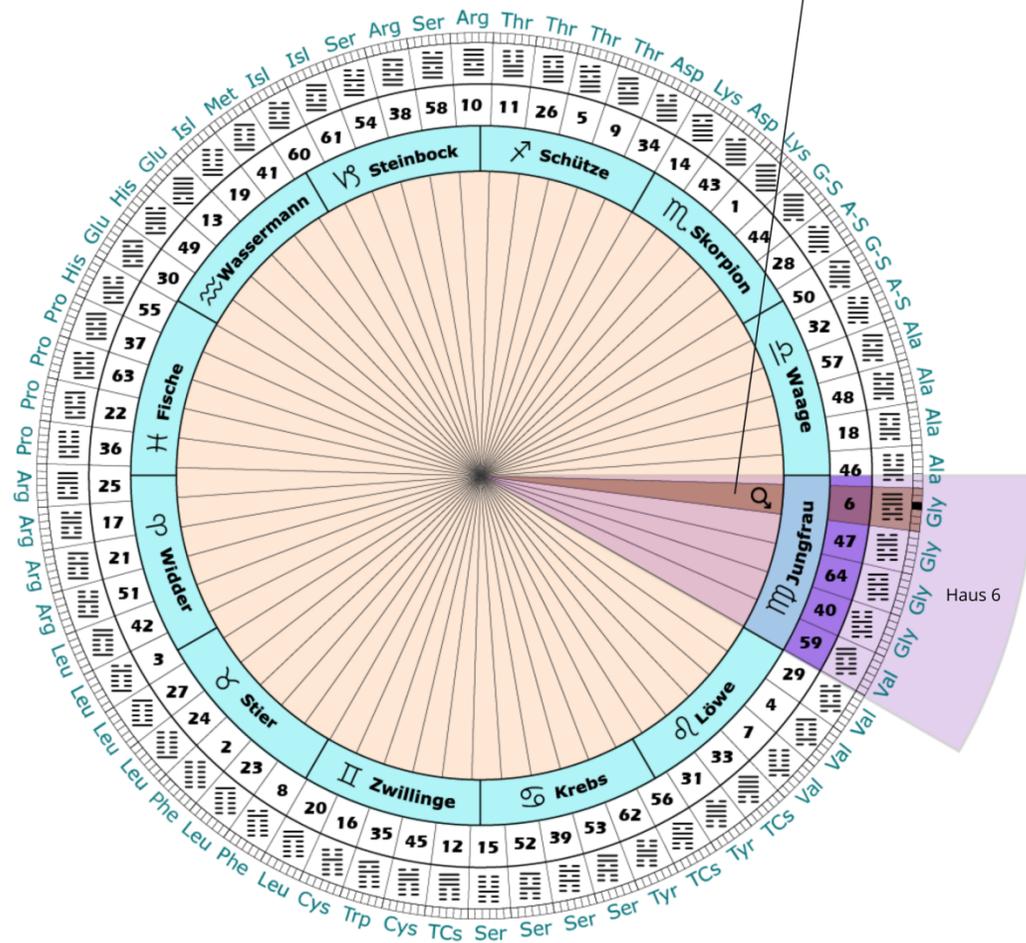
Tor 6 - Tor der Diplomatie

Tierkreiszeichen: Jungfrau
 Haus: 6
 Aminosäure: Glycin
 Zenter: Emotion

- 12.1 ☉
- 11.1 ⊕
- 30.5 ♀
- 29.5 ♂
- 32.4 ☾
- 20.1 ♀
- 39.3 ♀
- 56.3 ♂
- 45.3 ♃
- 38.3 ♃
- 10.6 ☉
- 38.3 ♀
- 44.6 ♁



- ☉ 47.5
- ⊕ 22.5
- ♀ 30.2
- ♂ 29.2
- ☾ 30.5
- ♀ 48.1
- ♀ 50.6
- ♂ 6.4
- ♃ 52.5
- ♃ 58.4
- ☉ 10.4
- ♀ 38.1
- ♁ 44.6



