

LE LIVRE DE RÉFÉRENCE DU
DESIGN HUMAIN

LA SCIENCE DE LA DIFFÉRENCIATION



LYNDA BUNNELL

Directrice de l'International Human Design School [IHDS]

avec l'autorisation et la collaboration de

RA URU HU,

fondateur du design humain

Titre original anglais :
*The Definitive book of
HUMAN DESIGN*
The science of differentiation
© 2011 by Lynda Bunnell
in cooperation with RaUru Hu
(founder of the Human Design System)

HDC Publishing
7040 Avenida Encinas, #104-380, Carlsbad, CA 92011
Email: hdcpublishing@gmail.com
www.ihdschool.com

Version française :
*Le livre de référence du
DESIGN HUMAIN*
Par Lynda Bunnell
En collaboration avec Ra Uru Hu
(fondateur du système du Design Humain)

© 2014, Ariane Publication Inc.
1217, av. Bernard O., bureau 101, Outremont, Qc, Canada H2V 1V7
Téléphone : (514) 276-2949, télécopieur : (514) 276-4121
Courrier électronique : info@editions-ariane.com
Site Internet : www.editions-ariane.com
Tous droits réservés

Traduction : Michel St-Germain
Révision : Martine Vallée
Révision linguistique : Monique Riendeau
Graphisme et mise en page : Carl Lemyre
Illustration de la couverture : Maurizio Cattaneo
Illustrations : Maurizio Cattaneo
Première impression : mai 2014

ISBN : 978-2-89626-164-2

Dépôt légal : 2012
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Bibliothèque et Archives, Canada
Bibliothèque nationale de Paris

Diffusion
Québec : Québec : Flammarion Québec – 514 277-8807
www.flammarion.qc.ca
France et Belgique : D.G. Diffusion – 05.61.000.999
www.dgdiffusion.com
Suisse : Servidis/Transat – 22.960.95.25
www.servidis.ch

Gouvernement du Québec – Programme de crédit d'impôt
pour l'édition de livres – Gestion SODEC

Imprimé en Chine

DÉDICACE

Ce livre est dédié à Ra Uru Hu,
le fondateur et messenger du
design humain,
à nos petits-enfants,
et à toutes les générations futures.



RA URU HU



**FONDATEUR DU DESIGN HUMAIN, MESSAGER ET
ENSEIGNANT DU SYSTÈME DU DESIGN HUMAIN**

Ra Uru Hu, né Robert Alan Krakower à Montréal, était le quatrième enfant d'une famille aisée et cultivée. Baignant dans un milieu artistique, il apprit la musique et devint compositeur et interprète, vocation qu'il mena jusqu'à sa mort. Après un baccalauréat ès arts de l'Université Sir George Williams, il fit carrière dans le monde des affaires en tant que cadre en publicité, éditeur de magazine et producteur média.

Un matin de 1983, il quitta sa famille et le rythme effréné de sa vie d'entrepreneur – celle qu'il connaissait – et «disparut». Quelques mois plus tard, il se retrouva sous le climat tempéré d'Ibiza, une île magnifique de la Méditerranée, au large de la côte espagnole. C'est dans cet «édén», comme il aimait l'appeler, que débuta sa «véritable» vie, sous le nom de Ra Uru Hu.

Le soir du 3 janvier 1987, il découvrit la «Voix». Ce fut une expérience terrifiante. La Voix lui demanda : «Es-tu prêt à travailler?» Et il travailla pendant huit jours et huit nuits, transcrivant de façon détaillée ce qui s'appelle maintenant le design humain. Pour Ra, cette rencontre fut un avertissement, une formation qui lui montra l'étroitesse et la fausseté de ce qu'il croyait savoir sur la nature de l'être, du cosmos et du fonctionnement des choses.

Ra se considérait comme le messager du design humain, qui est maintenant son legs, et à partir de cette rencontre il a consacré sa vie à répandre la science de la différenciation dans le monde entier. Il a vécu et travaillé à Ibiza, où il aimait enseigner, faire de la musique, jardiner et voir sa femme, ses trois enfants et son petit-fils.

Comme Ra l'a souvent répété : «Ne croyez rien de ce que je vous dis; faites-en vous-même l'essai.» Aujourd'hui, des milliers de gens l'ont déjà fait et ont découvert que le design humain révèle vraiment, avec précision, le mécanisme du fonctionnement de la vie.

Ra est décédé chez lui le 12 mars 2011, à 5 h 40, moins d'un mois avant son 63^e anniversaire.





LYNDA BUNNELL



ENSEIGNANTE DU SYSTÈME DU DESIGN HUMAIN ET DIRECTRICE DE L'INTERNATIONAL HUMAN DESIGN SCHOOL

Proche collaboratrice de Ra Uru Hu dès 1999, Lynda Bunnell fut parmi les premières personnes à enseigner et à former des analystes et des professeurs de design humain partout dans le monde, en incluant le plus récent programme éducatif d'analyse restructuré par Ra en 2003. En 2005, elle fut parmi les premiers, avec Ra, à enseigner cette méthodologie en ligne, en créant un espace virtuel où des étudiants du monde entier pouvaient se rencontrer et collaborer. En

2006, à la demande de Ra, elle y intégra le programme de formation du guide *Vivre son design*. Lynda a inauguré un grand nombre des méthodes et modalités utilisées actuellement dans les programmes de formation en ligne, et elle est l'auteure des guides *Vivre son design*, manuels de l'étudiant et de l'enseignant.

En 2006, Ra la nomma doyenne de l'International Human Design School, et en juin 2010, il lui céda l'école à part entière, lui confiant ses programmes éducatifs ainsi que l'application des normes mondiales de formation au design humain. Fervente pionnière de la diffusion mondiale du design humain, Lynda travaille à temps plein à soutenir et élargir la communauté d'étudiants et de professionnels du monde entier, en se consacrant à la préservation du système de design humain tel qu'enseigné par Ra.

«Pendant les 12 années de ma collaboration avec Ra, j'ai eu la chance extraordinaire d'être son unique étudiante, alors que nous nous écrivions presque tous les jours sur la connaissance détaillée du système de design humain. En cours de processus, Ra a transformé ma vie et ma vision du monde environnant. Il m'a inculqué les outils nécessaires pour continuer à apporter cette connaissance à tous ceux qui pourront l'utiliser, et je lui en serai éternellement reconnaissante.»

Lynda a passé plus de trente ans dans les affaires et elle se passionne pour les études spirituelles et métaphysiques. Elle a grandi dans le sud de la Californie, où elle réside encore, de même que ses deux enfants et ses quatre petits-enfants.



