

Human Design Nederlands

Deel 4



Centra

Nico Cost

16 augustus 2017

<http://humandesiggnl.weebly.com>

Centra

Het Human Design systeem kent 9 centra, te weten:

- + Hoofd = Mentale processen in relatie tot de omgeving
- + Ajna = Interne mentale processen
- + Keel = Manifesterende kracht
- + Zonnevlecht = Emoties
- + G (Zelf) = Identiteit
- + Milt = Intuïtie
- + Hart/Ego = Wilskracht
- + Sacraal = Interne levenskracht
- + Wortel = Levenskracht in relatie tot de omgeving

Al deze centra zijn energiebronnen die voor ons werken, altijd, dus ook als ze niet gedefinieerd zijn. We hebben dan ook allemaal te maken met al deze centra. Bij de respectievelijke centra zal ik wel aangeven wat het betekent als er wel of geen definitie is.

De volgorde heb ik met opzet zo gekozen. Het bovenste en onderste centrum, hoofd en wortel, zijn zogeheten drukcentra. Hier vindt continu druk plaats vanuit en in interactie met de omgeving. Het Hoofd centrum is continue bezig met nadenken over vragen en twijfels verwerken. Wat zou die ander vinden. Het Wortel centrum is continu bezig met impulsen geven vanuit het leven zelf, de natuur die zich aandient in bijvoorbeeld koud weer of anderen die willen dat jij je inzet voor 'de goede zaak'.

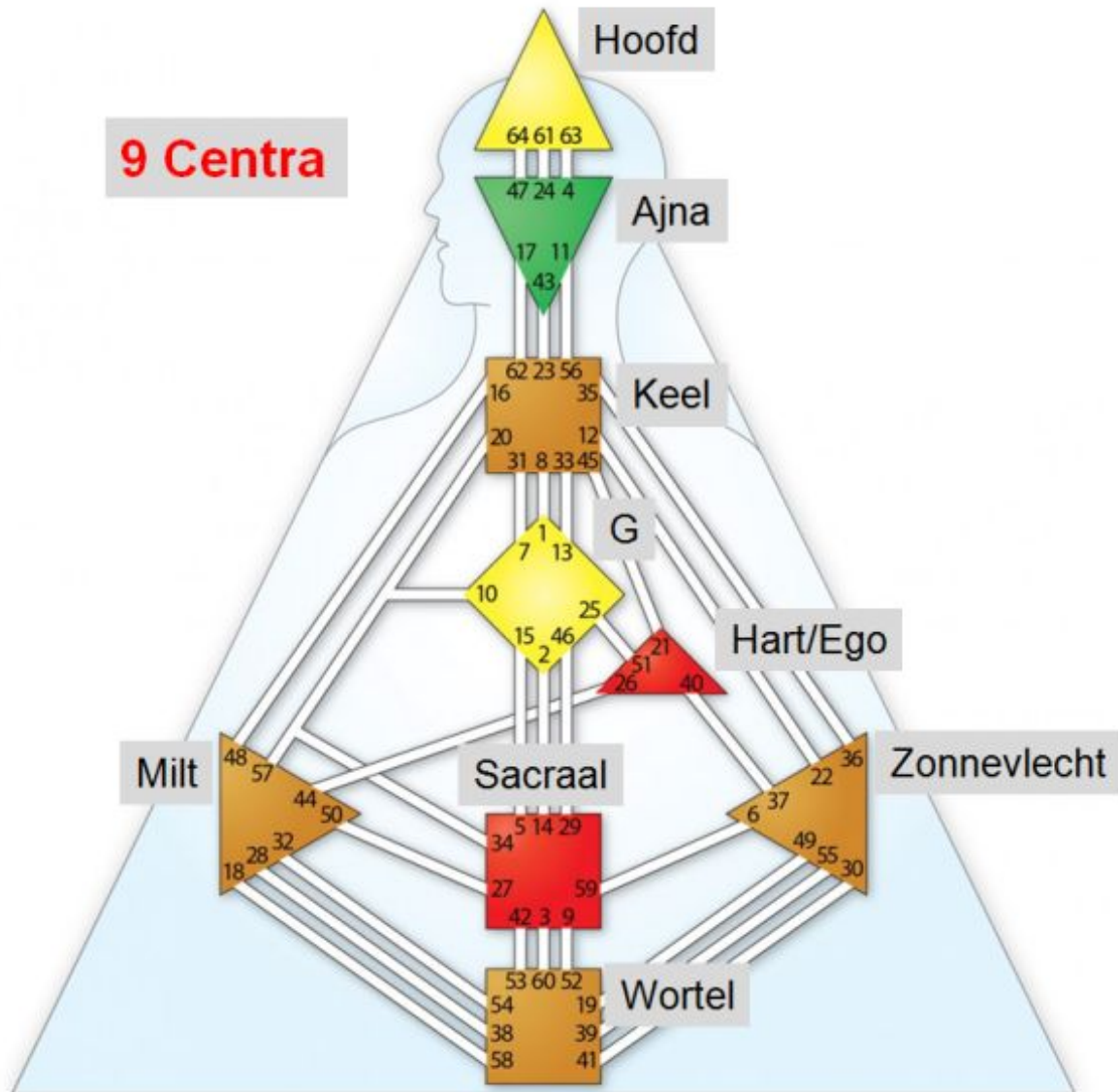
In het midden ben jij Zelf, jouw G centrum, dat is wie jij bent, jouw identiteit. Hier mag je van jezelf houden en van hieruit kun je het beste de richting bepalen welke kant je op gaat bewegen.

Het Hoofd centrum werkt nauw samen met het Ajna centrum, wat al die vragen en twijfels verwerkt naar antwoorden en oplossingen. Het Wortel centrum werkt nauw samen met het Sacraal centrum, wat de uiterlijke druk kan neutraliseren met de innerlijke levenskracht.

Het Zonnevlecht centrum bevat de emoties, die hier gezien mogen worden voortkomend uit onze mentale processen.

De Milt bevat de intuïtie, die verbonden is met onze levenskracht, ons instinct.

