

TORLISTE HUMAN DESIGN

Tor	Torname	Kurzbeschreibung
1	Das Tor des Ausdrucks des Selbst – Das Schöpferische	Authentische Kreativität, die aus dem Innersten fließt und sich mutig zeigt – ein schubartiger, unplanbarer, schöpferischer Impuls, der sich individuell entfalten möchte.
2	Das Tor des Höheren Wissens – Das Empfangende	Das Potenzial, Richtung zu empfangen und zu geben . durch Schlüsselerlebnisse aus denen eine neue Richtung entsteht (Hochsensibilität!) – ein natürliches Vertrauen in das große Ganze.
3	Das Tor des Ordners – Die Anfangsschwierigkeit	Aus dem Chaos entsteht neue Ordnung & Struktur – rastlos experimentieren, bis sich eine klare neue Form zeigt.
4	Tor des Formulierens – Die Jugendtorheit	Die mentale Fähigkeit logische Antworten auf Fragen zu bilden, neue Ideen/Antworten für kollektive Veränderungen finden – manchmal unbeholfen, aber frisch und neugierig.
5	Das Tor der festen Rhythmen – Das Warten	Geduldiger Flow: Gewohnheiten und Routinen als Kraft für Ordnung und Struktur, Warten auf den richtigen Rhythmus.
6	Tor der Reibung – Der Streit	Emotionale Klarheit (Echtheit) durch Spannung – Grenzen aufstacheln und Nähe durch achtsame Reibung ermöglichen.
7	Tor der Rolle des Selbst – Das Heer	Vom Kollektiv gewählte Führungsqualität durch und Einladung – Auf Einladung Verantwortung (erst für sich selbst, dann für die Gemeinschaft) übernehmen, ohne laut zu führen.

TORLISTE HUMAN DESIGN

Tor	Torname	Kurzbeschreibung
8	Tor des Beitragens und Förderns – Das Zusammenhalten	Authentisch beitragen, stärken und verbinden – Du bringst Leute zusammen mit Deinem ehrlichen "Ich". Möchte kreativ etwas wertvolles beitragen.
9	Tor der Fokussierens – Des kleinen Zähmungskraft	Detailorientierter Fokus – kleine Dinge bündeln große Wirkung. Unterscheidungsvermögen was ist wichtig und was nicht.
10	Tor des Verhalten des Selbst – Das Auftreten	Echtes Selbst im Alltag und allen Lebenslagen zeigen – stimmiges Verhalten als integrales Auftreten. Beispielhaftes „sich selbst treu sein“
11	Das Tor der Ideen – Der Friede	Reflexion von Erfahrungen bringt stille Ideen & sanfte Inspiration – kreative Lösungen entstehen in friedvollen Momenten.
12	Das Tor der Vorsicht – Die Stockung	Worte achtsam einsetzen (Das WIE steht über dem WAS) – Möchte seine Emotion so ausdrücken, dass sie verstanden wird
13	Das Tor der Zuhörer – Gemeinschaft mit Menschen	Potenzial Erfahrungen (auch aus der Vergangenheit) zu hören und zu teilen – Du fängst die Lehren/Geschichten und Essenzen einer Gruppe ein und bewahrst/teilst diese weiter.
14	Das Tor, geschickt mit Macht umzugehen – Der Besitz von Großem	Einfluss & Ressourcen aneignen mit Verantwortung – Deine Fähigkeiten „wenn du liebst was du tust“ bringen Reichtum mit Bedacht.
15	Das Tor der Extreme – Die Bescheidenheit	Du bist flexibel und anpassungsfähig und hältst Extreme in Balance. Attraktivität & Liebe zur Menschheit

TORLISTE HUMAN DESIGN

Tor	Torname	Kurzbeschreibung
16	Das Tor der Kunstfertigkeiten – Die Begeisterung	Begeisterung, Ausdruck & Fertigkeiten–Begeisterung über die Identifikation mit einer Sache und durch Übung zur Meisterschaft gelangen
17	Das Tor der Meinungen und Einstellungen – Die Nachfolge	Verstehen und erklären - klare Sichtweisen formulieren, um Orientierung zu geben – Meinungen als Angebot, nicht als Zwang. Hat Angst, dass der Meinung widersprochen wird, wenn nicht genug Details da sind
18	Das Tor des Korrigierens – Die Arbeit am Verdorbenen	Fehlendes erkennen und verbessern – konstruktive Kritik, die Wachstum bringt. natürliches Fehlerbewusstsein
19	Das Tor des Anspruchs – Die Annäherung	Sensibilität für Bedürfnisse des Gegenübers– Annäherung schafft Nähe und Versorgung. Anspruch der Erfüllung der eigenen (Grund)Bedürfnisse!
20	Das Tor des Jetzt – Die Betrachtung	Präsenz im Augenblick – Potenzial im Hier und Jetzt zu sein und zu sehen was im Hier und Jetzt passiert.
21	Das Tor des Jägers, der Jägerin – Das Durchbeißen	Kontrolle über Ressourcen übernehmen, um Sicherheit für die Gemeinschaft zu schaffen. Unabhängigkeit – Kontrollieren statt kontrolliert werden
22	Das Tor der Offenheit – Die Anmut	Emotionale Befindlichkeit die entweder sehr sozial & offen oder das Gegenteil davon ist – Deine Stimmung beeinflusst andere (gut wie schlecht) Alltägliches wird mit königlicher Anmut ausgeführt
23	Das Tor der Assimilation – Die Zersplitterung	Individuelles, komplexes Wissen klar aussprechen und einen individuellen Beitrag zur Kommunikation zu leisten – Du bringst Neues in verständliche Worte. Genie VS Freak

