



Les centres



Tout cela représente beaucoup d'informations, et c'est normal de ne pas tout intégrer d'un coup. Le Human Design est un système riche, et il est fait pour être compris progressivement. Dans le contenu qui suit, tu trouveras un lien pour prendre rendez-vous avec moi afin que je t'explique tout cela de vive voix, de manière simple et adaptée à ton propre fonctionnement. Rien ne remplace une explication personnalisée, et je suis là pour t'aider à comprendre ce qui te concerne vraiment.

Avant d'entrer dans les centres, il est important de savoir comment les reconnaître dans ton schéma. Les centres définis sont les centres colorés. La couleur n'a aucune importance en elle-même, elle ne change rien à ton fonctionnement : elle sert simplement à rendre le schéma lisible. Ce qui compte, c'est qu'un centre soit coloré pour être défini. Un centre défini représente une énergie stable, constante, fiable, qui fonctionne toujours de la même manière en toi.

06

Les centres non définis sont les centres blancs dans lesquels on voit apparaître des lignes rouges ou noires. Ces lignes indiquent que le centre n'est pas totalement ouvert : il est sensible, variable, influencé par l'extérieur, mais il possède tout de même une certaine structure. Ce sont des zones où tu apprends, où tu observes, où tu amplifies parfois ce que tu captes chez les autres.

Les centres totalement ouverts sont les centres blancs sans aucune ligne rouge ou noire. Ce sont les espaces les plus sensibles de ton design, ceux où tu reçois, où tu reflètes, où tu ressens profondément l'énergie des autres. Ce sont aussi des lieux d'une grande sagesse potentielle lorsque tu apprends à ne plus t'identifier à ce que tu absorbes.

Garde simplement cela en tête en lisant les textes qui suivent. Tu n'as pas besoin de tout retenir. L'essentiel est de te laisser toucher par ce qui résonne, et de revenir vers moi si tu veux que nous explorions ensemble ton fonctionnement de manière claire et vivante.

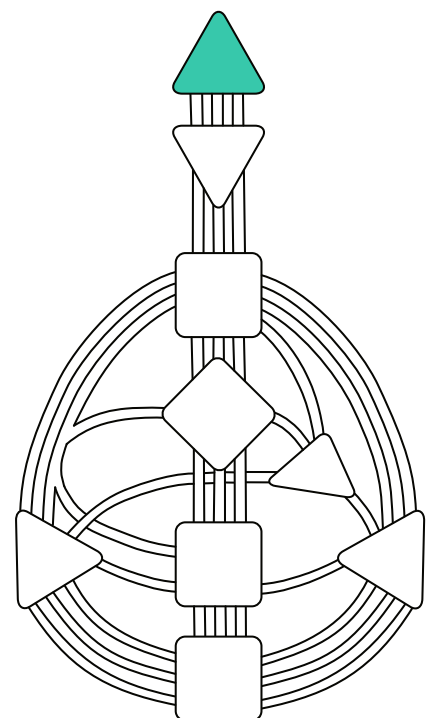
Centre de la Tête

Quand mon Centre de la Tête est défini, je vis avec une pression mentale constante qui ne me dérange pas vraiment. Les idées, les questions, les inspirations circulent en continu, et je peux rester longtemps focalisé sur un même sujet. Je génère mes propres interrogations, je n'ai pas besoin d'être stimulé par l'extérieur pour réfléchir. Ma manière de recevoir l'inspiration est stable.

Quand mon Centre de la Tête est non défini, je ressens surtout la pression mentale des autres. Je capte leurs questions, leurs préoccupations, leurs obsessions, et je peux croire que je dois trouver des réponses pour tout le monde. Je suis sensible aux environnements où l'on pense beaucoup, où l'on se pose mille questions.

Quand mon Centre de la Tête est totalement ouvert, je deviens un miroir de la pression mentale ambiante. Je reflète les questions des autres sans en avoir de constantes moi-même.

Ma sagesse vient du fait de reconnaître que je ne suis pas obligé de répondre à tout ce qui traverse mon esprit. En lien avec l'Ajna, ce centre montre comment la pression d'inspiration se transforme (ou non) en pensée structurée.
Centre Ajna.