Wij hebben dus allemaal te maken met al deze 9 centra, er stroomt op enig moment in ons leven altijd energie. Uiteraard bepaald onze definitie wel in welke mate en hoe gemakkelijk of lastig de energie stroomt. Bij de centra zal ik daar meer over aangeven en ook voorbeelden geven.



Drie soorten

Er zijn drie soorten centra, centra die iets gemeen hebben.

We hebben 2 Druk centra, die geven namelijk druk van buitenaf en we kunnen ons erg onbehaaglijk voelen als we geen gehoor geven aan die druk om tot actie over te gaan.

De 2 Druk centra zijn:

- + Hoofd centrum; Hier ontstaan de vragen en de twijfels in ons denken door interactie met andere mensen en onze omgeving.
- + Wortel centrum; Hier bestaat de druk vooral uit erbij willen horen, een grotendeels onbewust proces om aansluiting te houden.

Van de 9 centra zijn er 4 een Energie centrum, in het Engels worden deze 4 centra motoren genoemd. Wanneer zo'n Energie centrum gedefinieerd is, dan komt jouw energie vooral vanuit zo'n centrum. Het gaat er niet om of je energie hebt, maar waaruit jouw energie ontstaat. Heb je geen gedefinieerd Energie centrum, dan ben je voor benodigde energie afhankelijker van je omgeving (andermans energie en de energie die de planeet standen met zich meebrengen).

De 4 Energie centra zijn:

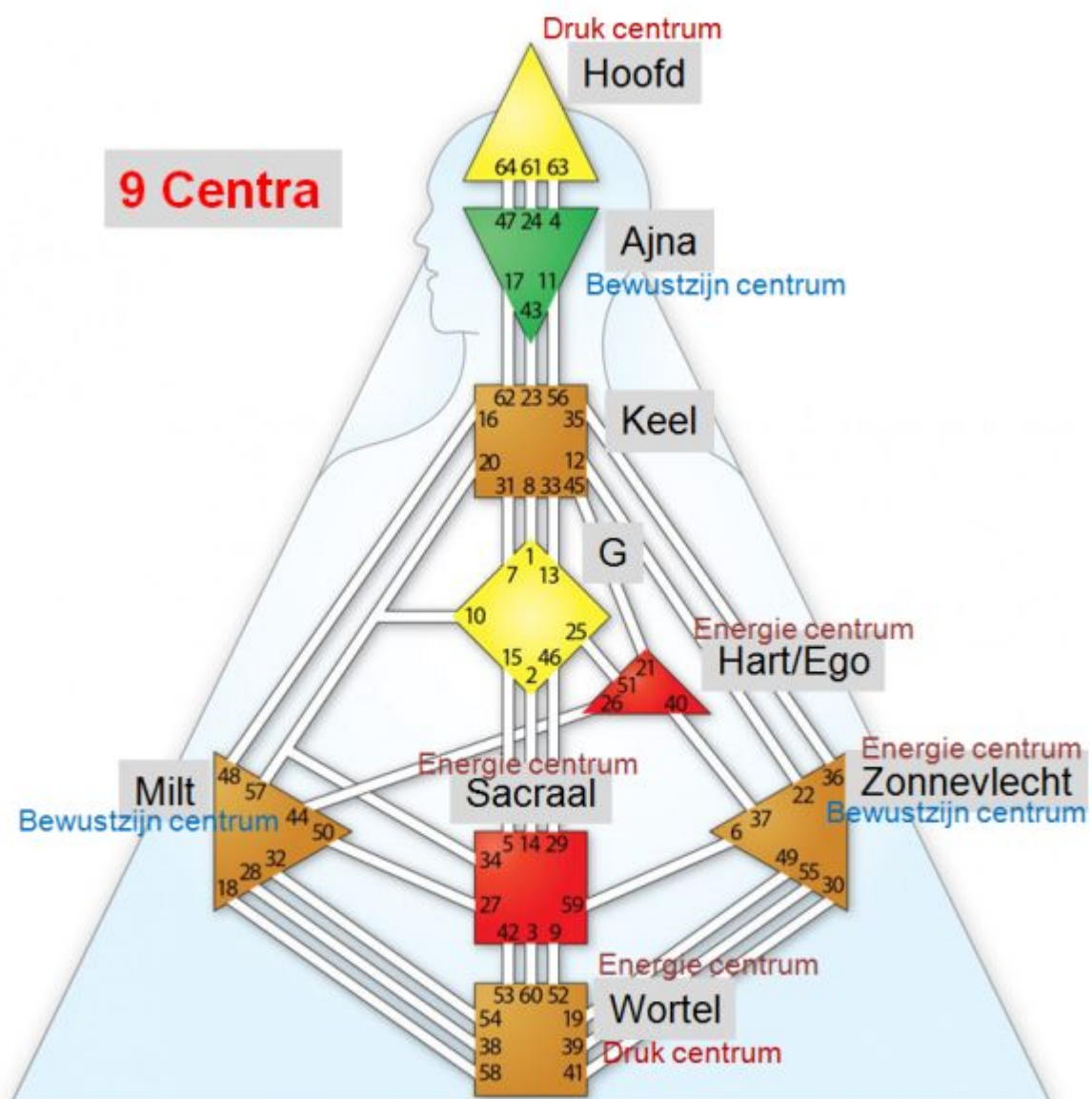
- + Sacrale centrum; Dit is de interne levenskracht, duidelijk dat hier energie in huist.
- + Wortel centrum; Dit is de levenskracht in relatie tot de omgeving, ook hier duidelijk dat er energie in het spel is.
- + Hart-Ego centrum; Dit centrum bevat onze wilskracht en ook hier zit veel energie.
- + Zonnevlecht centrum; Dit zijn onze emoties en het is niet vreemd dat daar ook veel energie vanuit kan gaan.

Verder hebben we 3 Bewustzijn centra, in het Engels wordt de term Awareness gebruikt. Deze centra maken ons bewust. We zien hier lichaamsbewustzijn, mentaal bewustzijn en emotioneel bewustzijn. Door onze gewaarwording worden we ons meer bewust.