TABLE DES MATIÈRES

Avant-propos.....	xiii
Préface	xiv
Remerciements.....	xvi
Introduction.....	1
Section 1 – Les fondements d’une nouvelle perspective révolutionnaire.....	11
Le design humain depuis les origines.....	12
1 ^{re} partie – le design humain	
Synthèse des sciences ancienne et moderne	13
Le neutrino, l’accomplissement de la première prédiction	14
Les cristaux de la conscience	14
Le monopole magnétique	16
La transition des êtres à sept centres vers des êtres à neuf centres	17
2 ^e partie – Le mandala du design	
Une synthèse de quatre systèmes ésotériques anciens et de la science moderne.....	20
L’astrologie, l’anneau intérieur du mandala	21
Le I’Ching	22
Le système hindou-brahmanique des chakras	24
La kabbale, l’Arbre de Vie	25
3 ^e partie – Le schéma corporel du design humain	
La carte de navigation	27
Le schéma corporel	28
Définition d’un schéma corporel	30
Le défini et le non-défini forment une structure binaire	32
Le Soleil, la Lune, les nœuds et les planètes	33
Section 2 – Les neuf centres	41
Le flux d’énergie	42
Centres définis et non définis	44
Le conditionnement du centre non défini et l’esprit du non-soi	44
Le non-soi en tant que mot clé dans un schéma corporel	48
Centres définis, non définis et complètement ouverts	49
Le centre de la gorge	51
Le centre de la tête	56
Le centre de la racine	61

Le centre de l’Ajna	66
Le centre splénique	71
Le centre du plexus solaire	77
Le centre du cœur	87
Le centre sacré	92
Le centre G	99
Section 3 – L’autorité, notre vérité unique et authentique	109
L’autorité	110
L’autorité du plexus solaire	111
L’autorité sacrée	111
L’autorité splénique	112
L’autorité manifestée du centre du cœur (ego)	113
L’autorité projetée du centre du cœur (ego)	113
L’autorité projetée à partir du soi	114
L’environnement (Projecteurs mentaux)	115
L’autorité lunaire (Réflecteurs)	115
Le mental libéré en tant qu’autorité extérieure	116
Section 4 – Les quatre types et stratégies	119
Vivre son design	120
Notre présence aurique dans le monde	121
<i>Le Manifesteur</i>	123
Le type Manifesteur	123
Sommaire	123
La stratégie des Manifesteurs : informer	124
Les Manifesteurs ayant une autorité émotionnelle	126
Les Manifesteurs qui ont une autorité splénique	127
Les Manifesteurs et les relations	127
Les enfants Manifesteurs	128
Les Manifesteurs et les effets d’une vie vécue à partir du non-soi	128
<i>Le Générateur</i>	130
Le type Générateur	130
Sommaire	130
La stratégie du Générateur : répondre	132
Les Générateurs ayant une autorité émotionnelle	133
Les Générateurs et les relations	134
Les enfants Générateurs	134
Reconnaître les comportements orientés vers le non-soi	134

<i>Le Projecteur</i>	137
Le type Projecteur	137
Sommaire	137
Les trois catégories de Projecteurs	139
Tous les Projecteurs	140
La stratégie du Projecteur : la reconnaissance, l'attente de l'invitation	141
Les Projecteurs ayant une autorité émotionnelle	142
Les Projecteurs et les relations	143
Les enfants Projecteurs	143
La reconnaissance du Projecteur et le non-soi	145
<i>Le Réflecteur</i>	146
Le type Réflecteur	146
Sommaire	146
Le milieu est essentiel au bonheur du Réflecteur	148
La stratégie du Réflecteur : attendre de traverser le cycle lunaire de 28 jours	149
Les Réflecteurs et les relations	149
Les enfants Réflecteurs	150
Les Réflecteurs et les conséquences des comportements orientés vers le non-soi	151
Cartographie d'un cycle lunaire	153
Section 5 – Les cinq définitions	159
La dynamique énergétique	160
Les zones séparées et l'expérience que nous en avons	160
Exemple de définitions	161
Section 6 – Les portes	169
Un potentiel spécifique et unique	170
Les portes 1 à 64	171
Section 7 – Les canaux	207
La force de vie en soi	208
Le canal du pouvoir 34-57 et le canal du charisme 34-20	209
Le canal de la forme parfaite 57-10	210
Le canal de l'éveil 10-20 et le canal de la mutation 3-60	211
Le canal du rythme 14-2	212
Le canal de l'inspiration 1-8 et le canal de la conscience 61-24	213
Le canal de la structuration 43-23	214

Le canal de la lutte 38-28 et le canal de l'onde cérébrale 57-20	215
Le canal du sentiment 39-55	216
Le canal de l'ouverture 22-12 et le canal de l'exploration 34-10	217
Le canal de l'initiation 51-25	218
Le canal de la concentration 52-9 et le canal du rythme 5-15	219
Le canal de l'alpha 7-31	220
Le canal du jugement 58-18 et le canal de la longueur d'onde 48-16	221
Le canal de la logique 63-4	222
Le canal de l'acceptation 17-62 et le canal de la maturation 52-42	223
Le canal de la découverte 29-46	224
Le canal du prodigue 13-33 et le canal de la reconnaissance 41-30	225
Le canal du caractère transitoire 36-35	226
Le canal de l'abstraction 64-47	227
Le canal de la curiosité 11-56 et le canal de l'accouplement 59-6	228
Le canal de la conservation 27-50	229
Le canal de la transformation 54-32 et le canal de l'abandon de soi 44-26	230
Le canal de la synthèse 19-49 et le canal de la communauté 37-40	231
Le canal de l'argent 21-45	232
Section 8 – Les douze profils	235
Le costume de notre mission dans la vie	236
Structure du profil	237
Les six rôles primaires	237
Métaphore de la maison	238
Les rôles primaires selon le trigramme inférieur	238
Ligne 1 – Investigateur	238
Ligne 2 – Ermite	239
Ligne 3 – Martyr	239
Les rôles primaires selon le trigramme supérieur	240
Ligne 4 – Opportuniste	240
Ligne 5 - Hérétique	241
Ligne 6 – Modèle	242
La progression géométrique des profils	243
Profil 1/3 – Investigateur/Martyr	245
Profil 1/4 - Investigateur/Opportuniste	248
Profil 2/4 – Ermite/Opportuniste	251
Profil 2/5 – Ermite/Hérétique	254
Profil 3/5 – Martyr/Hérétique	257

