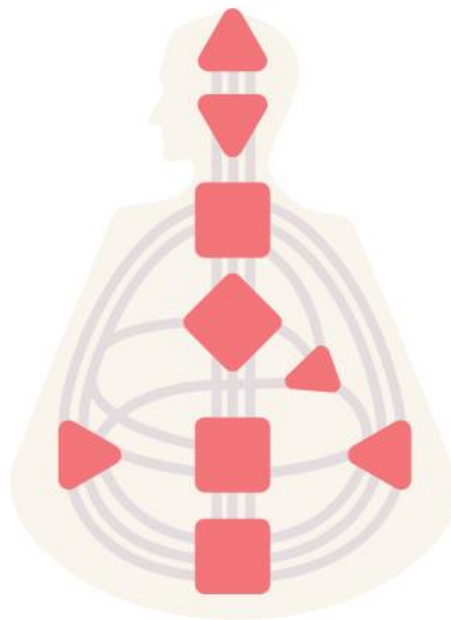


FORMATION HUMAN DESIGN



MODULE 1



Une formation produite et dispensée par Mathilde Hauspy – Toute reproduction est interdite

En'Sens Toi – Deviens qui tu es



1. Introduction

Human Design : définition, origine et approche innovante

Origines

Le Human Design (HD) est un système d'analyse de soi qui repose sur la date, l'heure et le lieu de naissance pour générer une charte énergétique personnalisée, souvent appelée « BodyGraph ». Ce schéma révèle la manière dont l'énergie circule en nous et nous permet d'identifier nos talents, nos capacités ainsi que nos zones de vulnérabilité.

Le HD a été introduit dans la seconde moitié du XX^e siècle par Ra Uru Hu, qui a su marier des traditions millénaires avec des connaissances issues des sciences modernes afin de créer un outil à la fois global et précis.

Une fusion d'outils ancestraux et de sciences modernes

Ce qui rend le Human Design particulièrement novateur, c'est sa capacité à conjuguer des outils ancestraux avec des méthodes scientifiques contemporaines. Il intègre notamment :

- **L'astrologie** pour positionner les influences planétaires au moment de la naissance.
- **Le I Ching**, à travers ses 64 hexagrammes, qui offre une interprétation symbolique des potentialités individuelles.
- **Les systèmes de la Kabbale et des chakras**, qui apportent une vision des centres énergétiques et des flux intérieurs.

En parallèle, le HD utilise des éléments de physique, de génétique et d'astronomie pour affiner ses calculs et fournir une lecture énergétique d'une grande précision. Cette fusion innovante permet de bénéficier d'une approche holistique, capable d'éclairer à la fois notre nature intime et notre fonctionnement dans le monde.

Applications et valeur ajoutée

L'analyse de la carte énergétique offre plusieurs avantages essentiels :

- **Mieux se comprendre soi-même** : en mettant des mots sur ses comportements, en identifiant ses forces et en reconnaissant ses vulnérabilités.
- **Clarifier ses talents et potentiels** : en dévoilant les spécificités de notre design énergétique, il permet de mieux exploiter nos capacités uniques.
- **Optimiser les relations** : en fournissant un langage commun pour expliquer les différences et comprendre les interactions énergétiques constantes entre individus.



2. Les Fondements et le calcul de la carte énergétique

Les données de base

- **Date de naissance :**
Elle permet de déterminer la position du Soleil, de la Lune et des planètes dans le zodiaque, éléments clés pour comprendre l'influence cosmique au moment de la naissance.
- **Heure de naissance :**
L'heure précise est cruciale pour établir le « moment cosmique » exact, garantissant ainsi une lecture fine et personnalisée des positions planétaires.
- **Lieu de naissance :**
Les coordonnées géographiques fournissent le contexte nécessaire pour ajuster les calculs astronomiques et déterminer la position relative des corps célestes par rapport à la Terre.