*Über die Aktivierung
 im Mandala können
 wir “Themen” direkt
 einem
 Körperbereich
 zuordnen oder
 einem Lebensfeld!*

Grundannahme

= Energie hat einen prägenden Einfluss auf Materie

= der Körper meldet sich, wenn ein Tor im Schatten gelebt wird und damit die niedrigere Frequenz für die Zelle darstellt

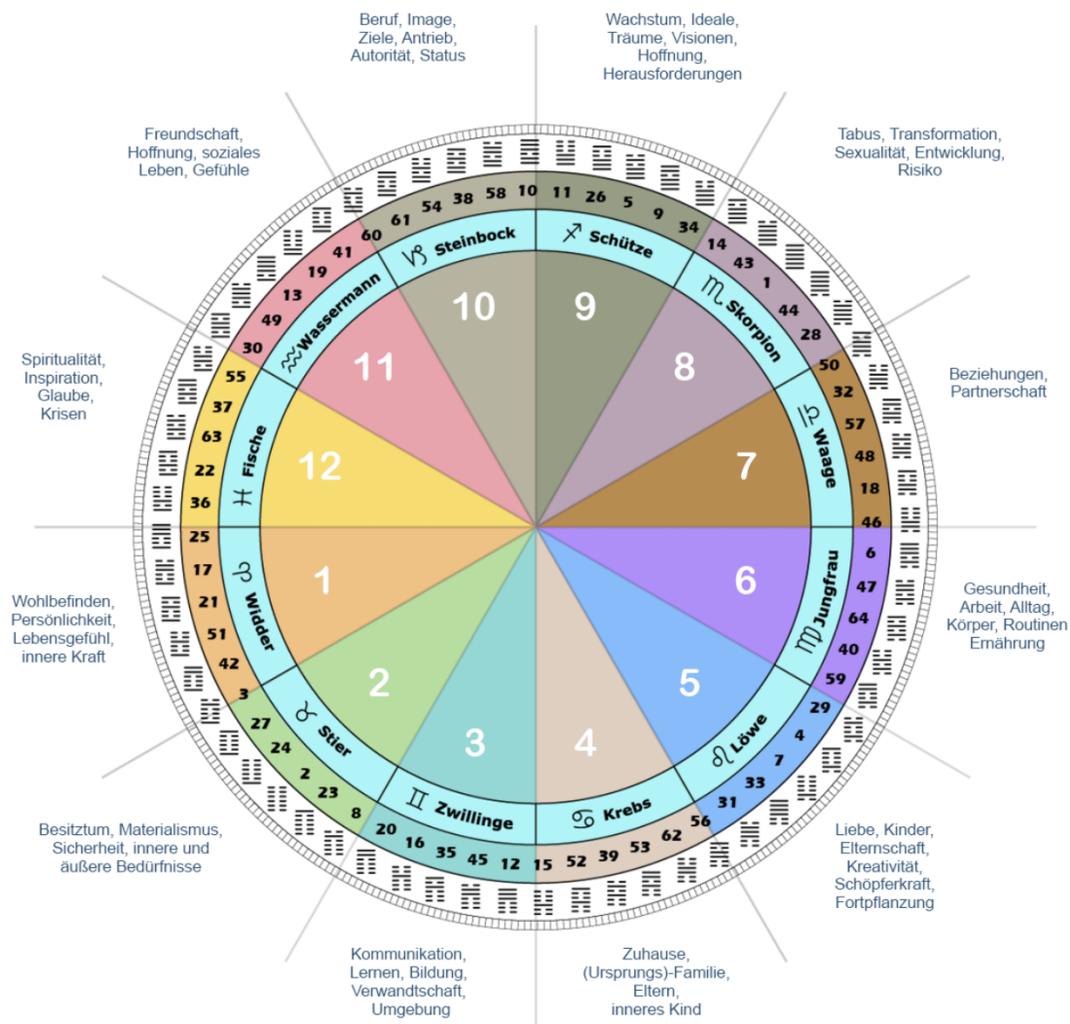
= der Körper meldet sich um in die höhere Frequenz streben zu dürfen