De 3 Bewustzijn centra zijn:

- + Milt centrum; Dit is ons oudste bewustzijn centrum, het is ons instinct, ons lichaamsbewustzijn, en we delen dit met de dieren die ook deze gewaarwording kennen.
- + Ajna centrum; Dit is ons denkvermogen, ons mentale bewustzijn en dit onderscheidt ons van de dieren, het geeft ons mensen een hoger bewustzijnsniveau.
- + Zonnevlecht centrum; Dit zijn onze emoties, in feite een verlengstuk van ons denkvermogen, maar het herbergt naar de toekomst ascentiekracht.

In Human Design is onze Zonnevlecht nu nog een Energie centrum en zal na 2027 meer een Bewustzijn centrum worden, dit is een evolutionaire gang die de mens gaat maken. Je kunt hier meer informatie over vinden op het internet. Voor nu is het wel goed om te weten dat ons Zonnevlecht centrum een 'apart geval' is. Het is als het ware onvolgroeid en we hebben 'last' van onze emoties. Wanneer we ons (onvoldoende) bewust zijn, dan leven we onze emoties in plaats van dat we puur de emoties waarnemen en in goede zin gebruiken. Ben je soms boos en niet voor rede vatbaar? Of kun je boos en neutraal tegelijk zijn? Ben je soms je emotie, of kun je los staan van je emotie? Dit is de weg die de mens aflegt, door zich meer bewust te worden en los te kunnen komen van de emoties.



Drie toestanden

Centra kunnen in 3 verschillende toestanden zijn: Gedefinieerd, Ongedefinieerd en Open. Het is belangrijk dit goed te begrijpen bij het lezen van je kaart.

De stand van de planeten bepaald of specifieke poorten in je kaart gedefinieerd (gekleurd) zijn. Wanneer twee tegenover elkaar liggende poorten gedefinieerd zijn, dan is het hele kanaal gedefinieerd. En daarmee zijn de twee centra aan weerszijde van dat kanaal gedefinieerd. Zo'n Centrum noemen we een Gedefinieerd Centrum.

Wat gedefinieerd is, daar stroomt automatisch de energie doorheen, het is de gemakkelijkste weg voor jouw energie.

Wanneer er een planeet in een poort staat, dan is deze dus gedefinieerd. Wanneer de tegenoverliggende poort niet gedefinieerd is, dan is het kanaal dus niet gedefinieerd. De energie blijft als het ware steken in die gedefinieerde poort en die energie zoekt een uitweg die er op dat moment niet is.

Het Centrum wat een gedefinieerde poort heeft, maar geen gedefinieerd kanaal, noemen we een Ongedefinieerd Centrum.

Blijft over een centrum wat geen enkel gedefinieerde poort heeft, een centrum wat geheel wit blijft in de kaart. Dit noemen we een Open Centrum.

Veel mensen gebruiken de term Open ook voor een Ongedefinieerd Centrum, maar dit is eigenlijk niet juist. Er is namelijk wel degelijk een verschil.

Bij een Ongedefinieerd Centrum kan de energie nog een uitweg zoeken via een gedefinieerde poort. Bij een Open Centrum kan de energie nergens naar toe en blijft als het ware hangen in dat centrum.

Ik kan mij voorstellen dat het nog steeds lastig is dit goed te begrijpen, je zult het voor nu nog even aan mogen nemen. Later wordt dit wel nog meer duidelijk, zeker als we meer gaan begrijpen van de kaart en jouw eigen design.

De 3 toestanden van een Centrum zijn dus:

- + Gedefinieerd; de energie stroomt automatisch door de gedefinieerde kanalen naar het tegenoverliggende centrum.
- + Ongedefinieerd; de energie blijft hangen in de gedefinieerde poort en zoekt een uitweg.
- + Open; de energie blijft hangen in het centrum zelf, het heeft geen voor de hand liggende keuze van een poort/kanaal.

Wanneer een Centrum gedefinieerd is, dan heb je vooral te maken met jouw eigen energie. Bij een Ongedefinieerd en bij een Open centrum heb je vooral te maken met energie van anderen, je wordt beïnvloed door anderen in dat centrum. Bij een Open centrum is dat extra sterk doordat je daar geen enkele definitie hebt.

Alles heeft voor- en nadelen. Een Open Centrum betekent naast beïnvloeding ook heel veel ruimte om in te bewegen, we kunnen in een Open Centrum het meeste leren, ons ontwikkelen. Wat gedefinieerd is, staat vast, daar hebben we het mee te doen. Wat ongedefinieerd en open is, daar hebben we bewegingsvrijheid. Dat mogen we zien als prettig. Door ons bewustzijn te verruimen, krijgen we meer keuze, bewuste keuzes voor ons leven. Het is dus goed ons bewust te worden van de beïnvloeding, waarna we ons los kunnen maken daarvan.

HOOFD centrum ~ Inspiratie

Human Design gebruikt veel zogeheten 'keynotes', een woord dat iets nader de essentie probeert uiteen te zetten. Een soort van aantekening, een poging te verduidelijken. Dat is niet altijd gemakkelijk. Bovendien zijn de Engelse keynotes niet altijd gemakkelijk naar het Nederlands te vertalen. Hier gaat dat gelukkig wel.

Inspiratie is hier het idee, de ingeving, de gedachte die in ons opkomt. Het Hoofd Centrum als antenne. In de Bodygraph zie je het Hoofd Centrum ook deels erbuiten zijn, buiten het lichaam maar wel in het aura, het energieveld. Het Hoofd Centrum is gericht op de omgeving en de anderen, daar komt de inspiratie vandaan, iets dat triggert.

Drie soorten inspiratie, gekoppeld aan de tijd:

- + Twijfel, over de toekomst;
- + Verwarring, over het verleden;
- + Willen weten, in het nu.

Inspiratie roept zo vragen op die beantwoord moeten worden. De druk om die vragen te beantwoorden is groot, het Hoofd Centrum is een Drukcentrum. Ervaringen worden als herinneringen opgeslagen in onze grijze cellen, het Hoofd Centrum. De vragen die we hier bedenken gaan naar ons Ajna Centrum waar we gaan nadenken over de mogelijke antwoorden.