Profil 3/6 – Martyr/Modèle	260
Profil 4/6 – Opportuniste/Modèle	263
Profil 4/1 – Opportuniste/Investigateur	266
Profil 5/1 – Hérétique/Investigateur	269
Profil 5/2 – Hérétique/Ermite	272
Profil 6/2 – Modèle/Ermite	275
Profil 6/3 – Modèle/Martyr	278
Le mot de la fin	281



AVANT-PROPOS

AU MOMENT OÙ CE LIVRE ÉTAIT PRESQUE ACHEVÉ, RA URU HU A ÉCRIT LA PRÉFACE QUI SUIT À L'INTENTION DE SES LECTEURS :

«À mesure que grandit la popularité du design humain, il paraît des ouvrages non autorisés à son sujet. J'ai encouragé et autorisé très peu de mes étudiants à écrire des livres sur cette connaissance. Il me fait donc plaisir de voir un travail de cette qualité et de cette profondeur mis à la disposition du grand public, et écrit par l'un des principaux éducateurs en design humain. J'ai observé pendant plusieurs années le cheminement de Lynda en tant qu'étudiante, analyste, enseignante et, finalement, comme directrice de l'École internationale de design humain. Elle a apporté, et continue d'apporter, une contribution importante en ce qui a trait à l'intégrité de cette connaissance ainsi qu'à sa croissance dans le monde.»

**RA URU HU
IBIZA, ESPAGNE
8 FÉVRIER 2011**



PRÉFACE

PAR LYNDA BUNNELL

Imaginez un moment à quel point votre vie aurait été différente, pour vous et vos parents, si un Guide de l'utilisateur avait accompagné votre naissance. Imaginez également ce qu'aurait été votre enfance si vous aviez été encouragé à contacter cet aspect profond de vous qui a toujours su ce qui vous convenait ou non, un espace dans lequel vous auriez pu en toute confiance acquiescer ou non au déroulement de votre vie. Imaginez un moment comme il aurait été merveilleux de savoir que vous étiez destiné à être incroyablement unique, différent de toute autre personne, et de célébrer ce caractère unique en vous aimant sans vous comparer. Et imaginez à quel point il serait merveilleux aujourd'hui que votre famille et vos amis célèbrent votre caractère exceptionnel. Voilà la possibilité que représente le système de design humain pour vous et les générations futures.

Le design humain n'existait pas lorsque la plupart d'entre nous sont nés, mais il peut transformer une vie, peu importe l'âge de la personne. Mon expérience de ce remarquable système a commencé lorsque j'étais au début de la quarantaine. Femme d'affaires prospère et bien établie dans le sud de la Californie au cours des années 1990, je croyais avoir atteint tout ce qu'il fallait pour être heureuse – mais je savais que je ne l'étais pas. Il y avait une coupure entre ma propre vérité intérieure et ce que croyait mon mental. Mes nombreuses incursions dans d'autres systèmes de découverte de soi n'avaient pas réussi à former ce lien ni à remplir le vide intérieur que je ressentais.

Un nouveau chapitre de mon parcours s'est amorcé en 1998 alors que je prenais des vacances dans le sud de l'Espagne. Ma compagne de voyage, une adepte de la spiritualité comme moi, avait apporté des cassettes audio décrivant un nouveau système de transformation personnelle. Nous les écoutions dans la voiture, au hasard des routes à flanc de collines. J'ignorais complètement que l'incroyable rencontre de cet homme sur une île minuscule de la Méditerranée – alors à quelques kilomètres de nous – allait bouleverser ma vie. Cet homme s'appelait Ra Uru Hu, et le système, le design humain.

Il fallut à mon amie un certain temps pour me convaincre, mais après avoir reçu des textes sur le design humain, j'étais fascinée. J'avais trouvé ce que je recherchais et, sans hésiter un seul instant, j'abandonnai ma carrière et me plongeai dans la lecture et l'écoute de tout ce que je pouvais trouver sur cette connaissance. Pendant des jours et des semaines d'affilée, je participai à des lectures en privé et suivis des cours approfondis avec Ra en Europe et en Amérique. Cette expérience incroyable a fait en sorte de complètement réorienter ma vie en démantelant, un pas à la fois, une décision à la fois, les opinions erronées que j'entretenais fermement à propos de moi-même et de ma vie.

Tandis que je m'abandonnais à ma sagesse intérieure, la vie m'a emmenée dans des directions inattendues, vers des destinations imprévues dont je n'aurais jamais pu rêver moi-même. Il y eut également des moments de transformation intérieure profonde et difficile. Non seulement le design humain m'a-t-il montré pourquoi mes réussites antérieures dans la vie m'avaient laissé une impression de vide, mais il m'a aussi lancée sur un parcours unique qui m'a amenée jusqu'à cet instant, comblée, stimulée et satisfaite par mon travail – qui consiste entre autres à écrire ce livre. Cette

science est précieuse pour l'humanité. Au fil des ans, j'ai vu grandir le design humain et il me passionne encore autant que lorsque j'ai découvert cette incroyable connaissance. À mesure qu'il a grandi en popularité, et que des textes ont été publiés ailleurs dans le monde, Ra m'a demandé de collaborer avec lui à un ouvrage définitif et détaillé qui allait bien représenter le système tout en étant une compilation précise de cette connaissance.

Au moment d'envoyer ce livre sous presse, Ra est mort subitement chez lui, à Ibiza, en Espagne. Il avait été mon professeur, mon mentor et mon ami depuis 1999, et sa présence plus grande que nature me manquera toujours. Il vivait ce qu'il enseignait, et utilisait sa propre expérience de vie pour valider la connaissance. J'étais loin de me douter, en travaillant à la publication de ce livre, que sa signification pour moi s'étendrait jusqu'à un hommage envers cet homme et sa contribution à l'humanité.

Avec le temps, le design humain a fait ses preuves dans ma vie et ne m'a jamais déçue. Il est incroyablement précis et profondément transformateur. Des milliers de personnes ont également trouvé leur vérité en entrant sur la voie de l'éveil par le design humain.

Lorsque vous aussi commencerez à saisir votre caractère exceptionnel et à comprendre que vous n'étiez pas destiné à être comme les autres, vous ressentirez l'enivrante liberté de vivre comme vous y êtes destiné. Il n'est jamais trop tard pour se lancer dans la pleine expression de soi-même.