Lebensfelder

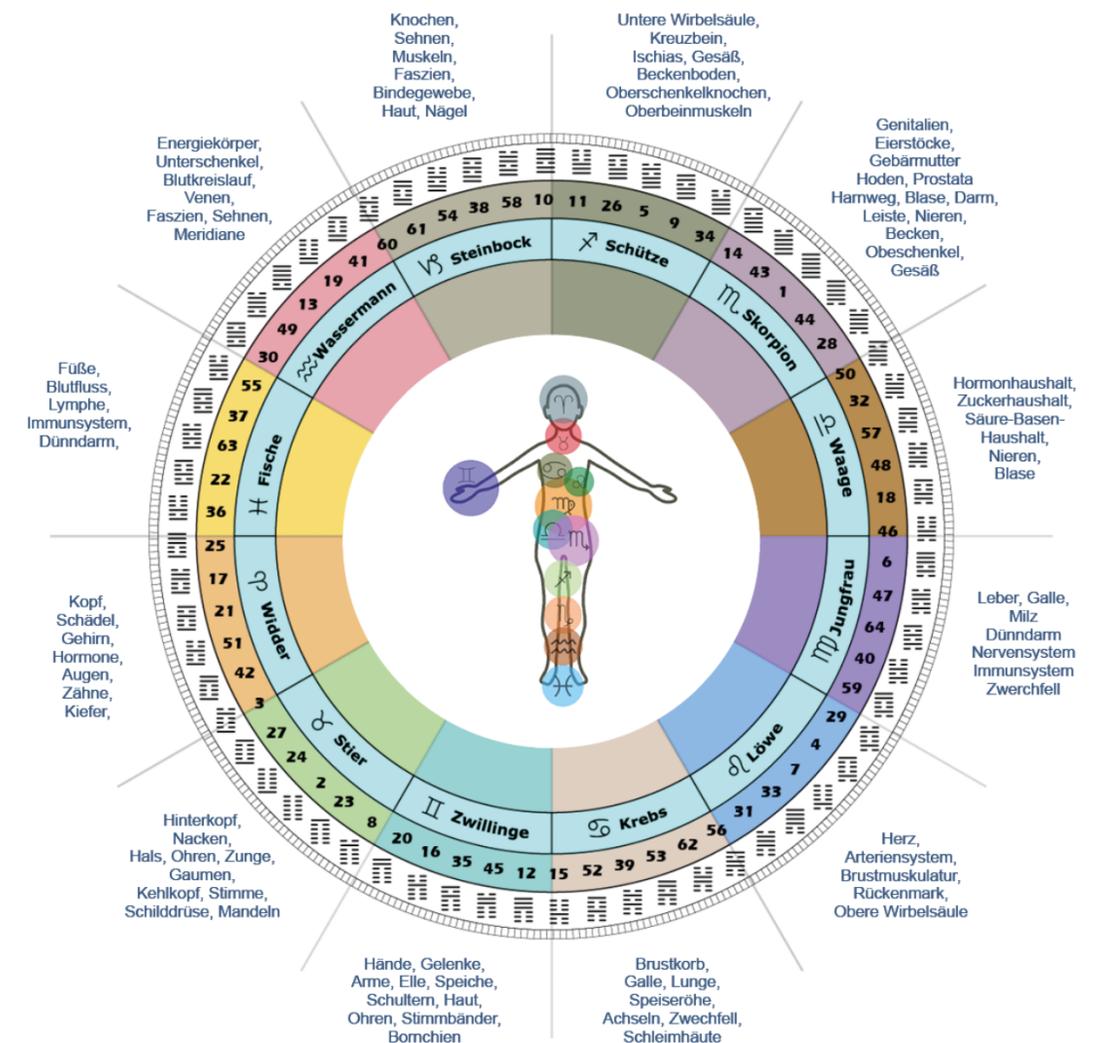
mentale Blockaden und Bereiche in denen sich etwas zeigt oder der Körper reagiert z.B. Feld 5 - die eigene Elternschaft