Centre de l'Ajna

02

Quand mon Centre Ajna est défini, ma manière de penser est stable et structurée. J'ai une façon bien à moi d'analyser, de comprendre, de conceptualiser. Je ne change pas facilement d'avis, non par rigidité, mais parce que ma pensée suit une logique interne cohérente.

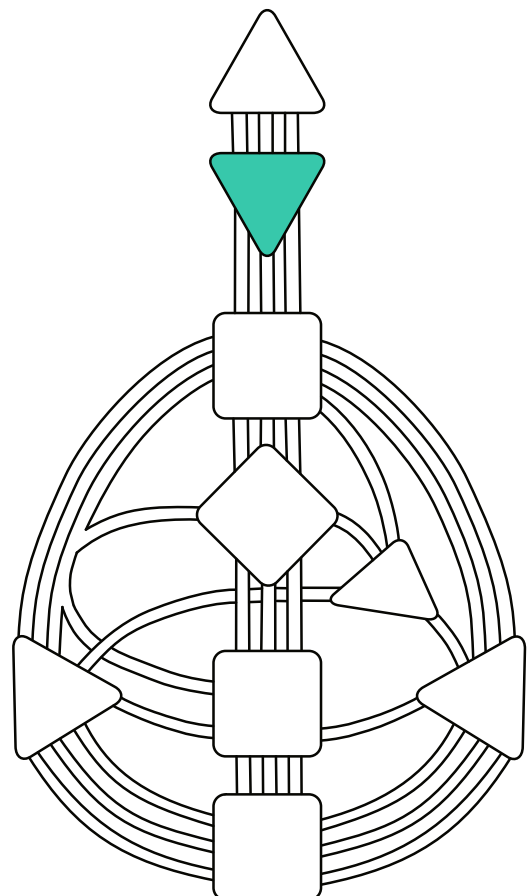
Quand mon Ajna est non défini, ma pensée est plus flexible. Je peux voir un sujet sous plusieurs angles, comprendre différentes perspectives, et m'adapter mentalement à mon interlocuteur. Je ne suis pas fait pour avoir des opinions figées, mais pour explorer les possibilités.

03

Quand mon Ajna est totalement ouvert, je deviens un miroir mental : je reflète les opinions, les certitudes et les doutes des autres.

Ma sagesse vient de ma capacité à observer comment les autres pensent, sans m'identifier à leurs idées. En lien avec la Tête, l'Ajna montre comment l'inspiration devient pensée, ou comment je peux simplement laisser passer ce qui ne m'appartient pas.

06



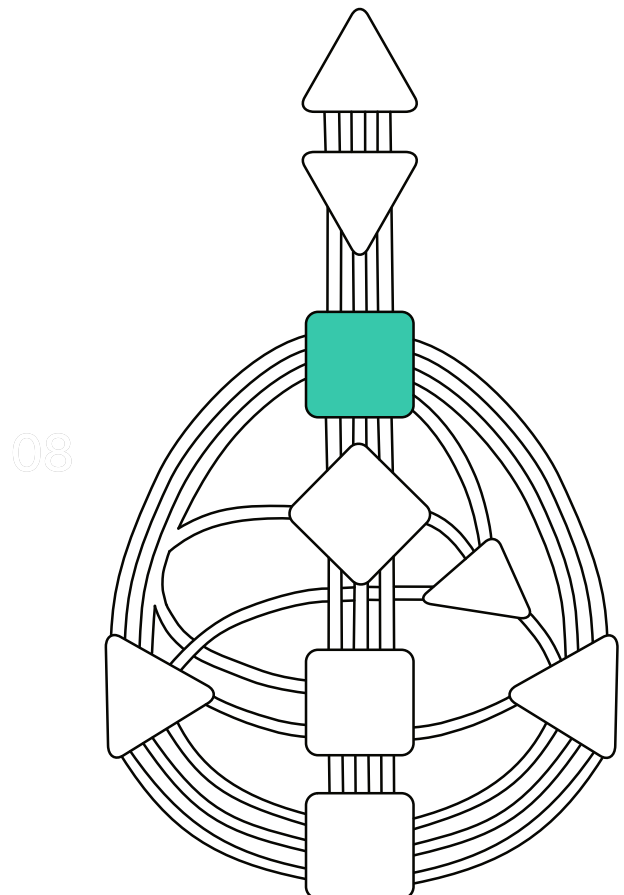
Centre de la Gorge

Quand mon Centre de la Gorge est défini, ma manière de m'exprimer est stable et reconnaissable. Ma voix, mon style, ma façon de manifester dans le monde sont constants. Je peux parler, agir, créer depuis un espace intérieur solide.