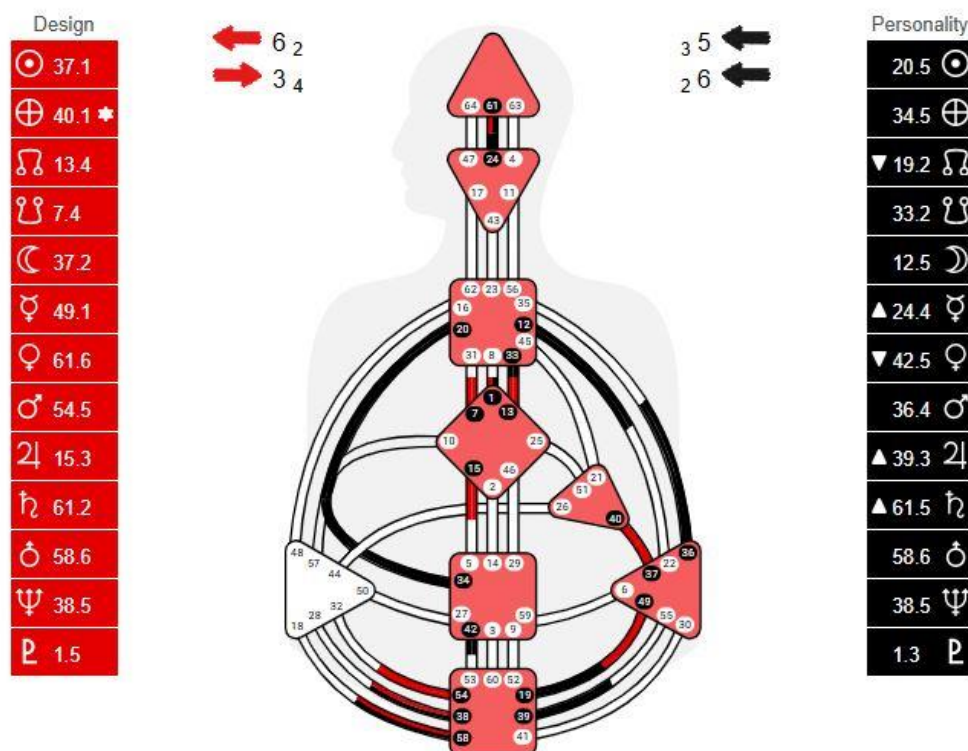
La composition de la carte « Bodygraph »

Le résultat de ce processus est un schéma détaillé, qui se structure autour de plusieurs éléments clés :

Les centres énergétiques

Ces formes géométriques représentent les zones principales du flux énergétique.

Le bodygraphe est constitué de **9 centres énergétiques** reliés par des canaux et des portes. Chaque centre peut être **défini (coloré)** ou **non défini (blanc)** : Tête, Ajna, Gorge, G, Cœur, Plexus solaire, Sacral, Rate, Racine



Les portes

Reliées aux hexagrammes du I Ching, elles indiquent des qualités spécifiques, des talents ou des domaines de potentiel. Chaque porte apporte une nuance particulière à la personnalité.

Les canaux

Ils se forment par la connexion entre deux portes et révèlent comment l'énergie circule entre les centres. Cette dynamique met en lumière les interactions internes et les points de connexion entre les différentes facettes de l'être.

Les deux colonnes : conscient et inconscient

Lorsque vous obtenez votre carte, vous verrez deux colonnes de chiffres et de symboles :

- **Colonne de gauche** (rouge) : Elle représente votre **Design** ou part inconsciente. Ce sont des aspects de vous qui existent naturellement mais dont vous n'avez pas nécessairement conscience.
- **Colonne de droite** (noir) : Elle correspond à votre **Personnalité**, c'est-à-dire ce dont vous êtes consciente. C'est l'image que vous avez de vous-même et que les autres perçoivent plus facilement.