TORLISTE HUMAN DESIGN

Tor	Torname	Kurzbeschreibung
24	Das Tor des Rationalisierens – Die Wiederkehr	Innerer Prozess– wiederholtes Nachdenken und verarbeiten, bis die Einsicht da ist. Braucht Stille im Innen und Außen
25	Das Tor der spirituellen Haltung des Selbst – Die Unschuld	Liebe ohne Bedingungen – das Herz bleibt offen, egal was passiert (auch wenn die Unschuld auf die Probe gestellt wird) Universelle Liebe zu ALLEM
26	Das Tor der Egoisten – Des Großen Zähmungskraft	Verkaufstalent – Du weißt, wie man Botschaften überzeugend bringt und mit minimalem Aufwand das Maximum herausholt
27	Das Tor des Hegens, Nährens und Pflegens – Die Ernährung	Kraft für Fürsorge, die Sicherheit gibt – nähren, schützen, wachsen lassen. Auf Geben – Nehmen Balance achten!
28	Das Tor der Spieler – Des Großen Übergewicht	Sinn im Kampf finden – Herausforderungen annehmen, um darin den Lebenssinn zu finden.
29	Das Tor des Ja-Sagens – Das Abgründige	Dem Leben mit einem klaren "Ja" begegnen – Durchhaltevermögen in jedem Schritt. Hält was es verspricht – zu den richtigen Dingen JA sagen!
30	Das Tor des Erkennens der Gefühle – Das Feuer	Will intensive neue Gefühlserfahrungen durch Begierden, Wünsche und Sehnsüchte machen (auch wenn das Schicksal oder die Erfüllung ungewiss ist)
31	Das Tor des Führens – Die Einwirkung	Führung durch klare Worte und Haltung – inspirieren statt kontrollieren.
32	Das Tor der Kontinuität – Die Dauer	Erkennen, was Bestand hat und was verändert werden muss – bewahren, was langfristig trägt.

TORLISTE HUMAN DESIGN

Tor	Torname	Kurzbeschreibung
33	Das Tor der Zurückgezogenheit – Der Rückzug	Sich bewusst zurückziehen, um Gehörtes und Erlebtes zu verarbeiten – Reflexion und Verinnerlichung bringt Klarheit.
34	Das Tor der Macht und Gewalt – Des Großen Macht	Reine sakrale Lebensenergie individuell bestärkend nutzen ohne anderen zu schaden– kraftvoll handeln, ohne zu überrennen.
35	Das Tor der Veränderung – Der Fortschritt	Offenheit für Neues – (emotionale) Erfahrungen sammeln und Fortschritt für Veränderung gestalten.
36	Das Tor der Krise – Die Verfinsterung des Lichts	EntwicklungsChancen aus Krisen sehen und hoffnungsvoll durch herausfordernde Zeiten navigieren – aus jeder Krise kann Wachstum entstehen.
37	Das Tor der Freundschaft – Die Sippe	Emotionale Zugehörigkeit und Loyalität in Gemeinschaften (Ehe, Familie, Gemeinschaft) Bietet Geborgenheit, Unterstützung und Verlässlichkeit für die Zugehörigen, verlangt aber auch Gegenleistung.
38	Das Tor der Kämpfer – Der Gegensatz	Für das kämpfen & beharrlich dranbleiben, was Sinn macht – Widerstand kann Bestimmung offenbaren.
39	Das Tor des Provozierens – Das Hemmnis	Menschen berühren oder herausfordern, um emotionale Aufmerksamkeit zu bekommen und Emotionen zu klären und Nähe zu vertiefen.
40	Das Tor des Alleinseins – Die Befreiung	Klare willentliche Entscheidung für oder gegen etwas. Bereitschaft auch hart für etwas zu arbeiten. Ausgleich zwischen Arbeit und Erholung – wahre Freiheit liegt in innerer Ruhe.

