

DESCUBRE TU DISEÑO

LOS 3 PASOS A LA TRANSFORMACIÓN



HDH Human
Design Hispania

Bienvenido a **Human Design Hispania** y **Jovian Archive.com**. Jovian Archive es la fuente original del Sistema de Diseño Humano y el trabajo de **Ra Uru Hu**, el fundador del sistema. Human Design Hispania tiene en exclusiva la licencia para España.

Este libro electrónico está diseñado para guiarte rápidamente a través de los pasos fundamentales para la transformación personal y es un recurso complementario a los libros en pdf, audio, vídeos y artículos informativos que se frecen en nuestra página web.

El Diseño Humano se puede comparar con un manual que ofrece orientación sobre cómo navegar con éxito la vida, detallando nuestros talentos, habilidades y potencial. Ofrece un mapa, llamado Cuerpo Gráfico, para actualizarlos, y nos ayuda a comprender cómo estamos diseñados para relacionarnos con el mundo. El mapa también identifica áreas donde somos susceptibles a la influencia y el condicionamiento.

El Diseño Humano, como manual, revela cómo funciona nuestro sistema de guía interior y nos proporciona técnicas prácticas para tomar decisiones que pueden mejorar enormemente nuestra experiencia de vida.

Nos ayuda a:

- Descubrir cómo **mejorar la calidad de nuestra vida** de una manera sencilla pero eficaz.
- **Tomar las decisiones correctas en cada momento**, lo que resultará en mejores bienestar, relaciones y opciones profesionales.
- Gestionar los desafíos de la vida diaria **sin sentirse abrumado**.

El Diseño Humano ofrece un mapa de nuestro diseño genético único, con información detallada sobre áreas conscientes e inconscientes de nuestro diseño. Utilizando herramientas sencillas, nos guía a descubrir nuestra propia verdad, a vivir con autoaceptación y a obtener claridad sobre nuestro propósito en la vida.

Comprender nuestro Diseño tiene el potencial de despertar nuestra sabiduría innata, pero lidiar con hábitos de toda la vida y el poder del condicionamiento puede ser un desafío. Enfrentar estos desafíos requiere coraje y compromiso. El proceso de redescubrir nuestra verdadera naturaleza requiere tanto educación como experimentación.

Al experimentar con nuestro Diseño, podemos descubrir si este conocimiento funciona para nosotros. El primer paso es conocer nuestro **Tipo** y **Estrategia**, seguido de comprender nuestra **Autoridad interna**, y luego identificar cómo y por qué somos susceptibles al condicionamiento de influencias externas. Una vez que comprendemos nuestra susceptibilidad, ya no creamos habitualmente circunstancias que nos obliguen a afrontar situaciones y energías que no estamos preparados para manejar, sino que genera, cambios que puedan eliminar la resistencia y el malestar. El Diseño Humano es una herramienta que puede ayudarnos a comprender cómo el cuerpo y la mente deben funcionar alineados y cómo conectarnos con otras personas que puedan apoyar nuestro proceso.

La recompensa que se obtiene al vivir nuestra auténtica naturaleza vale la pena el tiempo dedicado a aprender sobre nuestro Diseño y la energía de comprometerse con este proceso. Los conocimientos que obtenemos al comprender nuestro Cuerpo Gráfico ofrecen una perspectiva completamente nueva sobre nosotros mismos, nuestra interacción con los demás y nuestro lugar en el mundo. Además, pueden ayudarnos a ser conscientes del condicionamiento y a afrontar la manera en que el condicionamiento nos afecta.

Aprender a operar en consonancia con nuestras necesidades individuales y tomar decisiones correctas puede conducir a una mejor salud y bienestar, mejores relaciones y satisfacción en nuestra vida profesional. Esto disminuye, o incluso elimina, los miedos y el estrés que forman parte de la vida cotidiana.

En este eBook nos centramos en **cómo puedes transformar tu vida en 3 pasos.**

“El Sistema de Diseño Humano no es un sistema de creencias. No requiere que creas en nada, ni que creas en mí. No son historias ni filosofía. Es un mapa concreto de la naturaleza del ser, una forma lógica en que podemos vernos a nosotros mismos. Sólo la simple mecánica es suficiente para marcar una gran diferencia en la vida de alguien”.