Chaque ligne comprend :

- Un symbole astrologique (ex. ☉ pour le Soleil, ☿ pour Mercure...)
- Un numéro de porte (ex. 30, 41, 10...)
- Un chiffre après le point (ex. 6, 5, 1...) correspondant à la ligne de l'hexagramme dans le I-Ching.



Les planètes et leurs influences

Chaque porte activée sur votre carte est associée à une planète qui lui donne une nuance spécifique. Voici les principales influences planétaires :

- ☉ **Soleil** : Essence principale, ce que vous êtes censé rayonner.
- ⊕ **Terre** : Équilibre et ancrage.
- ☾ **Lune** : Ce qui vous motive inconsciemment.
- ☿ **Mercure** : Votre façon de communiquer et de transmettre des idées.
- ♀ **Vénus** : Vos valeurs et relations affectives.
- ♂ **Mars** : Votre manière d'agir et d'apprendre.
- ♃ **Jupiter** : Vos opportunités et votre expansion.
- ♄ **Saturne** : Vos leçons de vie et discipline.
- ♅ **Uranus** : Votre individualité et originalité.
- ♆ **Neptune** : Vos rêves, mystères et illusions.
- ♇ **Pluton** : Votre transformation et votre évolution profonde.



3. À quoi sert l'analyse de la carte énergétique ?

Compréhension de soi

L'analyse de la carte énergétique permet de mettre des mots sur des schémas de comportement qui, autrement, resteraient flous ou inconscients.

- **Clarification des réactions naturelles** : En observant comment vos centres énergétiques (définis et non définis) interagissent, vous pouvez comprendre pourquoi vous réagissez de telle ou telle manière face aux situations quotidiennes.
- **Mise en lumière des talents et capacités** : Chaque porte et chaque canal renferme des potentiels spécifiques. En les identifiant, vous découvrez vos forces uniques et vos aptitudes naturelles, vous aidant à mieux exploiter ces talents dans votre vie personnelle et professionnelle.
- **Développement d'un vocabulaire personnel** : Cette lecture vous offre un langage symbolique précis pour décrire vos comportements et états émotionnels, facilitant ainsi la réflexion personnelle et la communication avec l'autre.

Reconnaissance de vos vulnérabilités

La carte énergétique ne se contente pas de mettre en avant vos forces ; il révèle également les domaines où vous êtes plus sensible aux influences extérieures.

- **Prise de conscience des points fragiles** : Certains centres ou canaux non définis indiquent des zones réceptives où vous pouvez facilement absorber l'énergie des autres ou être influencé par votre environnement.
- **Opportunité de croissance personnelle** : En identifiant ces vulnérabilités, vous êtes mieux armé pour instaurer des stratégies de protection et de renforcement. Par exemple, comprendre que vous avez tendance à capter l'énergie ambiante peut vous inciter à créer des espaces de régulation et à développer des techniques de recentrage.
- **Approche préventive** : Reconnaître vos zones de vulnérabilité vous permet d'anticiper les moments où vous pourriez être submergé par des émotions ou des influences extérieures, favorisant ainsi une gestion plus sereine de votre énergie.

Comprendre les différences pour harmoniser les interactions

L'analyse du Human Design offre un langage partagé qui va bien au-delà de la simple communication : il s'agit d'un outil pour comprendre en profondeur nos différences, afin de favoriser des échanges harmonieux et respectueux.



- **Clarification des différences individuelles :**

Connaître son propre design énergétique permet de saisir pourquoi chacun fonctionne de manière unique. Cette compréhension aide à reconnaître que les différences ne sont pas des obstacles, mais des richesses qui influencent nos comportements de façon spécifique et complémentaire.

- **Facilitation des échanges :**

En comprenant les origines de nos réactions, il devient plus aisé d'engager des discussions constructives, que ce soit dans le cadre familial, amical ou professionnel.