Körperbereiche

die Sprache des Körpers herausfinden und das Thema "dahinter" durch die Toraktivierung erkennen



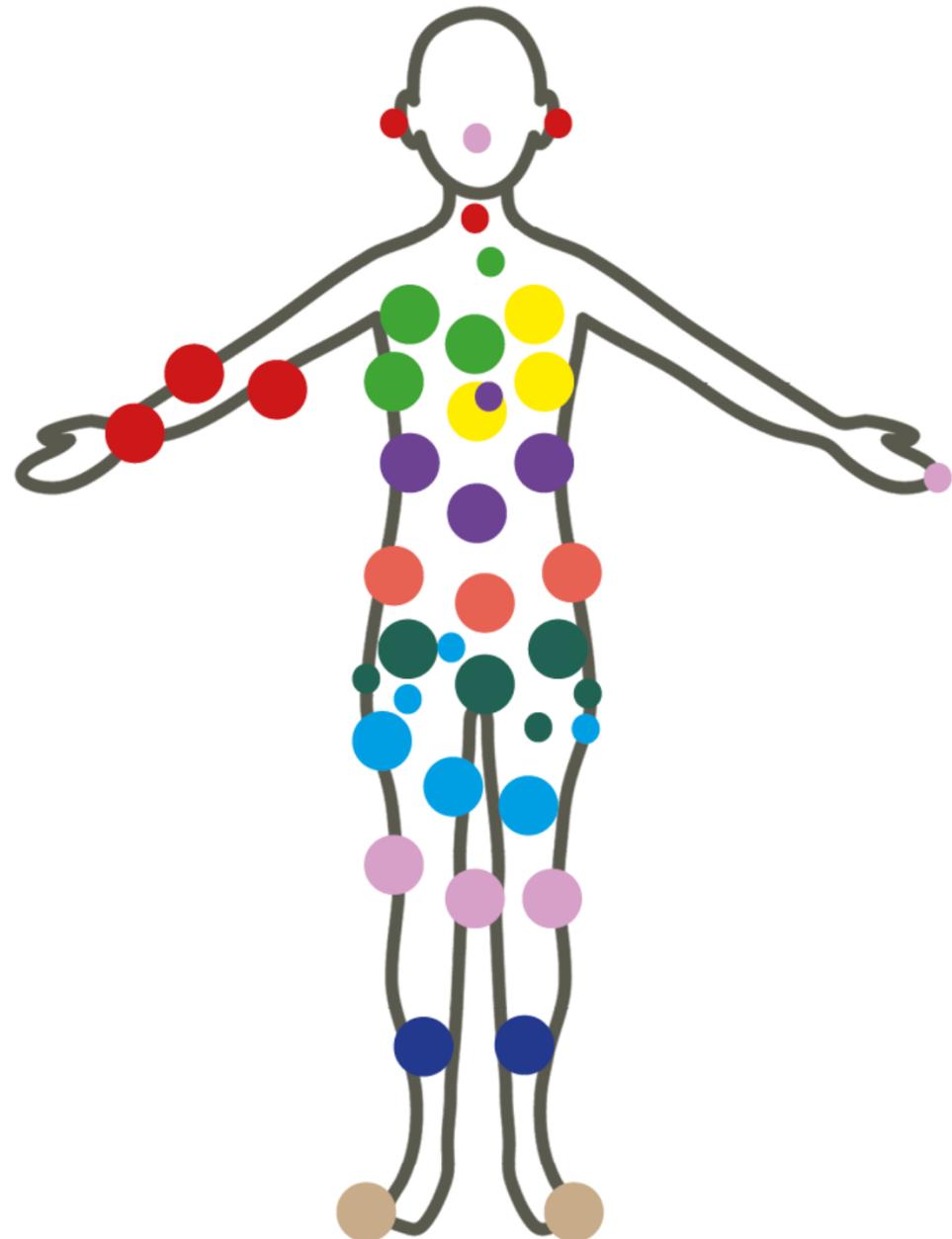
Erweiterung des klassischen Human Design



Dein Human Design Energiebild übersetzt dir...