Ra Uru Hu

Fundador del Sistema de Diseño Humano



CÓMO TRANSFORMAR TU VIDA EN 3 PASOS

La belleza del Diseño Humano es que es bastante simple, una vez que lo divides en unos pocos pasos básicos:

1. Descubre Tu **Tipo y Estrategia**
2. Comprende Tu **Autoridad Interna**
3. Comienza Tu **Experimento**

Este *eBook* cubre cada paso básico y cómo aplicar este conocimiento. Contiene toda la información que necesitamos para descubrir aspectos clave de nuestros gráficos de Diseño Humano y comenzar a experimentar.

¿QUÉ ES EL CUERPO GRÁFICO DE DISEÑO HUMANO?

El Diseño Humano utiliza tus datos de nacimiento para calcular tu Cuerpo Gráfico de Diseño Humano. El Cuerpo Gráfico es una ilustración gráfica del flujo energético dentro de tu sistema, un modelo de cómo operas e interactúas con el mundo.

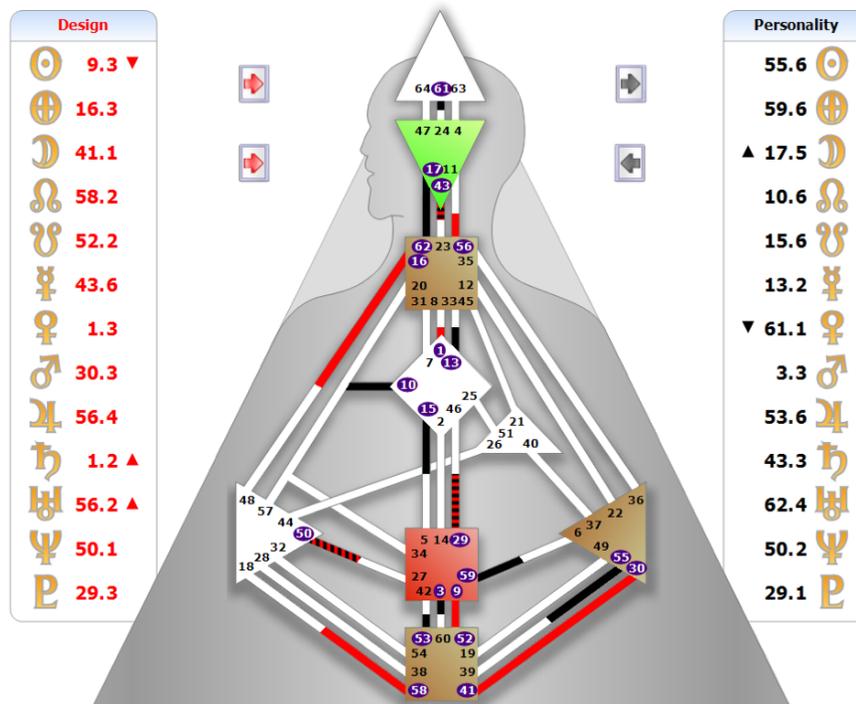
Tu Cuerpo Gráfico muestra tu **Definición** (cualquier cosa coloreada en el gráfico) y tu apertura (cualquier cosa que quede en blanco). La Definición revela quién eres, lo que sigue siendo consistente y confiable durante toda tu vida. Las áreas en blanco (que llamamos "abiertas") muestran dónde eres susceptible al condicionamiento y pueden resultar en lo que el Diseño Humano llama el "No-Ser".

Esto se refiere a una colección de estrategias desadaptativas que nos hacen actuar de maneras que no están alineadas con nuestra naturaleza. Nuestras decisiones del “No-Ser” son el resultado del condicionamiento de la apertura que hay en nuestros Gráficos. Nuestro condicionamiento es naturalmente inconsistente e influye en cómo percibimos y experimentamos el mundo y tomamos decisiones. Dependiendo de las decisiones que tomemos, esto puede causar numerosos problemas que conduzcan a nuevas estrategias desadaptativas.

Una vez que captamos la información contenida en nuestro Gráfico de Diseño Humano, nos damos cuenta del poder de nuestra mente y de lo poderosamente que el condicionamiento influye en nuestras acciones y decisiones.

El gráfico también nos proporciona mecanismos simples: las Estrategias a seguir en función de nuestro Tipo y Autoridad. La Estrategia esencial de Tipo y Autoridad nos revela cómo tomar mejores decisiones y navegar la vida con éxito. Aplicar estas Estrategias nos ayuda a liberarnos del condicionamiento, y esto puede marcar una enorme diferencia en la forma en que experimentamos la vida.