- **Harmonisation des interactions :**

En étudiant comment vos énergies interagissent avec celles des autres—par exemple, la dynamique entre un centre défini et un centre non défini—vous développez une meilleure anticipation des dynamiques relationnelles. Cela conduit à des échanges plus équilibrés, où chacun peut se sentir compris et valorisé, renforçant ainsi la cohésion et la collaboration au sein des groupes.

Orientation et développement Personnel

L'analyse de votre carte énergétique vous guide dans l'orientation de votre vie en vous alignant avec votre mode de fonctionnement naturel.

- **Prise de décision éclairée :** Connaître votre design vous aide à faire des choix de vie qui correspondent à votre véritable nature. Que ce soit pour des décisions professionnelles, relationnelles ou personnelles, agir en accord avec votre énergie augmente la probabilité d'un épanouissement durable.
- **Développement stratégique :** En identifiant clairement vos forces et vos vulnérabilités, vous pouvez mettre en place un plan de développement personnel qui cible vos axes de croissance tout en capitalisant sur vos atouts.
- **Optimisation de votre bien-être :** Alignement, authenticité et compréhension de soi favorisent un état de bien-être global, car vous apprenez à vivre en harmonie avec votre énergie, réduisant ainsi les conflits internes et externes.
- **Évolution personnalisée :** L'analyse de votre carte offre une base solide pour des séances de coaching ou d'accompagnement, permettant de suivre votre évolution personnelle de manière structurée et consciente.

Une mosaïque d'énergies complémentaires

Une contribution unique

Dans le système du Human Design, il n'existe pas de rôle « meilleur » ou « supérieur ». Chaque profil apporte des forces spécifiques, des talents particuliers et des sensibilités uniques qui, mis ensemble, créent une dynamique riche et équilibrée.



La diversité comme force

Considérez l'image d'une pièce de théâtre ou d'une symphonie : chaque acteur et chaque instrument apporte une couleur différente qui, une fois combinée, produit un ensemble harmonieux.

Le Human Design révèle comment chacun interagit dans cette dynamique, en mettant en lumière des schémas de comportements et des flux énergétiques qui ne sont pas aléatoires, mais conçus pour fonctionner ensemble.

L'accent sur les différences n'a pas pour but de diviser, mais de valoriser les spécificités de chacun et de montrer comment ces particularités enrichissent les relations et l'environnement dans lequel nous évoluons.

Connexion énergétique et influence mutuelle des cartes

Dans une interaction entre deux personnes, les cartes énergétiques s'influencent mutuellement. Lorsqu'une personne entre en relation avec une autre, des dynamiques énergétiques se créent en fonction des centres définis et non définis, des canaux et des portes activées.

L'impact des centres définis et non définis

Un centre défini chez une personne peut influencer un centre non défini chez l'autre, lui apportant temporairement une certaine stabilité ou conditionnement.

Deux centres définis en miroir peuvent renforcer une dynamique énergétique stable, créant une affinité naturelle ou un effet d'amplification.

La complémentarité des portes et des canaux

- Une porte activée dans une carte peut être complétée par une porte activée chez une autre personne, formant ainsi un canal et générant une nouvelle dynamique énergétique. Cela peut expliquer pourquoi certaines connexions semblent instantanées et naturelles.
- Les canaux communs entre deux personnes amplifient certaines caractéristiques, renforçant la compréhension et la synergie mutuelle.

Dynamique relationnelle et synergie énergétique

- En couple ou en famille, l'étude des cartes permet de comprendre comment chacun influence et est influencé par l'autre.
- Dans un groupe, certaines personnes peuvent jouer un rôle d'ancrage énergétique tandis que d'autres amplifieront les énergies environnantes.
- Les espaces de travail ou collectifs sont influencés par la dynamique des interactions énergétiques, ce qui explique pourquoi certaines équipes fonctionnent mieux ensemble que d'autres.