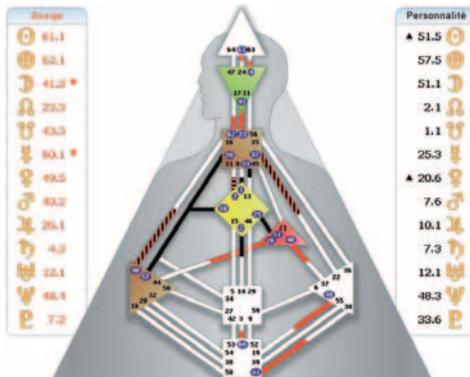
Bienvenue à ce voyage.

Lynda Bunnell

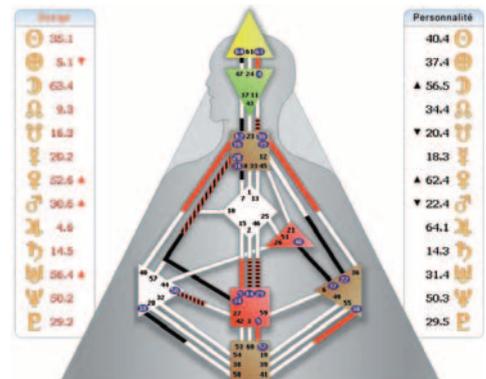
directrice, International Human Design School

Carlsbad, Californie, 2011

RA URU HU MANIFESTEUR 5/1



LYNDA BUNNELL GÉNÉRATEUR MANIFESTEUR 4/1



REMERCIEMENTS

Avant tout, je dois remercier Ra Uru Hu. Au cours des années, nous avons passé beaucoup de temps à collaborer à divers projets, et je remercie le ciel du fait que le destin et ma propre trajectoire m'aient alignée sur cet homme exceptionnel, génial et différent. Il a apporté une mutation réelle, durable et significative à ma vie et à celle de dizaines de milliers de gens. Je prédis que son legs se poursuivra à très long terme et rejoindra bien des générations. Nous avons en commun l'amour du design humain, et je suis heureuse de lui avoir exprimé ma gratitude à maintes reprises, au fil des ans. C'était un homme bon, qui ne voulait jamais qu'on le suive comme un gourou, et ses étudiants savaient à quel point il adorait sa famille et sa vie. Il est vraiment rare qu'une personne soit destinée à devenir le clairon qui répand un pareil ensemble de connaissances. «La reconnaissance ne fait jamais de tort», m'a-t-il dit durant l'une de mes conversations avec lui – et je lui suis tellement reconnaissante, ainsi qu'à sa femme Ambuja, sa fille Sarah, son gendre Mau, ses fils Loki et Jiva, et son petit-fils Kian, lesquels lui ont apporté une famille affectueuse et un soutien qui lui ont permis de faire son travail. Le design humain n'aurait pu se produire sans eux.

Travailler à ce livre a été un plaisir, mais il a fallu un effort monumental pour le mettre au monde. Je dois accorder un hommage particulier à Donna Garlinghouse en tant qu'éditrice et conseillère dans le cadre de ce projet. Donna a collaboré avec moi à chaque étape pendant les dernières années, à mesure que ce livre prenait forme. Elle est du «cerveau gauche» et je suis du «cerveau droit», ce qui a donné une excellente collaboration. Donna est une force de la nature et un bienfait pour nous tous. Elle m'a aidée à voir clair pendant une période difficile. C'est une femme étonnante, et nous avons la chance de l'avoir dans notre communauté.

Un remerciement du fond du cœur à Bethi Black. Ses contributions en tant que conseillère, éditrice et conceptrice visuelle ont été inestimables. Même si nous avons collaboré à d'autres projets, je ne savais pas, lorsque je l'ai appelée l'été dernier (en 2010) pour lui demander de m'aider à l'école, que nous finirions par travailler ensemble à celui-ci. Avec le recul, je vois à quel point tout était si parfaitement et divinement orchestré. Bethi a littéralement emménagé chez moi pour que nous puissions manger, respirer, dormir et travailler pour mettre ce livre au monde durant les étapes finales. Sur bien des plans, il m'aurait été impossible de passer cette dernière année sans elle.

Et merci à toi, Becky Markley, éditrice des manuels *Vivre son design*, pour ton sens du détail et l'aide apportée par tes commentaires et la révision des textes. Merci à Cathy Kinnaird et Carol Zimmerman pour votre inspiration, votre amour et votre appui. Merci à toi, Genoa Bliven, pour ta véritable humanité et le fait d'avoir compris l'importance de conserver et d'honorer le travail et le legs de Ra. Et merci à Mary Ann Winiger et Randy Richmond, véritables trésors de notre communauté, pour tous les conseils objectifs prodigués.

Sarah Krakower et Maurizio [Mau] Cattaneo, chez Human Design Concepts, ont créé une merveilleuse page couverture et des graphiques étonnants. Ra disait : «Le design humain est un médium visuel, une carte routière visuelle qui sert à comprendre notre vraie nature», et Mau, qui le sait de toute évidence, a profondément intégré cette idée aux magnifiques illustrations de ce livre.

Sarah et Mau forment une équipe du tonnerre, et il est très approprié que leur amour et leur énergie fassent partie de ce livre.

Bien des membres de la communauté ont aussi contribué à tout cela d'innombrables façons, en tant qu'amis et associés. Mentionnons tout le personnel enseignant de l'International Human Design School : Bethi Black, Glenda Anderson, Deborah Bergman, Genoa Bliven, Alokand Diaz, Carol Freedman, Martin Grassinger, Cathy Kinnaird, Josette Lamotte, Becky Markley, Dr Andrea Reikl-Wolf, J. R. Richmond, Peter Schober, Ilse Sendler, Dharmen et Leela Swann-Herbert et Carol Zimmerman. Je veux également remercier les dirigeants de la National Human Design Organization : Glenda Anderson, Richard Beaumont, Genoa Bliven, Nicholas Caposiena, Maurizio Cattaneo, Viviana Farran, Unnur Inga Jensen, Sarah Krakower, Josette Lamotte, Spyraggelos Marketos, Inaki Moraza, Meris Oliveira, Virginia Page, Ilse Sendler et Koji Ueda. Nous avons tous quelque chose en commun : nous désirons ce qu'il y a de mieux pour la poursuite et la croissance du design humain.