GRÁFICO DE DISEÑO HUMANO DE STEVE JOBS



Como **Generador**, la Estrategia de toma de decisiones de Jobs se basaba en **Responder**, para centrarse pacientemente en el trabajo detallado, y su **Autoridad interna** requería que esperara a tener claridad sobre sus deseos antes de actuar. Actuando impulsivamente con sus emociones, vivió temas de **frustración** del “**No-Ser**”, expresados a menudo a través de impaciencia y arrebatos emocionales. Profundizando en la **Definición**, podemos identificar su **impulso emocional** para **crear nueva tecnología** y “**actualizar/mejorar**” la **experiencia del usuario** (41-30), así como su capacidad para **trabajar** y **concentrarse obsesivamente** (9-52) en **organizar** y **perfeccionar** los detalles (17- 62) de los productos Apple conocidos en todo el mundo.

→ [Crea aquí tu Gráfico de Diseño Humano gratuito](#). **Recuerda:** para obtener un Gráfico de Diseño Humano correcto es necesario que los datos de nacimiento que use sean precisos. Si no estás seguro de tu hora de nacimiento exacta, te recomendamos solicitar al hospital en que naciste un informe de tu hora de nacimiento.

1: DESCUBRE TU TIPO Y TU ESTRATEGIA

Observa tu Gráfico de Diseño Humano y toma nota de tu **Tipo**, que te revela:

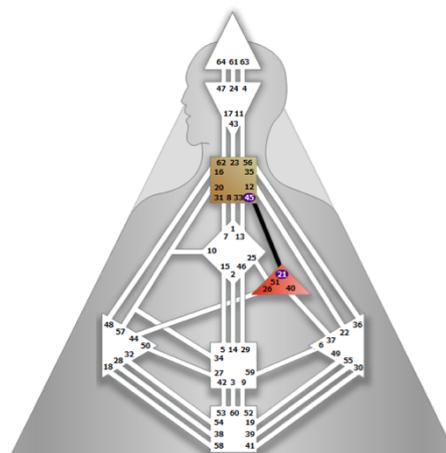
- Tu **Estrategia**, el primer paso para **tomar decisiones correctas**.
- **Cómo funciona tu Aura** y cómo esto afecta a los demás.
- Los **temas de tu Firma y No-Ser**, que te indican si tu vida se está moviendo en la dirección correcta.

Una vez que conozcas tu Tipo, busca aquí debajo y lee el segmento correspondiente.

TIPO: **MANIFESTADOR**

Estrategia: Informar

A todos nos han dicho más de una vez que nos pongamos en marcha y hagamos que sucedan las cosas, para manifestar nuestros sueños e intenciones. Los Manifestadores tienen la capacidad de iniciar proyectos y actuar de forma independiente, y de esta manera, este Tipo (que sólo representa aproximadamente el 10% de la población) se ha convertido en nuestro ideal cultural de "cómo estar en el mundo".



Sin embargo, esta forma de acción independiente es exclusiva de los Manifestadores, que a menudo son más felices cuando se les deja solos y hacen las cosas a su manera. Al mismo tiempo, los Manifestadores también se benefician de los otros Tipos

cuando se les brinda apoyo energético y creativo, y consejos sobre cómo completar un proyecto.

Cuando tenemos un Manifestador en nuestras vidas, a menudo nos resistimos a su capacidad natural de actuar, porque nos da su independencia y cómo nos afectan sus acciones. Las acciones de un Manifestador siempre impactan a quienes le rodean, creando un efecto dominó.

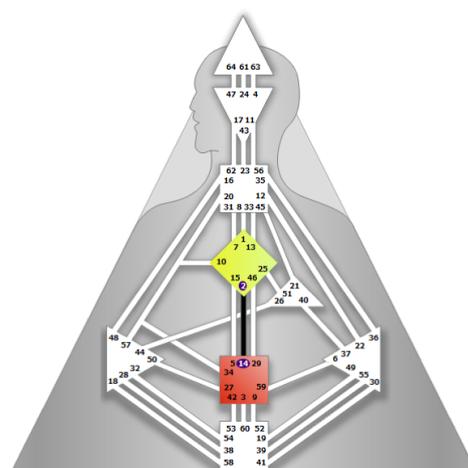
El Manifestador tiene un aura poderosa que puede parecer bastante densa y cerrada, manteniendo a los demás a distancia. Su aura actúa como una barrera hacia el mundo exterior para proteger la independencia de los Manifestantes y su necesidad de autonomía.

Si eres Manifestador y no estás viviendo tu verdadera naturaleza, estás lidiando principalmente con la **Ira**. Cuando empieces a observar cómo tus decisiones impactan a los demás y a **informar** a las personas afectadas antes de actuar, esto generará confianza y allanará el camino para desenvolverte libremente y sin resistencia. Entonces esto luego aumenta el potencial para que experimentes tu "Firma": **Paz**.