De vraag is echter, of het wel JOUW vragen (twijfels, verwarring en willen weten) zijn. Want slechts zo'n 30% van de mensen heeft een gedefinieerd Hoofd Centrum, en dat zijn de mensen die zich eigenlijk bezig kunnen houden met 'vragen stellen om te beantwoorden'. De grote meerderheid van de mensen houdt zich bezig met vragen die er voor hen totaal niet toe doen. Dat is conditionering, nadenken over vragen die niet relevant zijn, piekeren, wakker liggen, er dagen mee bezig zijn, toch zonde van de energie.

Gedefinieerd Hoofd Centrum

Deze mensen hebben steeds inspiratie om vragen te stellen en dat hoort ook bij hen. Dat gaat telkens volgens eenzelfde patroon, gericht op de specifieke definitie (twijfels en/of verwarring en/of willen weten). Je hebt vooral te maken met jouw eigen vragen, jouw eigen inspiratie, en wordt niet snel beïnvloed door anderen hierin. Je kunt hier leren wat jouw patroon is, om daarin te leren relativeren.

Ongedefinieerd Hoofd Centrum

Deze mensen zijn veelal bezig met vragen te stellen die er voor hen niet toe doen. Ook dat gaat telkens volgens eenzelfde patroon, bijvoorbeeld worden veel vragen gesteld die relateren aan twijfels over de toekomst. Je wordt door anderen beïnvloed, het zijn veelal vragen van anderen die je tot jouw eigen vragen maakt. Je kunt hier leren na te gaan of het wel jouw vragen zijn die bij je leven.

Open Hoofd Centrum

Deze mensen hebben door het ontbreken van enige definitie (geen enkele gedefinieerde poort in dit centrum) geen houvast, geen vast patroon om vragen te bedenken, inspiratie te krijgen. Je wordt extra beïnvloed door je omgeving en anderen, het is heel lastig voor je om onderscheid te maken in welke vraag belangrijker, relevanter is. Je kunt hier leren dat het ook prettig kan zijn geen vragen te hebben.

AJNA centrum ~ Denken

Na de Inspiratie vanuit het Hoofd Centrum komt het Denken in het Ajna Centrum. Hier worden de ideeën omgezet naar concepten en oplossingen, vragen worden beantwoord. Het Ajna Centrum is een Bewustzijn centrum (Awareness Center), het is ons mentale bewustzijn.

De ruwe omgeving op de Aarde maakt dat wij zoeken naar zekerheid, door overal antwoorden en oplossingen voor te hebben. Zo bedenken wij hele systemen, religies, goden, geboden, wetten enzovoort, ook al weten we diep van binnen dat het telkens om schijnzekerheden gaat.

Wij menen te moeten leven vanuit ons 'verstand', wij denken dat onze mentale vermogens 'slimmer' zijn dan onze gevoelens, 'beter' dan ons lichaamsbewustzijn. Zo komt het dat wij ons denken aan het stuur van ons leven laten staan, met alle gevolgen van dien.

Niet dat ons denken verkeerd is, echter we mogen beseffen dat ons denken 'beperkt' is, ernstig beperkt. Ons lichaamsbewustzijn is miljoenen jaren ouder en derhalve veel verder ontwikkeld dan ons mentale bewustzijn. Ons lichaam weet veel beter wat goed voor ons is, dan ons denken.

Ons denken is een groot goed, het geeft ons het onderscheidende vermogen van de dieren. We hoeven dat denken niet af te schaffen, zeker niet, maar we kunnen ons denken het beste gebruiken waar het goed in is, bijvoorbeeld analytisch nadenken. Waar het niet goed in is, dat is keuzes en beslissingen maken vanuit dat denken. Ons gevoel is veel beter in staat om voor ons de juiste keuzes en beslissingen te maken. Dit is een belangrijke basis in Human Design.

We zoeken dus constant naar zekerheid, door antwoorden en oplossingen te bedenken, in het Ajna Centrum. De vraag is of dat wel nodig is, of we wellicht ook kunnen bestaan met onzekerheden, dat we eens geen antwoorden en oplossingen bedenken. Stilte.

Gedefinieerd Ajna Centrum

Deze mensen hebben hun eigen vaste denkpatronen en worden niet snel beïnvloed door anderen hierin. Ze zijn gewend continu na te denken, over van alles en nog wat. Dit nadenken hoort bij hen, het is ook een stimulans. Je kunt hier leren na te denken in lijn met jouw Strategie & Autoriteit.

Ongedefinieerd Ajna Centrum

Deze mensen worden beïnvloed door hun omgeving en anderen. Veelal zijn ze net zo druk met nadenken als degene die dit centrum wel gedefinieerd hebben, echter zijn ze geconditioneerd en denken ze dan vooral na over andermans zaken. Je kunt hier leren hoe het is om eens niet op zoek te gaan naar antwoorden en oplossingen.

Open Ajna Centrum

Deze mensen hebben door het ontbreken van enige definitie in dit centrum soms moeite met bepalen waar ze over na moeten denken, moeite met het nadenken in concepten, soms door de bomen het bos niet meer zien. De druk van buitenaf kan groot zijn om te moeten komen met antwoorden en oplossingen. Je kunt hier leren dat het juist prettig is om niet na te denken, niet op zoek te zijn naar antwoorden en oplossingen.

KEEL centrum ~ Manifesteren

Ons Keel Centrum is als Rome, alle wegen leiden daar naartoe. Elk centrum oefent druk uit en wil de energie laten stromen naar dit centrum, waar we in staat zijn om ons te manifesteren in de wereld. Doch; spreken is zilver, zwijgen is goud.

We kennen veel spreekwoorden in deze, bijvoorbeeld ook 'niet voor je beurt praten' en 'wie vraagt wordt overgeslagen'. De mental coach weet dat de begeleiding een veel hogere impact heeft wanneer de coachee vraagt. Wanneer je iemand ongevraagd advies geeft, dan kan dat zelfs averechts werken. Van groot belang is dus, die manifesterende energie goed te timen, liefst op uitnodiging in te zetten.