Merci à ma sœur Kathy Kinley, à ma fille Alisa Hawkins et à mon gendre Matt Hawkins, pour leur amour, leur appui et leur encouragement – et pour leur patience alors que ma vie était complètement absorbée par ce projet alors à la veille d'être complété. Et merci à mes petits-enfants Sara, Sabrina, Kingston et Landon. Le fait de passer des moments magiques ensemble a nourri mon âme et constitué pour moi un répit indispensable. Et merci à Jerry et Ida Bunnell de m'avoir mise au monde; à John et Shirley Barry, pour m'avoir prise sous vos ailes affectueuses il y a bien des années; à Michael et Barbra MaKay, pour votre encouragement et votre inspiration; à Martha Morrow, une amie encourageante, chère et affectueuse; et à mon amie du projet, Judy Thompson, qui a persisté en me demandant, par trois fois, si je voulais une lecture de design humain. Un remerciement particulier à toi, Dona King, mon amie de toujours et ma confidente de tous les jours. Dona a été à mes côtés pendant toute la durée de ce projet; elle me demandait chaque jour : « Vas-tu travailler au livre aujourd'hui? » Qu'est-ce qu'elle va me demander, maintenant qu'il est terminé?

Même s'il y a trop de gens à nommer, ce livre doit le plus aux étudiants, analystes et enseignants du design humain – ce sont les véritables héros et pionniers. Alors que chacun de nous vit sa vie selon sa nature véritable, nous changeons le monde en mieux, une personne à la fois. Le design humain n'aurait pu progresser autant sans que vous accomplissiez tous votre merveilleux travail dans la communauté du design humain. Je sais que d'une façon ou d'une autre j'ai été touchée par vous tous. Nous nous tenons sur les épaules de ceux qui nous ont précédés et nous soulevons et soutenons ceux qui se joignent à nous dans cet incroyable mouvement mondial du design humain. Ra nous a passé le flambeau le jour où il a quitté cette terre, et il nous appartient maintenant de poursuivre ce qu'il a commencé.



« LA PLUPART DES GENS DÉSIRERONT UN REMÈDE INSTANTANÉ OU DES RÉPONSES RAPIDES À LEURS PROBLÈMES. VOICI UNE CONNAISSANCE PROFONDE, ET ELLE EXIGE DE L'ATTENTION CONSCIENTE, DE L'EXPÉRIMENTATION, DE L'INTROSPECTION ET DU TEMPS. LE DESIGN HUMAIN VOUS DONNE LES CLÉS, MAIS IL VOUS APPARTIENT D'UTILISER LES OUTILS QU'IL FOURNIT. VOICI LE MODE D'EMPLOI DE VOTRE VIE, MAIS VOUS DEVEZ ENTRER DANS LE VÉHICULE, TOURNER LA CLÉ DE CONTACT ET FAIRE LA DÉCOUVERTE PAR VOUS-MÊME. LA MAGIE SE TROUVE DANS L'EXPÉRIENCE. AIMERIEZ-VOUS FAIRE CE VOYAGE? L'INVITATION VOUS EST LANCÉE... »
– LYNDA BUNNELL

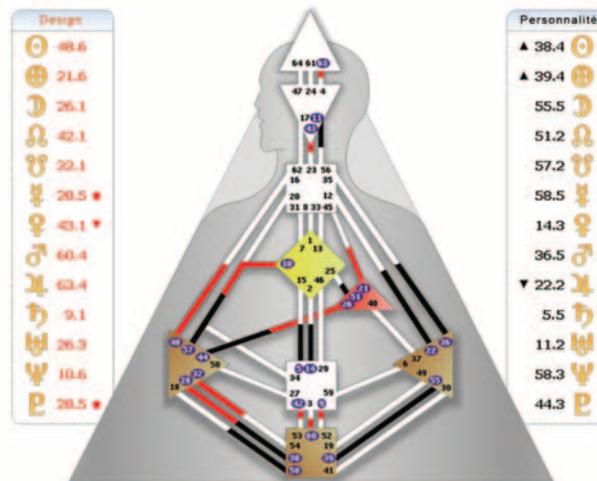


INTRODUCTION

L'EXPÉRIENCE TRANSFORMATRICE QUI CONSISTE À VIVRE EN TANT QUE VOUS-MÊME ET À REVENDIQUER VOTRE UNICITÉ

Le design humain est la science de la différenciation. Il démontre que chacun de nous a une configuration unique et une destinée précise à accomplir sur la Terre. D'innombrables possibilités d'unicité individuelle se trouvent dans notre matrice génétique. Malgré l'existence de millions de variations d'humains, chaque personne a une configuration de design humain particulière et unique, avec une stratégie claire qui l'aligne sans effort sur sa propre unicité. Le design humain ne vous demande pas de croire en quoi que ce soit. Il vous invite à participer pleinement à une expérience potentiellement transformatrice, et vous fournit les outils pratiques et l'information nécessaire pour bien vivre votre vie. Sans en faire une expérience individualisée – et individualiste –, le design humain n'est qu'un système complexe d'informations fascinantes et distrayantes.

Lorsqu'on observe des milliers de cartes, un élément ressort : *il n'y en a pas deux exactement pareilles*. Même si quelqu'un avait une carte fort semblable à la vôtre, cette personne ne serait pas vous. Mais comment déterminer votre design unique ?



Une carte de design humain, ou schéma corporel (parfois appelé BodyGraph), est un plan précis, un guide de l'utilisateur nous indiquant comment nous avons été génétiquement conçus pour nous engager dans le monde, et comment fonctionne notre propre système de guidance intérieur. Jamais auparavant nous n'avons été à même de nous voir aussi clairement sous tous nos aspects : les éléments conscients et inconscients de nous-mêmes, les aspects que personne ne peut nous enlever, de même que ceux qu'on nous a enseignés ou conditionnés à croire qu'ils étaient nous, mais qui ne le sont pas.

Comme le disait souvent Ra Uru Hu : «Ce sur quoi vous pouvez compter, vous n'avez jamais compté dessus au cours de votre vie. Ce sur quoi vous ne pouviez compter, vous avez tenté toute votre vie de compter dessus. Ce sur quoi vous vous êtes appuyé n'a jamais été vous. Ce que vous avez ignoré a toujours été vous. Essayez de vous appuyer sur ce qui est vraiment vous et voyez ce qui se produira.»

Chacun de nous est destiné à être différent de tous les autres. Maintenant, nous pouvons voir et entrer en contact avec ces différences. Nous sommes ici pour vivre notre vie et exprimer nos vérités à notre façon, qui est unique. Comprendre cela peut nous soulager d'un grand poids. Combien de fois nous sommes-nous comparés à quelqu'un d'autre? Et combien de fois, enfants, avons-nous été comparés à quelqu'un d'autre par un parent, un enseignant ou un pair? Nous comparer aux autres nous donne l'impression, au fond de soi, qu'il n'est pas bien d'être qui on est. Ajoutons à cela le conditionnement de nos premières années, et nous nous trouvons à vouloir changer ou adapter notre manière d'agir en fonction des autres, ce qui nous éloigne davantage des personnes que nous sommes destinés à être. Lorsque nous commençons à comprendre et à accepter notre unicité, quelque chose en nous s'ouvre et se détend. Les nombreuses couches de conditionnement disparaissent lentement et font place à la personne que nous étions censés être chacun. De là émerge notre essence intérieure.