Quand ma Gorge est non définie, ma manière de m'exprimer varie selon les personnes et les contextes. Je peux parfois chercher à attirer l'attention ou à parler pour être vu, alors que ma force réside dans le fait de laisser ma voix émerger au bon moment.

Quand ma Gorge est totalement ouverte, je reflète la manière dont les autres s'expriment. Je peux imiter, amplifier, canaliser des voix différentes.

Ma sagesse vient du fait de ne pas forcer l'expression, mais de laisser les mots sortir quand le moment est juste. En lien avec les centres moteurs (Cœur, Sacral, Plexus, Racine), la Gorge montre comment l'énergie se manifeste concrètement dans le monde.



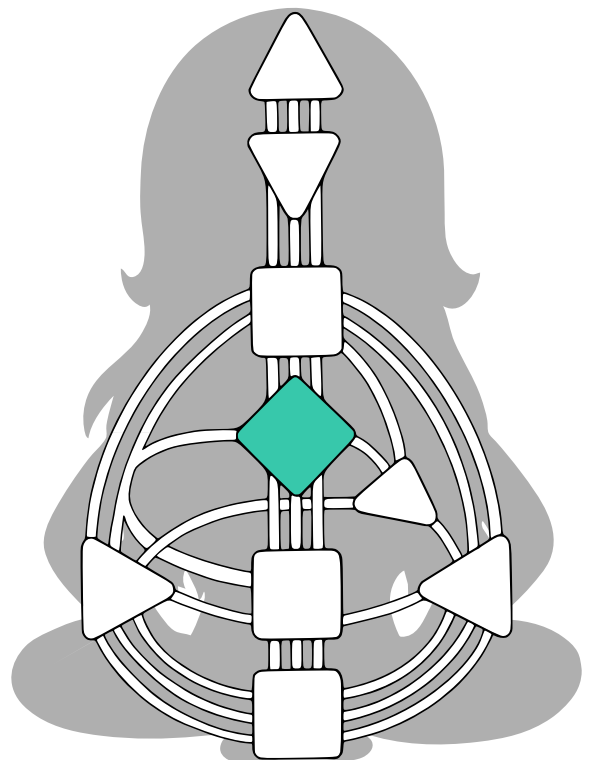
Centre G (Identité).

Quand mon Centre G est défini, mon sens de l'identité, de la direction et de l'amour est stable. Je sais plus ou moins qui je suis, ce qui me ressemble, où je vais. Je ne change pas de direction à chaque rencontre.

Quand mon Centre G est non défini, mon identité est plus fluide. Je peux me sentir différent selon les lieux, les personnes, les contextes. Je découvre qui je suis à travers les environnements que je traverse.

Quand mon Centre G est totalement ouvert, je reflète les identités et les directions des autres. Je peux me perdre si je crois que je dois être constant, alors que ma nature est de naviguer.

Ma sagesse vient de ma capacité à sentir ce qui est juste comme direction, sans m'accrocher à une image fixe de moi. En lien avec la Gorge, ce centre colore la manière dont j'exprime qui je suis ; en lien avec la Tête et l'Ajna, il influence la direction de ma pensée.



Centre Cœur / Ego / Volonté

Quand mon Centre Cœur est défini, ma volonté est stable. Je sais ce que je veux, ce que je peux promettre, et je suis capable de tenir mes engagements quand ils sont justes pour moi. Je n'ai pas besoin de prouver ma valeur en permanence : je la sens en moi.