De energie van het Keel Centrum betreft in eerste instantie de Communicatie, jezelf uiten.

In tweede instantie betreft het creëren, echter hebben we daar brandstof voor nodig, die komt van een Motor centrum. Wanneer minstens 1 van de Motor centra verbinding heeft met het Keel Centrum, dan ontstaat de kracht om te creëren. Hier zien we de Manifestor en Manifesting Generator in actie.

Uiteraard kan iedereen in principe communiceren en creëren. Waar het hier om gaat is de wijze waarop het voor jou het beste kan gebeuren, op een manier die bij jou past, jouw design. Op een juiste wijze ingezet, zul je minder weerstand ontmoeten en meer impact ervaren, minder frustratie en meer plezier in het samen dingen doen.

Gedefinieerd Keel Centrum

Deze mensen communiceren veelal vanuit een vast patroon, namelijk vanuit de verbinding met een ander centrum. Bijvoorbeeld via Poort 62 verbonden met het Ajna Centrum, uit deze energie zich door te zeggen: "Ik denk dat ..." Verbonden met de Zonnevlecht, wat een Motor centrum is, zorgt poort 12 voor de creërende energie "Ik doe dit ..." Je kunt hier leren dat wanneer je wordt uitgenodigd om te spreken of te handelen, jouw impact groter wordt en er echt toe zal doen.

Ongedefinieerd Keel Centrum

Deze mensen ervaren een grote druk om te spreken en creëren. Zij proberen vaak de aandacht te trekken, willen gezien en vooral ook gehoord worden. De acties zijn regelmatig onhandig getimed en wanneer het vaak 'mis' is gegaan, trekken zij zich terug om zich niet meer te laten horen en niet meer op te vallen. Je kunt hier leren dat jouw bijdrage goud wordt wanneer je wordt uitgenodigd daartoe. Ook dat je vooral spontaan bent als je spreekt, jezelf bent, opdat je niet gekunsteld overkomt bij anderen.

Open Keel Centrum

Deze mensen vinden het heel lastig om te spreken of te handelen, hebben moeite met de juiste timing. Wanneer dit vaker 'mis' is gegaan, dan trekken deze mensen zich terug. Kinderen met een geheel Open Keel Centrum leren regelmatig pas later 'goed' spreken. Je kunt hier leren dat het okay is hoe jij bent, dat je soms apart uit de hoek kunt komen of helemaal stil blijft. Wees jezelf en wees daar ontzettend blij mee. Je bent uniek en je bent op die wijze zeer gewenst in deze wereld.

G centrum ~ Zelf Zijn

Het G Centrum kun je zien als jij Zelf, wie jij bent. In het Engels wordt de term Identiteit gebruikt en ik wil jou voorstellen om eens te kijken naar wie jij in wezen bent, van binnen. Dus niet hoe anderen jou ervaren of hoe jij wil overkomen bij anderen, maar puur proberen waar te nemen wat er diep van binnen gebeurt, alsof een omgeving niet bestaat.

In de energie ben je niet afgescheiden van al het andere, je maakt onderdeel uit van het geheel. Op Aarde, in de gemanifesteerde wereld, zijn we echter wel alleen. Als afzonderlijke blaadjes aan een boom, zo zien wij elkaar, aan de buitenkant. Het G Centrum kun je zien als energiebron waar alles samenkomt. Vanuit dit Zelf Zijn maken we verbinding met de bron van het leven en de eenheid. En met dit Zelf Zijn proberen we onszelf staande te houden in de wereld.

Het G Centrum trekt precies datgene aan wat wij nodig hebben om te kunnen groeien in bewustzijn, dit is evolutie. Mensen komen op ons pad, er gebeuren dingen in onze omgeving, met als doel de liefdevolle aanreiking van levenservaringen. We leren onszelf beter kennen, we krijgen inzichten in de richting die wij kunnen gaan, alles vanuit liefde voor het leven zelf.

Gedefinieerd G Centrum

Deze mensen weten wie ze zijn en hebben een vast patroon om zichzelf te zijn. Het is lastig voor hen om te begrijpen en doorvoelen wat het is om niet te weten wie je bent. Het is belangrijk de ander vrij te laten in zijn of haar zoektocht, ook als die zoektocht lang duurt en nergens toe lijkt te leiden. Je kunt hier leren je Zelf te Zijn vanuit jouw Strategie & Autoriteit (dit komt telkens terug, het is de basis van Human Design).

Ongedefinieerd G Centrum

Deze mensen weten niet wie ze zijn en hebben moeite met het vinden van richting. Hierdoor zijn ze ook op zoek naar liefde, proberen ze die buiten zichzelf te vinden. Zij worden beïnvloed door anderen en voor je het weet speel je de rol van iemand anders. Veel mensen leven het leven van hun vader of moeder en dat is niet de bedoeling van het leven Zelf. Je kunt hier leren accepteren dat het voor jou onduidelijk is wie je bent en verschillende rollen speelt in het leven, dat kan ook een grote kracht zijn. Kinderen mogen hier leren dat het niet erg is om niet te weten wat ze willen worden.

Open G Centrum

Deze mensen worden sterk beïnvloed door anderen en de omgeving, ze hebben geen idee wie ze zijn, wat ze doen en in welke richting ze bewegen. Het is niet zo dat ze geen richting hebben, ze weten die alleen niet. Volg je Strategie & Autoriteit en de richting, jouw levenspad ontvouwt zich vanzelf, zo gaat het leven en zo gaat het precies goed, voor jou. Je kunt hier leren afstand nemen van de verschillende rollen die je speelt in je leven, het is vaak niet wie jij in wezen bent. Leer waar te nemen wat anderen jou proberen toe te dichten en blijf dan liefdevol je onbewuste zelf.