LA PREMIÈRE ÉTAPE EN VUE D'OBTENIR VOTRE CARTE DE DESIGN HUMAIN

Vous pouvez obtenir des cartes *gratuites* en français de votre schéma corporel auprès de ces organisations autorisées du design humain. À mesure que vous avancerez dans votre lecture, vous aurez intérêt également à placer devant vous les cartes de vos parents et amis.

En français :

Design humain France

www.designhumainfrance.com

En anglais :

Design humain Canada

www.hdcanada.org

Jovian Archive (le site de Ra Uru Hu)

www.jovianarchive.com

L'École internationale de design humain

www.ihdschool.com

CE QUE RÉVÈLE VOTRE CARTE

- Votre carte montre votre design génétique spécifique : comment affirmer qui vous êtes vraiment, comment être vous-même, et comment vous frayer un chemin avec succès dans un monde en constant changement.
- Ce design vous fournit les outils nécessaires pour vivre une vie consciente et éveillée – une stratégie simple et fiable qui vous permet de vous relier à votre autorité personnelle afin de

prendre, d'instant en instant, les décisions qui vous sont appropriées, afin que votre unique mission dans la vie puisse se déployer naturellement.

- Votre stratégie vous aidera à éliminer la résistance (frustration, colère, déception, amertume) et la peur, afin de vivre de manière détendue, unique, créative et évolutionnaire-révolutionnaire.
- Votre carte étale votre dynamique relationnelle afin de vous aider à comprendre comment se jouent les attractions, résonances et conflits entre vous et les autres.
- Elle vous conseille sur la façon de vous aligner sur des gens qui renforcent votre vitalité, appuient votre mission de vie, et partagent votre voie véritable.
- Comprendre les cartes des autres illustre la nature véritablement unique et individuelle de vos proches, comme les parents et les amis, et vous indique comment les respecter et interagir avec eux.
- Et surtout, une carte nous montre comment créer le meilleur cadre de vie pour nos enfants, afin qu'ils puissent être tels qu'ils sont, soit uniques, apprendre et se développer en tant qu'êtres individualisés.

QUI VOUS ÊTES : LES QUATRE TYPES DE DESIGN HUMAIN

Votre carte vous donne des outils associés à votre type, votre stratégie et votre autorité (l'intelligence corporelle) pour vous montrer comment vous êtes destiné à vous frayer un chemin dans la vie et à interagir avec le monde. Même si le design comporte des millions de variations, il n'y a que quatre types d'êtres humains. Chacun de nous fait partie de l'un de ces types, et le vôtre reste le même tout au long de votre vie. Voici une très brève explication des quatre types. (Ils seront explorés en profondeur à la section 4.)

Les Générateurs, les bâtisseurs, représentent environ 70 % de la population. Leur stratégie consiste à attendre que les choses viennent vers eux, afin de pouvoir y répondre. Lorsqu'ils font les premiers pas au lieu d'attendre, ils finissent habituellement par se sentir frustrés. Les Générateurs sont la force vitale de la planète et sont conçus de façon à se connaître par l'observation de ce à quoi ils réagissent. En réagissant, ils sont satisfaits de leur vie et de leur travail. Leur travail est leur cadeau au monde.

Les Projecteurs, les guides, forment environ 20 % de la population. Leur stratégie consiste à attendre que leurs qualités précises soient reconnues et qu'on les invite. C'est par cette invitation qu'ils vivent la reconnaissance et le succès dans leur vie. S'ils prennent les devants au lieu d'attendre, ils ressentent de la résistance et du rejet, et peuvent finir par devenir amers. Le cadeau du Projecteur au monde consiste à comprendre et à guider les autres.

Les Manifesteurs, les initiateurs, composent environ 9 % de la population. Leur stratégie consiste à informer les autres de leurs décisions avant d'agir, afin d'éliminer toute résistance.

Lorsque les Manifesteurs ne peuvent manifester en paix, ils ressentent de la colère. Les Manifesteurs sont destinés à avoir un effet puissant et à lancer des mécanismes pour les autres types. Mettre en œuvre, voilà le cadeau qu'ils offrent au monde.

Les Réflecteurs, les discerneurs, représentent environ 1 % de la population. Leur stratégie consiste à attendre tout un cycle lunaire avant de prendre des décisions majeures. Les Réflecteurs se délectent des surprises de la vie. Lorsqu'ils initient sans utiliser leur stratégie, ils finissent par être déçus de la vie. Les Réflecteurs sont destinés à être les juges de l'humanité, à refléter les injustices que celle-ci s'inflige. Leur cadeau au monde, c'est leur capacité à discerner clairement les «petits détails».

L'EXPÉRIENCE QUI CONSISTE À VIVRE VOTRE STRATÉGIE ET VOTRE AUTORITÉ

Le cœur et l'âme du design humain se trouvent dans le potentiel d'éveil que vous offre le fait de vivre votre conception unique. La stratégie et l'autorité, que nous expliquerons en détail dans ce livre, sont les voies d'accès qui vous permettent d'être vous-même, d'affirmer votre nature véritable, et de comprendre et d'abandonner ce que vous n'êtes pas.

Dans le passé, pour avancer dans la vie nous prenions toutes nos décisions avec notre mental. Ce dernier ne suffit plus à la tâche. Le mental est vraiment génial pour la collecte d'informations et d'expériences, pour la comparaison, et pour envisager des perceptions et des réflexions uniques à partager avec d'autres. Toutefois, il ne peut le faire que lorsqu'il ne prend pas de décisions à notre place. Le mental est alors à son meilleur en tant que passager : *il est là pour visionner le film et voir les scènes de la vie en tant qu'observateur engagé.*

Ce qui nous permet réellement de vivre notre parcours unique, c'est la conscience ou l'intelligence supérieure de notre corps, la forme que nous habitons. Le design humain révèle le fonctionnement de notre forme et la façon dont celle-ci devient le guide de notre autorité personnelle. Chacun de nous, par nature, a une manière unique de prendre des décisions au moyen de cette conscience, et chaque décision est cruciale, car chacune nous place sur une trajectoire particulière. Une seule mauvaise décision peut faire dévier notre existence dans une direction qui pourrait avoir des conséquences graves. La prise de décision mentale dépasse rarement la supposition, et le mental n'est pas un système d'orientation fiable. Pour survivre sur cette planète, chacun doit savoir contacter son autorité personnelle. Les décisions venant du plus profond de soi nous permettent de revenir sur la bonne voie ou de nous garder sur celle-ci, et de vivre avec authenticité à partir de notre vérité personnelle.