TIPO: **GENERADOR/** **GENERADOR MANIFESTANTE**

Estrategia: Responder

Los Generadores y Generadores Manifestantes son Tipos energéticos y, con diferencia, el Tipo más numeroso, pues representa aproximadamente el 66% de la población. *Cuando*



nos referimos a Generadores, esto incluye a los Generadores Manifestantes.

Los Generadores son los grandes "constructores". Obtienen su energía del Centro Sacral (el cuadrado rojo cerca del centro del Cuerpo Gráfico), la fuente de generación de fuerza vital. Los Generadores tienen una enorme cantidad de energía a su disposición, pero necesitan saber cómo utilizar este poder correctamente para no desperdiciar este recurso energético en actividades que no conducen a los resultados esperados.

Si eres Generador e inicias porque estás tratando de "hacer que las cosas sucedan", generalmente encontrarás resistencia en forma de frustración y sensación de estancamiento. Puedes terminar involucrado en proyectos y actividades que te agotan, sin dejarte realizado ni satisfecho. Con el tiempo, esto conduce al agotamiento y a abandonar lo que empiezas.

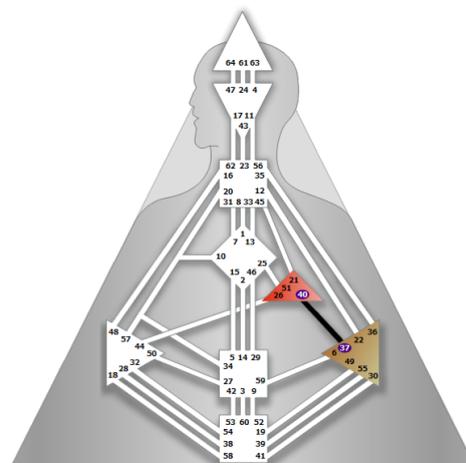
Como Generador, debes esperar a lo que te traiga la vida y entonces seguir tu respuesta. Tu aura es abierta y envolvente, acogiendo todo lo que hay a tu alrededor. Atraes cosas hacia ti y, como estás diseñado energéticamente para responder, esto te dirá si algo es correcto para ti o no. Cuando respondas a una persona, acción o algo que pasa, podrás actuar con toda la fuerza de esta poderosa energía.

Al aprender a **Esperar y Responder**, comienzas a eliminar la resistencia y la **frustración** que surgen de no usar tu energía correctamente. Entonces experimentas tu Firma: **Satisfacción**.

TIPO: **PROYECTOR**

Estrategia: Esperar la invitación

Los Proyectores son Tipos no-energéticos y representan aproximadamente el 23% de la población. A diferencia de los Manifestadores y Generadores, los Proyectores no tienen energía consistente y fiable para trabajar o manifestar. Por lo tanto, necesitan aprender acerca del uso eficiente de la energía para mantener un cierto nivel de actividad, sin correr el riesgo de agotarse.



Como Proyector, tienes el potencial de asesorar y servir de guía para otros una vez que desarrolles tus habilidades. La Estrategia para un Proyector es **esperar la ser invitados**, una vez que se hayan reconocido tus habilidades y potencial.

Adquirir experiencia a través del uso inteligente y eficiente de la energía permite a los Proyectores gestionar sus recursos y su capacidad de trabajo. También les permite asesorar a otros sobre cómo aumentar la productividad. Tienen un don natural para ser guías, pero necesitan dominar un campo para ser reconocidos y ofrecer consejos. De lo contrario, pueden parecer intrusivos y correr el riesgo de agotar a los demás.

Debido a que el Aura del Proyector está enfocada y es absorbente, pueden penetrar el núcleo de la otra persona para conocerla y, naturalmente, pueden reconocer el potencial de quienes les rodean. Cuando un Proyector intenta "empujar el río" y hacer que las cosas sucedan, y ofrece orientación libremente sin haber sido invitado, encuentra resistencia. Esto

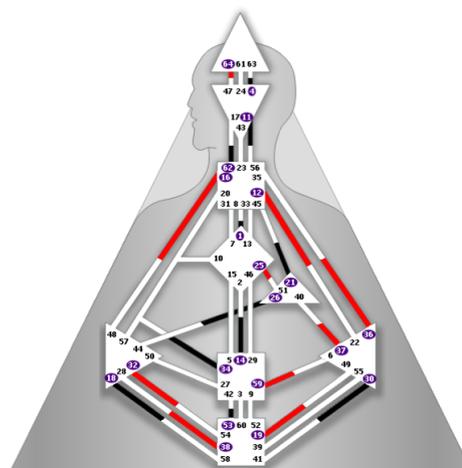
puede hacer que se sientan resentidos y agotados y, con el tiempo, les lleva a la **amargura** por no ser reconocidos.