SACRAAL centrum ~ Levensenergie

Het Sacraal Centrum is rechtstreeks verbonden met de energie van het leven zelf. Ieder mens, ook zonder gedefinieerd Sacraal Centrum is natuurlijk 'in leven' en heeft levensenergie, echter de Generator is met deze definitie in staat deze levensenergie op een heel directe manier te gebruiken. Het Sacraal Centrum is een Motor centrum en de Generator heeft een constante toevoer van energie.

Dit betreft tegelijk ook de energie van het leven als continuïteit, de reproductie van onze soort. De Generator is degene die met deze energie de soort in stand houdt. Het Sacraal Centrum staat ook voor seksualiteit en de energie die daarnaar streeft. Dat is gekoppeld aan de Poorten, dus geldt ook voor ongedefinieerde en open Sacrale Centra.

Vanuit het Sacraal Centrum is een continue stroom aanwezig om 'te doen', bezig te zijn, actief te zijn. Dit is niet iets waar je altijd gehoor aan zou moeten geven, want ook al is de energie er, je hoeft die niet per se te gebruiken. De Generator heeft de Strategie 'wachten op response', zien wat de omgeving en anderen aanreiken waarna je met meer overzicht en meer mogelijkheden kunt bepalen wat goed bij jou past. Geef dus niet zomaar toe aan die druk om in beweging te komen en te zijn, maar volg jouw Strategie.

Je hebt hier ook mee te maken als jouw Sacraal Centrum niet gedefinieerd is. Planeetstanden en de aura's/energieën van anderen kunnen ervoor zorgen dat jouw Sacraal Centrum tijdelijk wel gedefinieerd is. Je hebt dan plots toegang tot die levensenergie. De homogene samenleving stuwt jou dan naar keuzes die niet bij jou hoeven te passen. Je hebt plots heel veel energie, maar als die planeetstanden weer veranderen of die anderen gaan weer weg en je bent weer alleen, dan kun je letterlijk ineenstorten, uitgeput op de bank zakken en denken 'wat is er in hemelsnaam gebeurd?'

Gedefinieerd Sacraal Centrum

Deze mensen hebben iedere ochtend weer energie en kunnen tot laat doorgaan met hun activiteiten. Doch zelfs voor hen is de energie niet ongelimiteerd, eens houdt het op. En omdat ze dit niet gewend zijn, zal het dal diep zijn, hier kan de burnout op de loer liggen. Je kunt hier leren keuzes te maken waar jij jouw energie aan wilt geven, door gebruik te maken van jouw Strategie & Autoriteit. Let op jouw omgeving en luister naar jouw buikgevoel.

Ongedefinieerd Sacraal Centrum

Deze mensen zijn over het algemeen geconditioneerd door hun omgeving. Ze lijken harder te kunnen werken dan menig ander, maar dit is schijn want veelal kunnen ze niet effectief zijn zeker niet op lange termijn. Je kunt hier leren te accepteren dat het niet jouw rol is om hard te werken, dat je daar de energie niet constant en niet langdurig voor hebt. Leer 'nee' zeggen en keuzes maken voor wat jij wel en wat jij niet oppakt.

Open Sacraal Centrum

Deze mensen hebben het extra moeilijk om geheel zonder deze Motor energie in deze 'druk druk druk' samenleving te 'overleven' (erbij te -willen- horen). Je kunt hier leren ervaren wat planeetstanden en de aura's/energieën van anderen met jou doen, opdat je hier gebruik van kunt maken als het zich aandient en de activiteiten kunt loslaten als de energie er niet is. Neem waar welke energie van jou is en welke energie van die ander is.

WORTEL Centrum ~ Doen

Net als het Hoofd Centrum is het Wortel Centrum een Druk centrum, er is een zekere druk van buitenaf om ons te conformeren aan de omgeving en anderen. Het Wortel Centrum geeft ons druk om aansluiting te houden, erbij te horen, mee te doen. Doen, het is een druk om in beweging te komen en te blijven. Op zich is beweging niet verkeerd, maar de vraag is of het JOUW beweging is die jij maakt.

Ons Wortel Centrum is onze verbinding met het leven zelf, onze Aardse wereld. Ook al zijn we spirituele wezens, we zijn hier tenslotte op Aarde en deze Aardse energie is onze wezenlijke basis. Ook al ben je wellicht niet spiritueel aangelegd of geïnteresseerd, ik benoem zo af en toe deze zaken omdat ik dit nu juist zo mooi vind passen in de balans tussen wetenschap en spiritualiteit, het sluit zo mooi aan. Haal eruit wat voor jou past, alleen jouw eigen 'weten' is voor jou van belang.

Net als bij andere centra is het goed om te weten dat de werking van de energie altijd aanwezig is, of het centrum nu gedefinieerd, ongedefinieerd of open is. De druk vanuit het Wortel Centrum is er dus altijd, alleen de definitie bepaalt hoe die energie stroomt. Bovendien zijn velen geconditioneerd en dan heb je te maken met zeg maar kunstmatige energiestromen die eerder uitputten dan iets nuttigs opleveren.

Gedefinieerd Wortel Centrum

Deze mensen hebben zelf de energie om zich aan te passen aan hun omgeving. Zij hebben vooral te maken met hun eigen ambities en ook hun eigen stress, ze laten zich niet snel beïnvloeden door anderen daarin. Je kunt hier leren ontdekken dat jouw energie gemakkelijker stroomt wanneer je gebruik maakt van jouw Strategie & Autoriteit. Neem bewust waar wat jou in beweging brengt.

Ongedefinieerd Wortel Centrum

Deze mensen worden beïnvloed door de omgeving en anderen, de samenleving die ziet iedereen het liefst in dezelfde hokjes en de druk is groot om erbij te moeten/willen horen. Je kunt hier vooral leren ervaren of het wel jouw eigen ambitie en stress is om in beweging te komen. Of wil die ander juist iets, waardoor jij denkt dat jij dat ook wil?

Open Wortel Centrum

Deze mensen behoren eigenlijk in zichzelf geen enkele druk te ervaren. Prima om geen ambitie te hebben. Prima om geen stress te ervaren. Prima om niet in beweging te zijn. Je kunt hier leren dat jezelf zijn het beste voor jou werkt. Geef eens niet toe aan die druk die jouw omgeving jou probeert op te leggen. Ervaar de stilte. Dat kan best lastig zijn als je dit niet gewend bent. Hou even vol.