Les outils d'éveil du système de design humain ne ressemblent à aucun autre. Lorsque vous vous serez familiarisé avec votre design unique et vous apprendrez à utiliser efficacement votre stratégie et votre autorité, vous pourrez commencer immédiatement à en faire l'expérience et à découvrir vous-même comment ces outils transforment votre vie. Lorsque vous vivez comme vous êtes censé le faire, et que vous êtes vous-même, votre mental commence à jouer un rôle fort différent, plus approprié, celui d'observateur objectif et de ressource, et vous donne la possibilité d'être un

passager éveillé et conscient. Votre mental participe à votre processus de découverte de soi sans interférer avec vos décisions quotidiennes. Le design humain vous donne des outils et vous montre la voie, mais libre à vous de vous en servir.

« SI VOUS VIVEZ SELON VOTRE STRATÉGIE ET VOTRE AUTORITÉ PERSONNELLES, IL N’Y A RIEN À FAIRE : CELA SE FAIT ET “VOUS” N’INTERFÉREZ PAS. » – RA URU HU

LE SOI AUTHENTIQUE

Tout au long de ce livre, nous allons comparer le soi authentique (ou véritable) au non-soi. Lorsque nous parlons du soi authentique ou véritable, nous désignons notre nature comportementale, pure et naturelle, conçue de manière à se manifester sans résistance dans le monde. Autrement dit, notre mission dans la vie : *être les personnes que nous sommes destinés à être*. Le non-soi est une programmation conditionnée qui masque notre soi véritable authentique. À mesure que nous prenons conscience de notre non-soi au moyen de notre stratégie et de notre autorité, nous devenons peu à peu conscients de la présence constante de notre être authentique, tout juste caché derrière. La haine de soi a également sa source dans le non-soi ; nous détestons notre incapacité à satisfaire les nombreuses attentes dont nous nous sommes chargées. Lorsque nous saurons et accepterons, et vivrons à l’aise dans l’authenticité, nous en viendrons naturellement à nous aimer.

Au fil de votre expérience personnelle de connaissance de soi, vous observerez toutes les variations possibles de votre conditionnement au non-soi, et de la résistance qu’il crée. Plus vous le verrez clairement, plus vous verrez clairement votre soi véritable. La connaissance de vous-même est le meilleur moyen de vous aimer. Le système de design humain vous montre comment.

Le design humain porte sur la santé, la stabilité et la direction de notre vie à même notre corps physique. Lorsque la forme (le corps) fonctionne de manière optimale, la lumière de notre psyché (la personnalité) ou de l’âme transparaît dans nos pensées, nos paroles et nos actes, avec clarté et force, et sans heurts. Voilà l’authenticité, la vie telle que nous sommes censés la vivre.

LE PROCESSUS DE DÉCONDITIONNEMENT

Le déconditionnement, tel qu’on l’entend dans ce système, est le fait d’abandonner ce que nous ne sommes pas. Ce processus est lent, car il est profond. Lorsque nous reprenons notre autorité, en changeant notre façon de prendre des décisions et d’avancer dans la vie, nous changeons physiquement le fonctionnement de nos cellules. La vie avance par cycles de sept ans, et il faut environ sept ans pour que toutes les cellules de notre corps se renouvellent. Dès que nous commençons à nous aligner sur notre nature véritable, dès que nous permettons à notre corps de vivre sans résistance, nous entamons ce profond processus de déconditionnement. Sept ans plus tard, nous sommes plus près de qui nous sommes censés être. Il n’est pas facile de s’y mettre à l’âge adulte, mais comme nous l’avons entendu à tant de reprises, il n’est JAMAIS trop tard pour commencer.

Déjà, en Chine ancienne, les penseurs et les philosophes épousaient l'idée que le non-faire était une façon de faire. Il est agréablement relaxant de vivre sa vie en s'abandonnant à son propre système d'orientation intérieur. Être éveillé et conscient de soi-même, vivre une vie authentique et en harmonie avec sa vraie nature, est tellement plus enrichissant que de vivre endormi ou perdu dans les attentes du conditionnement d'un monde homogène. Prendre des décisions à partir de son être intérieur afin de pouvoir, avec les autres, pleinement profiter de son être véritable plutôt que d'être la réplique d'un autre vaut la peine, le temps et la patience. Lorsqu'on se connaît, on ne peut que s'aimer. Tout au long de ce livre, il sera question de déconditionnement.

DES INDICES DE RÉSISTANCE

Lorsque nous commençons à vivre avec authenticité selon notre type, notre stratégie, et notre autorité personnelle, nous remarquons notre facilité à avancer ou notre résistance. Lorsque nous agissons à partir de notre mental, plutôt que de notre stratégie et de notre autorité, nous éprouvons de la résistance. Prendre continuellement des décisions à partir du mental signifie vivre une existence qui n'est pas la nôtre ; et le stress accumulé résultant de ces actions met en péril notre bien-être physique, mental et émotionnel. Les thèmes reliés au non-soi – la colère (Manifesteur), la frustration (Générateur), l'amertume (Projecteur) et la déception (Réflecteur) – sont des indices de résistance : nous avons dévié de notre trajectoire en négligeant de suivre notre stratégie et en ignorant notre autorité. Autrement dit, c'est aux gestes et décisions de notre non-soi que nous résistons, non à notre moi authentique ! En les assumant, nous vivons la résistance en tant que rejet ou répression de notre soi véritable par les autres. Par contre, lorsque nous prenons conscience de ce que nous dit la résistance au moyen de ces indices, cela nous permet de prendre un certain recul et de réévaluer notre approche, nos gestes et nos paroles. Si nous sommes malades ou sujets aux accidents, nous savons qu'une résistance persistante à l'extérieur s'est manifestée à l'intérieur. À mesure que nous vivons avec authenticité, notre mission dans la vie se manifeste afin de nous apporter notre pleine mesure de satisfaction, de succès, de paix ou de surprise, à partir du moi véritable. (Ce sujet sera exploré plus en profondeur à la section 4.)