...deine individuelle Körper- und Symptomsprache

Mit dem Gesundheitskompass bist du in der Lage, dir dieses individuelle Körpersprache und Symptombild selbst zu erstellen.



Symbol	Dieser Körperbereich meldet sich...	...wenn folgende Schatten gelebt werden. (Tore)	...und fordert auf zu...	In diesem Lebensfeld zeigen sich die Schatten/Symptome:
● II	Zwilling • Handgelenke, Hände • Elle, Speiche, Arme • Ohren und Stimmbänder • Schulterblatt, Schlüsselbein • Knochen, Bronchien	20 Oberflächlichkeit 45 Dominanz, Gier 12 Eitelkeit und Sucht nach Ruhm	20 Genuss, Tiefe 45 Synergien, Ressourcen sammeln 12 andere begeistern durch Sprechen	Kommunikation, Wissen, Bildung, Umgebung, Reize
● ♋	Krebs • Brüste, Magen, Zwerchfell, Gallenblase • Brustbein, Rippen, Speiseröhre, Herzbeutel • Brustkorb, Achseln • Lunge, Schleimhaut	52 Unruhe, Verlust des Fokus 39 Provozieren um zu verletzen 53 Hilfe geben für Anerkennung und Macht 56 Überreizung, Grenzen überschreiten	52 Stille, Erfüllung in der Ruhe finden 39 andere sanft Wachrütteln 53 Helfen den ersten Schritt zu tun 56 Menschen Anregung bieten	Zuhause, Ursprungsfamilie, Ahnen
● ♌	Löwe • Herz, Herzgefäße, Kammern • Arteriensystem • Rücken- und Brustmuskulatur • Rückenbahnen-, Mark	29 Unentschlossenheit, Überlastung durch JA-sagen	29 Ausdauer und Grenzen setzen	Schöpferkraft, Kreativität, Elternschaft, eigene Kinder, Fortpflanzung
● ♍	Jungfrau • Leber, Galle, Milz, Dünndarm • Bauchspeicheldrüse • Nervensystem, Immunsystem • Zwerchfell	47 Sinn nicht finden 6 Konfliktbereitschaft, Verurteilen 46 übermäßige Seriosität, Streben nach Perfektion	47 Sinn finden und vermitteln 6 Diplomatie, Mediation, Besonnenheit 46 Chancen erkennen, Weg der Vervollkommnung	Arbeit, Gesundheit, Routinen, Ernährung, Körperbewusstsein
● ♎	Waage • Nieren, Blase, Harnsystem • Eierstöcke, Hoden • Unterer Rücken, Leiste • Hormon- und Zuckerhaushalt • Säure-Base Haushalt	48 Manipulation oder „sich unterwerfen“ 32 grenzenlose Prinzipientreue Hang zu Ideologie 50 korruptes Handeln	48 Dingen auf den Grund gehen, Schlagfertigkeit 32 Wertvolles Bewahren, gesunde Beständigkeit 50 Werte finden	Beziehungen und Partnerschaften
● ♏	Skorpion • Prostata, Hoden, Genitalien • Harnwege, Blase, Darm • Leistengegend, Becken, Nieren • Oberschenkel, Gesäß	44 andere verurteilen in ihren Beziehungen, es alleine durchziehen	44 Interaktionsgenie werden, Menschen in Beziehungen fördern	Tabus, Transformation, Entwicklung, Sexualität, Emotionen
● ♐	Schütze • Oberbeinmuskulatur, Gesäß • Kreuzbein, Ischias • untere Wirbelsäule • Oberschenkelknochen • Beckenboden, Gelenke	11 kein Vertrauen in eigene Ideen, Selbstwertzweifel	11 Idealismus und Begeisterung für neue Konzepte	Wachstum, Entwicklung, Ideale, Träume, Herausforderungen
● ♑	Steinbock • Knochen, Gelenke, Bänder, Sehnen • Faszien, Bindegewebe, Haut • Zähne, Nägel • Hamstrings	10 egozentriertes Handeln 58 Unzufriedenheit im Sein 38 Aggressivität oder Passivität im Kampf	10 auhtentischen Weg gehen, Natürlichkeit leben 58 Lebendigkeit leben 38 Für ein Ziel friedvoll einstehen	Beruf, Image, Antrieb, Ziele, Kontrolle, Ordnung, Bestrebung, Status, Autorität
● ♒	Wassermann • Unterschenkel • Muskeln, Knochen, Sehnen • Meridiane, Faszien, Chakren • Blutkreislauf, Venen • Energiekörper	30 Wollust, Naivität, Verlangen	30 Gefühle erleben, Körpergrenzen erfahren	Freundschaft, Hoffnung, soziales Leben, Freundschaften
● ♓	Fische • Füße, Blutfluss • Lymphe, Lymphbahnen • Immunsystem • Dünndarm	22 übergrißiges Mitfühlen, anderen nicht zuhören	22 dich mitteilen und anderen Zuhören	Inspiration, Glaube, Krisen, Spiritualität