MILT Centrum ~ Intuïtie

Dit centrum betreft niet alleen de milt, maar strekt zich uit door het gehele lichaam middels het lymfesysteem. Je voelt dit 'centrum' dan ook eigenlijk in het gehele lichaam en niet direct specifiek op één plaats.

Het Milt Centrum is het oudste Bewustzijn centrum wat we hebben en we delen dit met de dieren die uiteraard ook beschikken over intuïtie. Dit is ons 'ware gevoel', ons 'ware bewustzijn', niet te verwarren met emoties die wij vaak ook gevoel noemen maar dat eigenlijk niet zijn in de zin van 'werkelijk voelen'. Onze intuïtie laat ons niet in de steek, het zit altijd goed. Onze emoties echter sturen ons regelmatig de 'verkeerde' kant op. Het Emotie Centrum is ons jongste (derde) Bewustzijn centrum en kent nog wat kinderziektes. Zo ook ons Ajna Centrum, het tweede Bewustzijn centrum, met ons denken dat zich uitstekend kan voordoen als ons gevoel. Zie dat maar eens uit elkaar te houden.

En wat willen we in deze heksenketel op Aarde? Juist, we willen overleven. Dat zit diep verankerd in ons wezen, in al het leven is overleven een prioriteit. Je kunt een boom kortwieken tot en met, die boom zal altijd proberen weer te groeien, zo zit het leven in elkaar. Ons Milt Centrum wil dat wij overleven, en het zal daarom vasthouden aan dat wat we hebben. Een zeker streven naar zekerheid.

Wanneer we later in deze zoektocht naar onszelf uitkomen bij de Poorten zullen we zien dat het Milt Centrum beschikt over de poorten van angst. Om te overleven hebben we angst nodig, echter mag dat niet doorslaan naar overdreven angst overgeslagen naar ons denken en onze emoties. Wanneer dat gebeurt, dan worden we bang voor het bang zijn, ook al is er feitelijk niets om bang voor te zijn. Angst voor de angst heeft niets meer met overleven te maken, zoiets maakt ons leven onnodig zuur. Doch, gemakkelijker gezegd dan gedaan, kom maar eens van zo'n angst af.

Gedefinieerd Milt Centrum

Deze mensen zijn zeer gevoelig voor intuïtieve energie in hun hele lichaam, ze kunnen letterlijk in hun lichaam voelen of iets waar is, of iemand de waarheid spreekt, of iets goed voor hen is. Die energie uit zich veelal door een tinteling, een trilling, een warmte- of koudegolf, als een soort kippenveld van binnen dat het signaal geeft. Je kunt hier leren daarnaar luisteren en je gewaar en bewust worden hoe dit specifiek voor jou werkt, want voor eenieder werkt het anders. Probeer te onderscheiden welke soort gevoelens er binnen jouw lichaam leven.

Ongedefinieerd Milt Centrum

Deze mensen hebben het lastig, want de energie heeft geen gemakkelijke weg en de angst kan er wel zijn. Zij zoeken naar zekerheid en houden vast aan wat bekend is, met alle gevolgen van dien. Je vastklampen aan schijnbare zekerheden levert uiteindelijk weinig op. Je kunt hier leren kijken naar jouw angsten en datgene waar jij je aan vastklampt. Zit je vast in een relatie of wellicht blijf je ongezond lang plakken aan je werk. Wat is jouw werkelijke motivatie om vast te houden?

Open Milt Centrum

Deze mensen hebben net als bij de andere volledig open centra geen enkele definitie en zijn daarmee soms een speelbal van de elementen. Zij kunnen alle kanten opschieten en kennen de uitersten. In dit geval van bang zijn voor alles tot en met bang zijn voor niets. Je kunt hier leren 'stil zijn en luisteren naar jouw innerlijk wezen'. Meditatie is een goede optie om dit Bewustzijn centrum voor je te laten werken, om de verbinding te maken met jouw intuïtie.

EMOTIE Centrum ~ Emoties

We zijn niet onze emoties, we verliezen ons hooguit tijdelijk in een emotie. Boos, teleurgesteld, blij of verliefd, het is niet voor de eeuwigheid. Wanneer we leren accepteren en relativieren, dan kunnen we handiger afstand nemen van elke emotie, of die nu 'positief' of 'negatief' lijkt. Want in feite kun je stellen dat elke emotie, ook de schijnbaar 'positieve', negatief is als wij ons erin verliezen.

Wat is er dan nog leuk aan het leven als we niet constant positieve emoties mogen ervaren? Denk daar zelf eens over na. Voel zelf in wat dit betekent. Wat is waar?

De energie van ons Emotie Centrum, de Solar Plexus, is een golfbeweging. In het dal van die golf zijn we in mineur en op de top kunnen we de wereld aan. Daar waar onze Intuïtie van ons Milt Centrum in het NU is, beleven we Emoties in de tijd. Emoties kosten tijd. Mensen met een Milt Autoriteit weten in het NU. Mensen met een Emotionele Autoriteit weten pas na een tijdje, als de Emoties de volledige golfbeweging hebben doorlopen.

Net als het Milt Centrum (en het Ajna Centrum) heeft ook het Emotie Centrum te maken met onzekerheden, angsten, we zijn in deze drie Bewustzijn centra in iedere Poort nerveus/angstig over iets. Het is goed om te weten dat deze energie een uitweg zoekt, via definitie in jezelf of via de definitie van anderen. Wanneer je je bewust bent hiervan, kun je emoties bewuster beleven, kun je emoties functioneel gebruiken zonder je erin te verliezen.