LE BUT ULTIME : L'ÉVEIL

Le design humain est un nouveau type d'éveil. C'est une approche graduelle de la conscience qui aligne notre esprit et notre corps sur les rôles qui leur conviennent. Elle exige une mobilisation du mental par la compréhension des mécanismes de notre design, tout en vivant simultanément notre vie selon notre stratégie et notre autorité. Une fois que nous comprenons la nature du soi véritable et du non-soi, et que nous prenons des décisions à partir de notre autorité personnelle, nous pouvons nous dégager de notre attachement au mental et à son contrôle sur notre vie, et libérer ses incroyables dons afin de pouvoir aider les autres. Ce faisant, nous devenons des passagers conscients et éveillés, et notre mental devient un observateur objectif de notre vie.

La voie singulière de chaque individu vers l'éveil commence lorsque celui-ci prend davantage conscience de l'élévation de l'intelligence de son corps complexe en se fiant profondément à cette intelligence en tant que boussole dans la vie. Nous ne pouvons – et n'osons pas – nous dégager de l'emprise de notre mental avant de savoir que nous pouvons implicitement nous fier à nous-mêmes. En comptant pleinement sur notre propre capacité à avancer dans la vie, nous en venons à nous accepter davantage et nous sommes alors capables de nous aimer – et d'aimer les autres – sincèrement. Dans le design humain, c'est le moment de la transformation personnelle, qui consiste à voir à travers l'illusion et à vivre éveillé et conscient.

COMMENT UTILISER CE LIVRE

Même si le design humain est un ensemble de connaissances profond et complexe, il est à la portée de tout le monde. Ce livre est conçu de façon à vous faire parcourir ces connaissances pas à pas, couche par couche. Chaque section est présentée selon un ordre précis, avec la présentation et l'explication des termes requis pour avancer. Au départ, il sera utile d'avancer une section à la fois. Ensuite, à mesure que vous vous serez familiarisé avec les divers niveaux d'information et leurs interrelations, vous pourrez vous servir de ce livre comme guide de référence.

1. LES FONDEMENTS D'UNE NOUVELLE PERSPECTIVE RÉVOLUTIONNAIRE, LE DESIGN HUMAIN DEPUIS LES ORIGINES

Un survol et une présentation des concepts fondamentaux et des origines du design humain. Les fondements de l'expérience personnelle qui vous amènera à établir vos bases.

2. LES NEUF CENTRES, LE COURANT D'ÉNERGIE

La compréhension des centres est fondamentale pour le design humain. Afin de décoder votre type, votre stratégie, votre autorité et, en définitive, votre moi véritable, vous devez comprendre le fonctionnement des centres.

3. L'AUTORITÉ, NOTRE UNIQUE VÉRITÉ AUTHENTIQUE

La prise de décision est une clé essentielle pour avancer dans la vie, vivre sa vérité et sa véritable mission, et utiliser son autorité personnelle pour y arriver permet de retrouver son pouvoir. Bien comprendre comment décider en toute authenticité vous garde aligné sur votre trajectoire de vie.

4. LES QUATRE TYPES ET STRATÉGIES, VIVRE NOTRE DESIGN

Il s'agit d'une exploration des nuances des quatre types et de la stratégie détaillée de chacun. Comprendre comment avancer correctement dans la vie donne la possibilité de se détendre tout en étant bien aligné sur sa mission de vie.

5. LES CINQ DÉFINITIONS, LA DYNAMIQUE ÉNERGÉTIQUE

Comprendre les voies par lesquelles notre énergie circule révèle par le fait même la façon de traiter l'information et notre interaction avec les autres.

6. LES PORTES, UN POTENTIEL SPÉCIFIQUE ET UNIQUE

Comme son nom l'indique, une porte ouvre l'énergie d'un centre vers un autre centre. Dans votre design personnel, elle sera «activée» «définie» (colorée) ou non (blanc), faisant de cette porte un potentiel de votre soi ou bien un agent de votre non-soi.

7. LES CANAUX, LA FORCE DE VIE EN SOI

Nous sommes un amalgame de forces de vie tribales, collectives et individuelles. Ces forces nous permettent de faire face au monde, de nous soutenir mutuellement, de partager entre nous, de nous donner du pouvoir tout en suscitant un épanouissement personnel.

8. LES DOUZE PROFILS, LE COSTUME DE NOTRE MISSION DANS LA VIE

Les profils nous aident à comprendre nos rôles, nos façons d'exprimer notre caractère unique sur la scène de la vie. En vivant notre profil, nous découvrons notre mission dans la vie.

Même si ce livre est rempli d'une information profonde et pratique, il ne peut remplacer la lecture personnalisée d'un analyste certifié de design humain de l'IHDS, ce qui peut être, en soi, une expérience transformatrice.

Toutefois, sa lecture vous offre une base solide d'expérimentation avec votre propre design ou encore à des fins d'études éventuelles. Il y a d'autres domaines à explorer dans le design humain. Pour en apprendre davantage, veuillez visiter les sites suivants :

www.designhumainfrance.com

www.jovianarchive.com

www.ihdschool.com

Il existe un réseau mondial d'organisations nationales et d'excellents analystes et enseignants prêts à vous accompagner et à vous guider dans l'exploration de cette connaissance. Vous pouvez consulter la liste des analystes certifiés à la fin du livre.



« LE DESIGN HUMAIN N'EST PAS UN SYSTÈME DE CROYANCES. VOUS N'AVEZ PAS BESOIN DE CROIRE EN QUOI QUE CE SOIT. CE N'EST PAS UNE COLLECTION DE RÉCITS NI UNE PHILOSOPHIE. C'EST UNE CARTE CONCRÈTE DE LA NATURE DE L'ÊTRE, UNE CARTOGRAPHIE DE VOTRE CODE GÉNÉTIQUE. DE TOUTE ÉVIDENCE, CETTE CAPACITÉ DE POUVOIR DÉTAILLER À UN TEL DEGRÉ LE MÉCANISME DE NOTRE NATURE EST PROFONDE, CAR ELLE RÉVÈLE NOTRE NATURE INTÉGRALE DANS TOUTES SES SUBTILITÉS. LE DESIGN HUMAIN INVITE LE POTENTIEL DE L'AMOUR DE SOI, DE LA VIE ET DES AUTRES PAR LA COMPRÉHENSION. » – RA URU HU



SECTION 1

LES FONDEMENTS D'UNE NOUVELLE PERSPECTIVE RÉVOLUTIONNAIRE

LE DESIGN HUMAIN DEPUIS LES ORIGINES