TORLISTE HUMAN DESIGN

Tor	Torname	Kurzbeschreibung
41	Das Tor der Einschränkung – Die Minderung	Etwas neues beginnen um Einschränkungen zu entkommen, in der Hoffnung auf Verbesserung
42	Das Tor des Wachstums – Die Mehrung	Dinge zu Ende bringen – möchte Dinge fertig machen und zu Ende bringen und daraus Erkenntnisse und Erfahrungen sammeln – Wachstum durch Abschließen
43	Das Tor der Einsicht – Der Durchbruch	Plötzliche, revolutionäre Erkenntnisse und Einsichten empfangen – innere Klarheit oft sehr individuell und gegen den Strom.
44	Das Tor der Wachsamkeit – Das Entgegenkommen	Aus der Vergangenheit lernen – instinktiv erkennen, was förderlich ist – manipulativ Win-Win Situationen herstellen. Riecher für „gute Geschäfte“
45	Das Tor der Sammler – Die Sammlung	Hat Freude an Ressourcen und möchte diese verwalten und teilen – Führung aus der Rolle des Versorgers.
46	Das Tor der Entschlossenheit des Selbst – Das Empordringen	Körperliche Präsenz und Körpererfahrungen als Schlüssel – glückliche Zufälle - im richtigen Moment am richtigen Ort sein.
47	Das Tor des Begreifens – Die Bedrängnis	Erinnerungen interpretieren und aus mentalem Druck Verständnis formen – Sinn finden in schwierigen Gedanken.
48	Das Tor der Tiefe – Der Brunnen	Braucht Zeit um seine Fertigkeiten zu üben und über geduldige Wiederholung zur Meisterschaft zu gelangen – strebt Verbesserung an um noch bessere Lösungen zu finden.

TORLISTE HUMAN DESIGN

Tor	Torname	Kurzbeschreibung
49	Das Tor der Prinzipien – Die Umwälzung	Werte und Prinzipien (der Gemeinschaft) etablieren, verteidigen und durchsetzen – höchste Ansprüche (auch Gehorsam) an sich selbst und das Gegenüber. Wer nicht folgt wird ausgeschlossen um Veränderung/Umwälzung zu erreichen.
50	Das Tor der Werte – Der Tiegel, Das Opfergefäß	Verantwortung für das Gemeinwohl übernehmen – moralische Grundlagen halten die Gemeinschaft zusammen.
51	Das Tor des Schocks – Das Erregende	Mut, Neues anzustoßen – auch wenn es rüttelt, bringt es Bewegung ins Leben.
52	Das Tor der Untätigkeit und Ruhe – Das Stillhalten	Antrieb in der Untätigkeit innere Ruhe und Fokus zu finden– still werden, um die Energie für den richtigen Moment zu sammeln und sich auf eine Sache fokussieren können.
53	Das Tor der Anfänge – Die Entwicklung	Etwas Neues Starten (um Erfahrungen zu machen) ohne Druck auch dieses fertig machen zu müssen – den Grundstein für nachhaltige Entwicklung legen.
54	Das Tor des Ehrgeizes – Das Heiratende Mädchen	Streben nach Aufstieg und Erfolg innerhalb einer Gemeinschaft um für seine Leistung anerkannt zu werden (dafür braucht man aber auch Verbündete & Beziehungen nach Oben)
55	Das Tor des Geistes – Die Fülle	Emotionale Tiefe leben – Fülle entsteht aus innerer Haltung (Glas halb voll oder halb leer?), nicht nur aus Umständen.
56	Das Tor der Anregung – Der Wanderer	Ideen sammeln, zu verknüpfen und daraus Geschichten bildhaft erzählen, um andere zu inspirieren – kann mit Sprache emotional anregen

TORLISTE HUMAN DESIGN

Tor	Torname	Kurzbeschreibung
57	Das Tor der intuitiven Einsicht – Das Sanfte	Intuitive Klarheit im Jetzt durch feinfühlig körperliche Wahrnehmung (zB Gänsehaut) – intuitive Klarheit für sichere Entscheidungen. Spürt was gut/schlecht ist
58	Das Tor der Lebensfreude – Das Heitere	Lebenslust und Begeisterung verbreiten – Freude als Motor für Verbesserungen & Perfektion.
59	Das Tor der Sexualität – Die Auflösung	Nähe herstellen und Verbindungen vertiefen – Grenzen öffnen für Intimität. Sich fortpflanzen um Bleibendes zu schaffen (Kinder, aber auch fruchtbare Prozesse)
60	Das Tor des Akzeptierens – Die Beschränkung	Trotz des über Grenzen hinausgehen wollens, Begrenzungen annehmen, um kreative Lösungen zu finden – aus Struktur entsteht Freiheit.
61	Das Tor der Geheimnisse – Innere Wahrheit	Tief in das Unbekannte- in die universellen Wahrheiten des Lebens eintauchen – innere Wahrheiten & Geheimnisse erforschen, die nicht beweisbar sind. Neugierig bleiben
62	Das Tor der Detailarbeit – Des Kleinen Übergewicht	Sieht Details, kann Fakten organisieren und präzise formulieren und klar wiedergeben – Details bringen Ordnung und Klarheit.
63	Das Tor des Zweifels – Nach der Vollendung	Kritisch anzweifeln und hinterfragen und logisch begründen, um Sicherheit zu schaffen – prüfen, was Bestand hat.
64	Das Tor der Verwirrung – Vor der Vollendung	Nachdenken um den Sinn von Erfahrungen aus der Vergangenheit zu verstehen. Verwirrung als Vorstufe zur Klarheit – aus Verwirrung entsteht Erkenntnis.