El objetivo para un Proyector es aprender a aceptar las invitaciones adecuadas, para poder demostrar eficazmente sus habilidades y experimentar su Firma: **Éxito**.

TIPO: REFLECTOR

Estrategia: Esperar un Ciclo Lunar

Los reflectores son muy inusuales y únicos entre los Tipos, ya que constituyen aproximadamente el 1% de la población. Con todos los Centros abiertos, son muy receptivos y en sintonía con su Entorno, y puede sentir cualquier rasgo particular de un lugar o persona. Notarán cuándo se encuentran en un entorno seguro y saludable y cuándo no.



Como Reflector, tu don es la capacidad de absorber, experimentar y reflejar la energía de quienes te rodean. Debido a la extrema apertura de tu Gráfico, tu Aura es resistente y capaz de tomar muestras de lo que le rodea, lo que naturalmente te protege energéticamente y te aleja de lo que no es saludable o poco propicio para tu experiencia.

Lo inusual del Reflector es su relación con la Luna. Debido a la total falta de Definición en su Gráfico, los tránsitos mensuales de la Luna a través de cada Puerta del Cuerpo Gráfico proporcionan un patrón consistente en el que confiar. Para alcanzar la claridad, es fundamental **esperar un ciclo lunar**

(29,5 días) que les permita evaluar y reflexionar sobre una serie de experiencias durante ese período. Este es un proceso de filtración que requiere paciencia, ya que brinda una experiencia constante de uno mismo a lo largo del mes.

Como Reflector, si no estás tomando decisiones basadas en los ciclos lunares, es probable que sientas **decepción** cuando te apresuras con las cosas sin poder reflexionar plenamente. El objetivo para ti es mantener el interés y sentirte **sorprendido** con todo lo que ofrece el mundo.

VIVIR TU DISEÑO

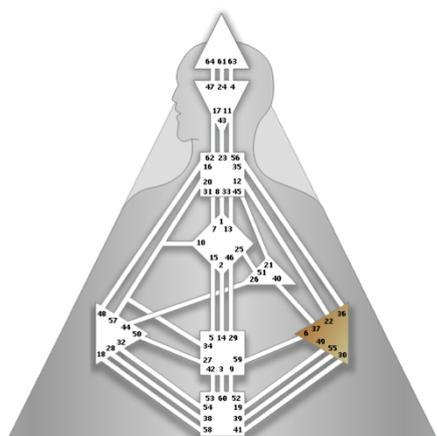
¿Cómo sabes si estás viviendo tu naturaleza única o si estás atrapado en la homogeneización? Puedes encontrar la respuesta a esto observando las **señales** para cada Tipo mencionadas anteriormente:

- Los **Manifestadores** al experimentar más **Paz** y menos **Ira**
- Los **Generadores** al vivir con **Satisfacción** y menos **Frustración**
- Los **Proyectores** al encontrar el **Éxito** y menos **Amargura**
- Los **Reflectores** al experimentar más **Sorpresa** y menos **Decepción**

2: COMPRENDE TU **AUTORIDAD INTERNA**

Conocer tu Tipo y tu Estrategia correspondiente es el primer gran paso hacia la transformación. Lo siguiente es conocer tu **Autoridad Interna**. Este "sistema de guía" interno es el mecanismo de nuestro cuerpo para ayudarnos a determinar qué es saludable para nosotros y qué no lo es. Juntas, tu **Estrategia y Autoridad** se convierten en la base del desarrollo personal y son las principales herramientas que necesitas para comenzar a tomar las decisiones correctas.

Observa la Autoridad Interna que aparece junto a tu Gráfico, luego busca aquí debajo y lee el segmento correspondiente.