Une formation produite et dispensée par Mathilde Hauspy – Toute reproduction est interdite



Le déconditionnement : Se libérer des influences extérieures

Le Human Design ne consiste pas seulement à découvrir qui l'on est, mais aussi à identifier les influences extérieures qui nous ont conditionnés au fil du temps. Le **déconditionnement** est le processus de retour à soi, en se délestant des attentes et croyances qui ne sont pas alignées avec notre véritable nature.

Identifier les zones de conditionnement

- **Les centres non définis** sont les principales zones d'absorption des énergies extérieures. Ils nous influencent fortement en nous exposant aux émotions, aux pensées et aux attentes des autres.
- **Les croyances limitantes** issues de l'éducation, des expériences de vie et de la société peuvent masquer notre vraie nature.

Pratiquer l'observation sans jugement

- Prendre conscience des schémas répétitifs et des comportements influencés par l'extérieur.
- Apprendre à différencier ses propres désirs de ceux imposés par l'entourage.

Revenir à son design naturel

- **Expérimenter son design unique** au quotidien pour ressentir ce qui fonctionne réellement pour soi.
- **Se donner du temps**
- **Être à l'écoute de son corps et son énergie**

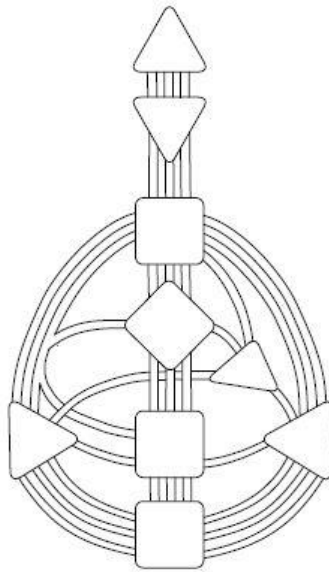
Le déconditionnement est une étape clé pour vivre pleinement en accord avec son design et retrouver une fluidité dans son quotidien. Plus nous nous détachons des influences extérieures non alignées, plus nous nous autorisons à rayonner notre véritable essence.



4. Débuter une analyse en Human Design

Processus pour déterminer le type énergétique

Voici une méthode étape par étape pour lire la carte énergétique et identifier rapidement le type énergétique :



1. Vérifiez le Centre Sacral (2^{ème} carré en partant du bas du schéma) :

- **Si le centre Sacral est défini :**

Si le centre Sacral est défini, il a une énergie stable, constante, qui lui appartient et ce centre diffuse vers l'extérieur. Avec un centre Sacral défini, on a à faire avec un **Générateur**.

- **Ensuite, regardez le centre de la Gorge :**

- **Si la Gorge est définie et connectée (directement ou indirectement) au sacral :**

L'énergie du Sacral arrive jusqu'à la gorge de manière fluide et traduit une réponse énergétique en action est renforcée. Il s'agit d'un **Générateur-Manifesteur**

- **Si la Gorge n'est pas définie :**

On reste dans le type du **Générateur**



- **Si le Centre Sacral n'est pas défini :**
Il ne s'agit pas d'un Générateur.
2. **Si le Centre Sacral n'est pas défini, vérifiez le Centre de la Gorge (1^{er} carré en partant du haut du schéma) :**
- **Si le centre de la Gorge est défini et connecté à un centre moteur (cœur, plexus):**
On a un **Manifesteur**, qui a une grande aisance à agir, à manifester. Dans son centre Gorge, l'énergie est stable, il agit, impacte son environnement et n'est pas influencé dans ses actions, son expression par les influences extérieures.
 - **Si la Gorge n'est pas définie :**
Regardez alors si au moins un autre centre est défini
 - **Si l'un de ces centres est défini (Centre splénique, Centre G ou Ajna)**
: Il s'agit d'un **Projecteur**. En fonction du (des) centre(s) définis on a plusieurs types de projecteurs.
 - **Si aucun de ces centres n'est défini :**
La carte est totalement « ouverte », blanche, caractéristique d'un **Réflecteur**, qui reflète l'énergie de son environnement.