Workbook:

*Nutzt die Blanko Grafiken und
Tabellen und füllt das einmal für
euch aus!*

***Hohe Komplexität,
keine Einheitsantwort***

Lebensmitteltabelle nach Aminosäurebedarf für 72 kg Körpergewicht

Der Tagesgesamtbedarf an Proteinen liegt bei dem Klienten bei 60 g für 72 kg Körpergewicht (0,8 g/kg).

	Protein gesamt, je 100 g Portion	Lysin	<u>Leucin</u>	Isoleucin	Threonin	Valin
Tagesbedarf gesamt bei 72 kg Körpergewicht in g		2,2 g	2,8 g	1,4 g	1,1 g	1,9 g
Sojaprotein, <u>natur</u>	88,5 g	6,4 g	7,4 g	4,6 g	4 g	4,8 g
<u>Seitan</u> (Weizengluten)	75,2 g	1,9 g	6,5 g	3,3 g	2,4 g	3,4 g
Algen, <u>Spirulina</u> , getrocknet	57,5 g	3 g	4,9 g	3,2 g	3 g	3,5 g
Erdnussmehl	52,2 g	1,9 g	3,3 g	1,8 g	1,8 g	2,2 g
Kürbiskerne, getrocknet	30,2 g	1,2 g	2,4 g	1,3 g	1	1,6 g
Bergkäse	28,9 g	2,1 g	2,7 g	1,7 g	1,2 g	1,8 g
Hirsch	28,1 g	2,3 g	2,2 g	1,4 g	1,2 g	1,4 g
Linsen	25,5 g	1,7 g	1,8 g	1,1 g	0,9 g	1,2 g
Huhn	23,6 g	2,5 g	2,1 g	1,5 g	1,2 g	1,4 g
Thunfisch	21,7 g	1,8 g	1,6 g	1,0 g	0,9 g	1,1 g