AUTORIDAD INTERNA: **EMOCIONAL – PLEXO SOLAR**

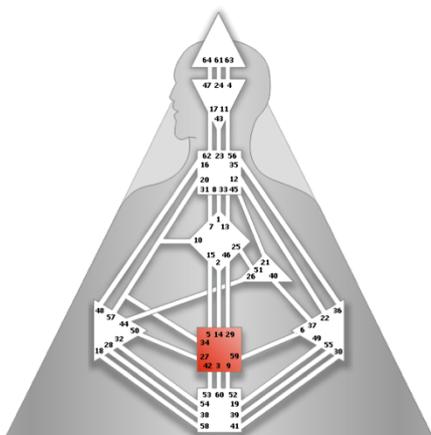
Aproximadamente la mitad de la población tiene Autoridad Emocional, lo que significa que necesitan surfear la ola de emociones en constante cambio

para llegar a un espacio donde ver la verdad. Como ser emocional, necesitas experimentar las cosas completamente. Para ti es vital la capacidad de aceptar lo que sientes en cada, de gestionar el malestar o la euforia, sin actuar desde el punto alto o bajo de ninguno de los extremos emocionales.

Una manera fácil de entender esto es imaginar cualquier situación en la que necesites tomar una decisión. Si te sientes bien en ese momento, es muy probable que tomes una decisión diferente que cuando no te sientes tan bien. De cualquier manera, el resultado puede tener consecuencias duraderas, ya que no tenías una imagen clara de la situación al tomar la decisión.

Si tu Autoridad es Emocional, necesitas tiempo para obtener claridad y eso requiere el compromiso de esperar a que pase la ola de emoción y no actuar prematuramente. Evitar acciones prematuras cuando estamos bajo presión es crucial para garantizar la claridad. Sólo debes tomar una decisión cuando tengas claridad acerca de tu acción (Manifestador), de tu respuesta (Generador) o de la invitación (Proyector).

La paciencia te permitirá experimentar la "ola", es decir, los cambios de humor y de emociones generados por tu Centro del Plexo Solar. Darte a ti mismo la cantidad de tiempo adecuada para procesar las emociones te permite tomar decisiones desde un lugar de calma, claridad y comprensión.



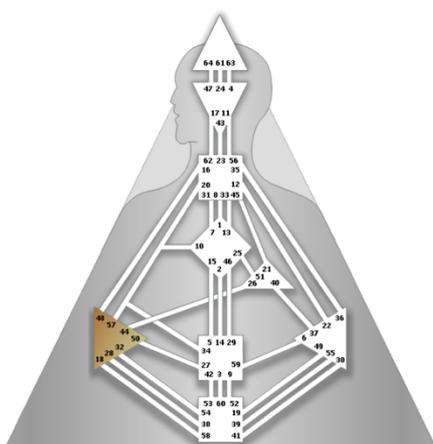
AUTORIDAD INTERNA: **SACRAL**

Las personas con Autoridad Sacral son Generadores, y el mecanismo de respuesta de su Sacral proporciona autoridad audible a través de sonidos o palabras. Con Autoridad Sacral, puedes saber de

inmediato si tienes la energía para una tarea determinada y si participar en ella será probablemente productivo.

Los Generadores suelen utilizar una amplia gama de sonidos sacrales que expresan lo que les gusta y lo que no les gusta, consentimiento o descontento. "U-ju/a-ja" para decir sí y "uh-uh/un-un" para no, o "mmh" cuando están indecisos, son todos ellos sonidos sacrales que son excelentes herramientas para reconocer la respuesta energética antes, durante o después de una actividad. La mayoría de esos sonidos le llegará de manera natural a un Generador a menos que haya sido condicionado para suprimirlos o ignorarlos. Es imperativo prestar atención a tus sonidos o sintonizar con tu sensación visceral, ya que esto te indicará claramente cómo utilizar tu energía de manera satisfactoria.

Tu Sacral sabe qué energía tiene disponible para qué tarea cuando hay algo en particular a lo que responder. La pregunta correcta en el momento adecuado también puede ser útil para descubrir qué dirección tomar; conseguir que una persona imparcial te haga preguntas cuya respuesta sea "sí" o "no" puede ayudarle en este proceso. Una vez que permitas que tus decisiones sean guiadas por tu respuesta sacral, notarás que tus actividades pueden ser mucho más satisfactorias y eficientes.



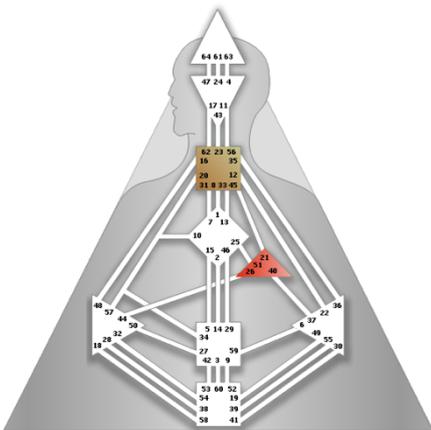
AUTORIDAD INTERNA: **ESPLÉNICA - BAZO**

Esta es una Autoridad intuitiva o instintiva; la capacidad inherente de saber instantáneamente si algo es bueno para ti o no. Tu Conciencia Esplénica, es decir, del Bazo, significa que tu proceso de

toma de decisiones es espontáneo pero no permanente.