Boos zijn kan heel nuttig zijn, tenminste, als je die boosheid bewust inzet en niet boos BENT. Verliefd ben je op maar een heel klein aspect van een ander, het is een fijn gevoel, maar als je je erin verliest dan kun je bedrogen uitkomen. En dat bedrog komt uit jezelf, want ook alle verkeerde aankopen, die verkeerde baan, die vreselijke baas, het komt allemaal voort uit jezelf, de emoties houden je vast en de angst voor toekomstige 'straf' is groot. Jazeker, emoties kunnen ook heel 'klein' en subtiel zijn, sluimerend, een mes op de keel. Leg die emoties bloot en durf er naar te kijken, je neemt vanzelf afstand en daarmee zullen ze je steeds minder 'overvallen'.

Wanneer we onze Emoties, ons Emotie Centrum, 'onder de knie krijgen', wordt dit centrum echt een Bewustzijn centrum. Hier ligt evolutionair het pad naar bewuste spiritualiteit klaar voor ons.

Gedefinieerd Emotie Centrum

Deze mensen hebben een vast patroon van emoties 'verwerken', al naar gelang hun specifieke definitie. Zij hebben vooral te maken met hun eigen emoties en worden weinig beïnvloed door de emoties van anderen. Je kunt hier leren de tijd te nemen totdat de emoties de volledige golfbeweging hebben doorlopen. Hierdoor ontstaat meer klaarheid ten aanzien van datgene wat de emoties veroorzaakt heeft. Slaap er een nachtje over en neem die tijd die nodig is om alle emoties 'uit te laten razen'.

Ongedefinieerd Emotie Centrum

Deze mensen krijgen de volle lading van anderen. Bovendien wordt in een ongedefinieerd of open centrum de energie ook nog eens versterkt. Je kunt hier leren afvragen of die emoties wel van jou zelf zijn. Wanneer die ander weggaat, uit jouw aura gaat, is de emotie dan nog zo heftig aanwezig, of valt het van je af. Ingeval dat laatste weet je dat de emotie niet van jou is, laat het dan los.

Open Emotie Centrum

Deze mensen hebben moeite met emoties en het duiden daarvan, de pieken en dalen kunnen extreem zijn, maar evengoed is een hele vlakke periode mogelijk. Net als bij een Ongedefinieerd Emotie Centrum zijn ook mensen met een Open Emotie Centrum geneigd om confrontaties uit de weg te gaan. Je kunt hier leren waarnemen hoe emoties voor jou werken, hoe de energie ervan in jouw lichaam beweegt, de golfbeweging leren zien. Dit is niet eenvoudig, dit is het meest lastige centrum (en energie) om bewust van te worden, te voelen en te gebruiken.

Ego Centrum ~ Willen

Het Ego Centrum wordt ook wel het Hart Centrum genoemd en betreft de wilsenergie in relatie tot anderen. Hoe verhoud je je tot anderen in relaties privé en werk.

Het Ego gaat niet per se over Egoïsme, maar dat kan wel. Zonder Ego trouwens geen bestaan, want we kunnen niet zonder Ego, het zorgt voor onze wezenlijke manifestatie op Aarde. In spirituele termen is een Ego niet goed en niet slecht, het is er gewoon en we hebben er mee om te gaan.

Ons Ego/Hart Centrum zorgt er dus voor dat wij ons staande kunnen houden met anderen, in de groep, in een partnerrelatie, op het werk en in de samenleving. Hiertoe willen wij ertoe doen, we willen ons bewijzen, we willen erbij horen, we willen in een goed blaadje komen, we willen er genoeg aan overhouden, we willen we willen we willen.

Het Ego Centrum is een Energie centrum en we worden erdoor gedreven, net als vanuit de andere drie Energie centra (Wortel, Sacraal en Emotie). Onze wil kan heel sterk zijn, maar ook heel zwak. Zelfvertrouwen speelt hierbij een grote rol. Wanneer onze wil gebroken is, is ons zelfvertrouwen laag. Wanneer onze wil geen rem kent, worden we egoïstisch. Het is best lastig om een goede balans te vinden en te houden inzake de eigen wil in relatie tot anderen.

De samenleving is zeer geconditioneerd. Het onderwijs is gericht op standaarden. Werk is gericht op prestaties. Mogen wij nog wel verschillend zijn? In deze modderpoel proberen wij te overleven. Doe maar gewoon, dan doe je al gek genoeg. Steek niet je hoofd boven het maaiveld uit want dan kan die er vanaf. En zo passen wij ons aan, willen we erbij horen, gaan wij ons daarvoor bewijzen. We willen dan in controle zijn, we willen de beste zijn, de eerste, de snelste, we willen onze beloften hoe dan ook nakomen ook al levert deze rat-race stress en burn-outs op.

Gedefinieerd Ego Centrum

Deze mensen hebben de energie, het design, om hun wilskracht te gebruiken. Het is goed om een Ego te hebben en te gebruiken. Uiteraard wel in lijn met de Strategie & Autoriteit, want voor je het weet slaat het door en ben je bezig alles en iedereen jouw wil op te leggen. Evengoed kan jouw wil er als klein kind uitgeslagen zijn, dan mag je die energie terug in je leven halen en gaan gebruiken. Je kunt hier leren kijken naar jouw wilskracht, of en hoe jij die inzet, experimenteren met gas geven en gas terugnemen.

Ongedefinieerd Ego Centrum

Deze mensen missen eigenlijk de wilskracht en 'lenen' die van anderen om ook zo wilskracht over te kunnen komen. Dat wordt van ze verwacht in de homogene maatschappij, zo hoort het toch. Nee, niet per se. Je kunt hier leren zien dat jij je niet telkens hoeft te bewijzen, de soep wordt nooit zo heet gegeten. Probeer jouw zelfvertrouwen niet af te laten hangen van jezelf bewijzen aan anderen.

Open Ego Centrum

Deze mensen kunnen grote moeite hebben met eigenwaarde, omdat ze moeite hebben met zichzelf te zien, in relatie tot anderen. Ze vinden zich minder waard dan anderen. Tenzij geconditioneerd, dan kunnen ze ook de andere kant doorslaan. Je kunt hier leren dat het geweldig is om geen sterke wil te hebben, om tussen de partijen te kunnen zweven. Laat je niet verleiden door de wereld die zoveel lijkt te verwachten van je. Je bent precies goed zoals jij bent.