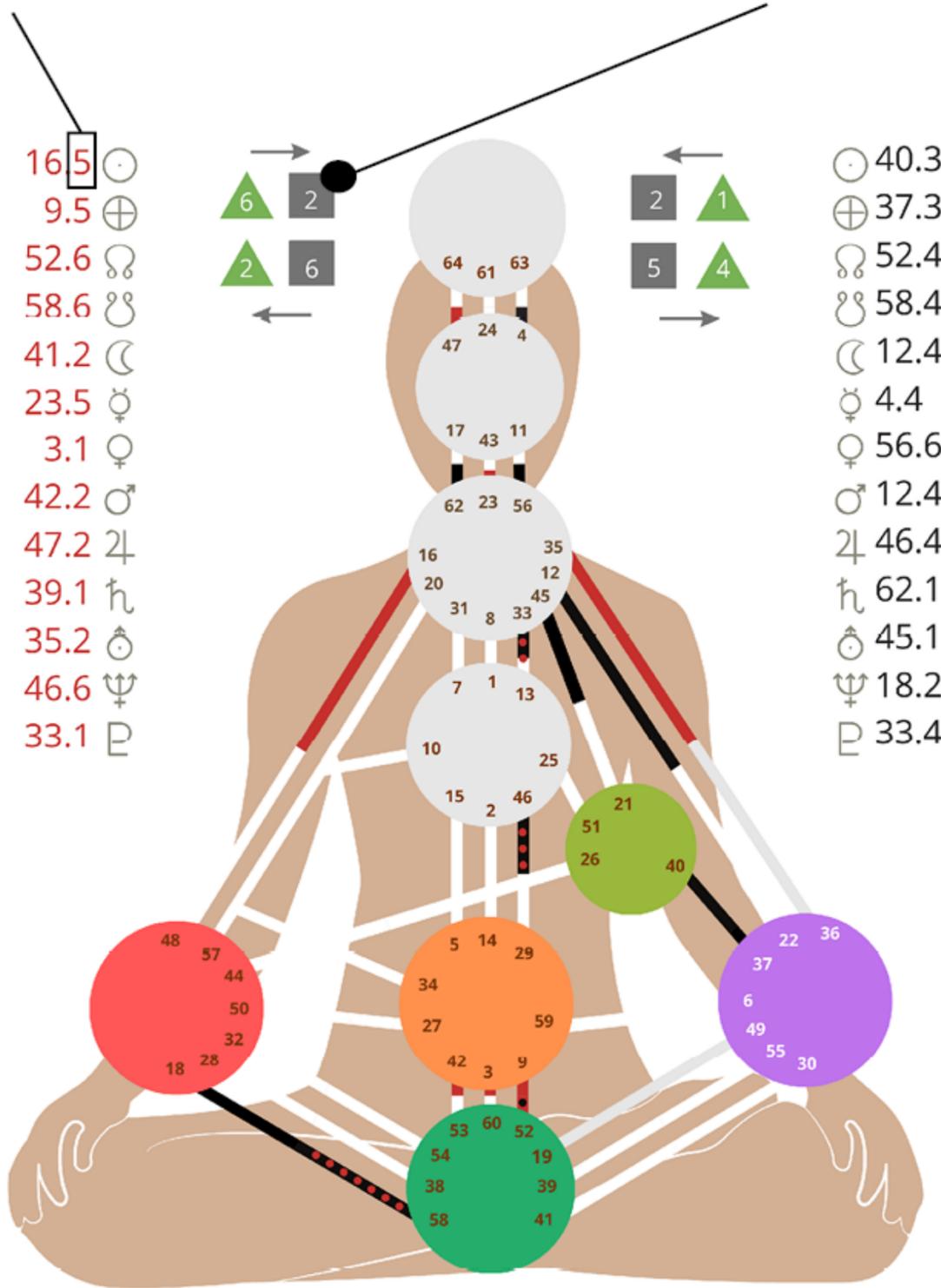
Ableitung der optimalen Ernährung, damit der Bedarf an essentiellen Aminosäuren gedeckt ist.

Du legst damit das Fundament für deine mentale Entwicklung und emotionale Bewusstseinsreise.

Beim Körper anfangen und dann losgehen.

Betrachtungspunkt:
Sportlinie im Bodygraph

Betrachtungspunkt:
Ernährungsvariable im Bodygraph



Sport- und Ernährungstyp aus dem PHS (Primary Health System) des Human Design

- *Sportlinie (Linie der unbewussten Sonne = Körperkraft und Antrieb)*
- *Ernährungsvariable und Ausprägung*
- *Geben uns Hinweise auf die Art der Energiebewegung (nicht unbedingt Sport) und die Art der Nahrungsaufnahme*
- *Es sind die "weichen Faktoren" drumherum*

Next Step:

4 Wege der Analyse