Tu conciencia intuitiva finamente afinada puede cambiar con las condiciones cambiantes de tu entorno y darte pistas sobre qué opciones tienen más probabilidades de mantenerte seguro y vivo. Navegando la vida momento a momento, tu Autoridad del Bazo te ayuda a evitar situaciones potencialmente peligrosas y te guía hacia la seguridad y la salud.

Tu intuición es la fuerza que guía tu vida, pero para cada situación solo te avisará una vez. Es probable que a menudo te encuentres (especialmente después de haber estado involucrado en algún percance o accidente) diciendo cosas como: "¡Sabía que esto iba a suceder!". Esto se debe a que tienes el Centro del Bazo definido, que constituye un sentido intuitivo diseñado para protegerte. Es un instinto primario en el que puedes confiar y en lo único en lo que puedes confiar constantemente para navegar por la vida de forma segura.



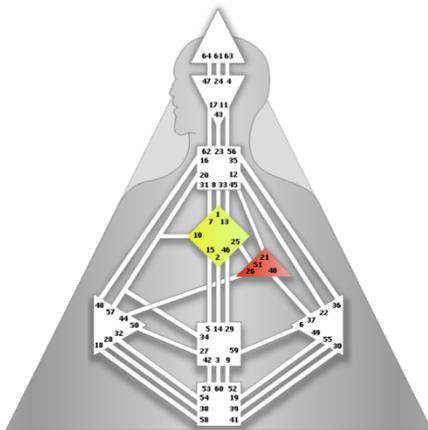
AUTORIDAD INTERNA: **MANIFESTADA DEL EGO**

Con Autoridad Manifestada del Ego, debes prestar atención a lo que dices en el momento, para honrar tu voz espontánea en vez de tus pensamientos premeditados. Esta

voz espontánea es esencial para tu bienestar.

Es importante que escuches lo que dices, en vez de quedarte estancado o perderte en lo que crees que debes hacer. Esto puede ser difícil de entender al principio, pero tendrá sentido con el tiempo a medida que experimentes con ello.

Puedes hacer y cumplir promesas de las que tú y tus seres queridos pueden beneficiarse: tu fuerza de voluntad para apoyar a los demás es fuerte cuando la entregas a la verdad de tu voz.

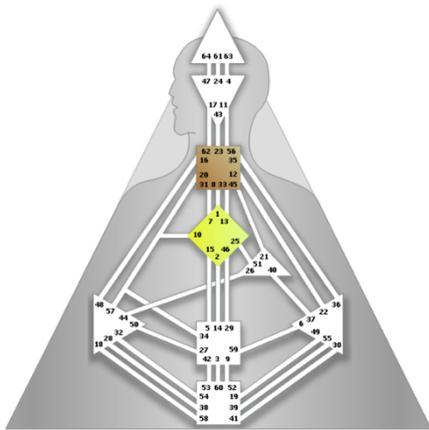


AUTORIDAD INTERNA: **PROTECTADA DEL EGO**

La Autoridad Proyectada del Ego significa que el Centro del Corazón (Ego) está conectado al Centro G, el centro del Ser, lo que le brinda un fuerte sentido de identidad. Como Proyector del Ego, tu estrategia de toma de decisiones es esperar a la invitación de iniciar.

Esto trae consigo el potencial, no sólo de iniciar a otros, sino también la experiencia de ser iniciado tú mismo, transformando potencialmente toda tu vida. Una vez que hayas sido invitado, presta atención a:

- "¿Qué gano yo con esto?"
- "¿Para qué tengo fuerza de voluntad?"
- Y "¿Qué quiero?"



AUTORIDAD INTERNA: PROTECTADA DEL SER

La clave para comprender la Autoridad Proyectada del Ser es: todo lo que necesites oír y saber, lo descubrirás en las cosas que digas tú mismo. Cuando te inviten a hablar, podrás descubrir tu

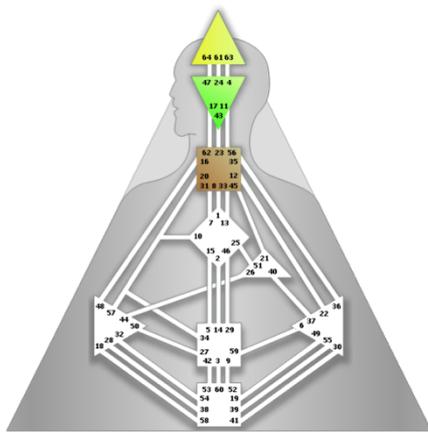
verdad escuchando lo que dices.

Tu objetivo no es tratar de descubrir qué deberías o podrías decir; en vez de eso, simplemente escucha lo que surge de ti espontáneamente. Tu verdad se revela a través de tu identidad y, cuando se lo permitas, tu identidad hablará por sí misma y te guiará en la dirección correcta.

Con Autoridad Proyectada del Ser, tienes el potencial de encarnar una identidad poderosa como alguien que puede asesorar y guiar a otros acerca de cómo tener más éxito, una vez que seas reconocido por tus habilidades.

AUTORIDAD INTERNA: NINGUNA

*Las dos Autoridades siguientes aparecerán como "**Autoridad Interna: Ninguna**" en el Cuerpo Gráfico de Diseño Humano de los Reflectores y de algunos Proyectores. Si aparece en tu Cuerpo Gráfico, lee el segmento asociado con tu Tipo a continuación.*

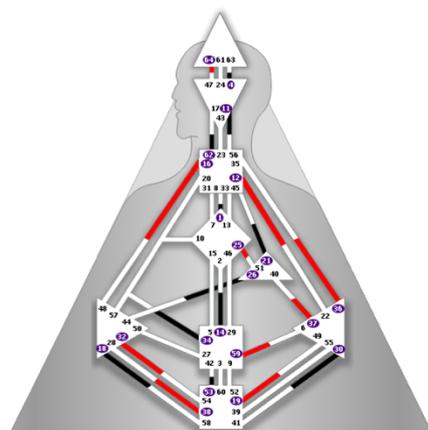


AUTORIDAD INTERNA: **NINGUNA (PROTECTOR)**

Tu herramienta para la toma de decisiones se llama Autoridad de Caja de Resonancia. Tu Autoridad requiere que hables de la decisión en cuestión con personas en las que confíes, idealmente con una

cada vez. Cuantas más oportunidades tengas de hablar abiertamente sobre tus opciones, más evidente será tu elección.

Tu mente opera de manera consistente, específica y confiable. Al tener una mente fija, no te dejas influenciar fácilmente por las preferencias mentales y predisposiciones de los demás. Tu Mente, sin embargo, no es una autoridad para tomar decisiones.



AUTORIDAD INTERNA: **NINGUNA (REFLECTOR)**

Tu herramienta para tomar decisiones se llama Ciclo Lunar. Como Reflector, tu Tipo es único, una especie de barómetro que reconoce la salud energética de tu entorno.

Una sensibilidad innata te da la capacidad de evaluar lo que está sucediendo energéticamente en tu entorno. Tomar decisiones espontáneas sobre temas importantes no te lleva de manera confiable a las sorpresas de la vida; a menudo, las decisiones repentinas pueden llevarte a la decepción.

Como Reflector, eres el único Tipo lunar. La Luna tarda 29,5 días en atravesar cada Puerta del Cuerpo Gráfico, y este ciclo continuo crea una secuencia de Definiciones en la que puedes confiar.

Esperar todo un Ciclo Lunar te brinda una sensación de estabilidad y, cuando estás procesando una decisión, puede llevarte a un momento de discernimiento; llegas a un punto en el que, de pronto, sabes cuál es la elección correcta. Darte el tiempo suficiente es fundamental para obtener claridad y tomar decisiones correctas.

3: COMIENZA TU EXPERIMENTO

Tu Gráfico de Diseño Humano revela estrategias sencillas para la toma de decisiones, pero llegar a ser tú mismo auténticamente es todo un viaje que requiere tiempo y práctica.

Según vas experimentando con tu Estrategia y Autoridad, tu cuerpo se renueva a nivel celular, limpiando el condicionamiento del pasado. El tiempo dedicado a practicar te ayuda a encontrar el patrón de tu propio ritmo único hasta que se convierta en una forma de vida natural. Con el tiempo, probablemente notarás que tu cuerpo se vuelve más relajado y tranquilo.

Esperamos que este libro te haya resultado informativo. Ahora tienes las herramientas para comenzar tu experimento y potencialmente transformar tu vida. No olvides que estamos disponibles para responder sus preguntas. Simplemente ponte en contacto con nosotros en office@humandesighispania.com.