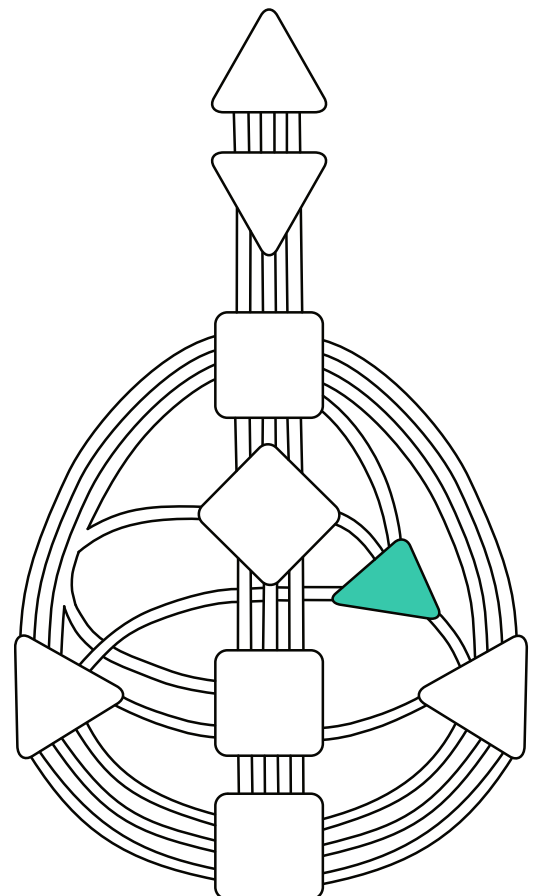
Quand mon Cœur est non défini, ma motivation varie. Je peux me sentir très volontaire par moments, puis complètement vidé. Je peux croire que je dois prouver ma valeur, en faire trop, promettre plus que ce que je peux tenir.

Quand mon Cœur est totalement ouvert, je suis extrêmement sensible à la volonté des autres. Je peux me surengager pour montrer que je suis à la hauteur.

Ma sagesse vient de ma capacité à reconnaître ce qui mérite vraiment mon engagement, sans me comparer.
En lien avec la Gorge, ce centre peut rendre ma parole très engagée ; en lien avec le G, il touche à la valeur que je me donne.

06

08



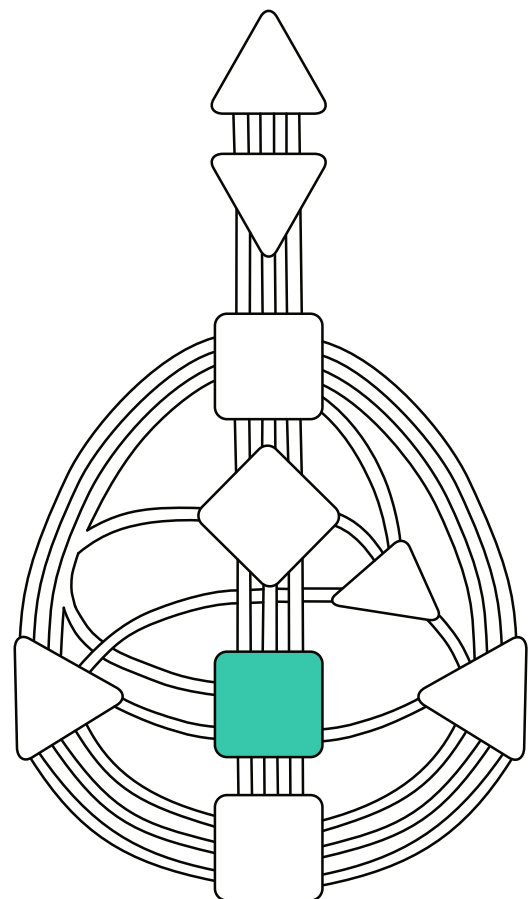
⁰² Centre Sacral

Quand mon Centre Sacral est défini, j'ai une énergie vitale stable et renouvelable. Je suis fait pour répondre à la vie, pour sentir ce qui me donne de l'élan, pour m'engager dans ce qui me nourrit. Je peux travailler longtemps sur ce qui me plaît, et la satisfaction est mon indicateur principal.

Quand mon Sacral est non défini, mon énergie varie selon les personnes et les environnements. Je peux amplifier l'énergie des autres et me surmener si je crois que je dois tenir la même cadence.

Quand mon Sacral est totalement ouvert, je suis très sensible à l'énergie vitale ambiante. Je peux me sentir épuisé si je reste trop longtemps dans des environnements qui ne me conviennent pas.

Ma sagesse vient de ma capacité à reconnaître ce qui est vivant, nourrissant et juste pour moi. En lien avec la Gorge, le Sacral peut se manifester directement ; en lien avec la Racine ou la Rate, il influence ma manière d'agir et de me régénérer



Centre Racine

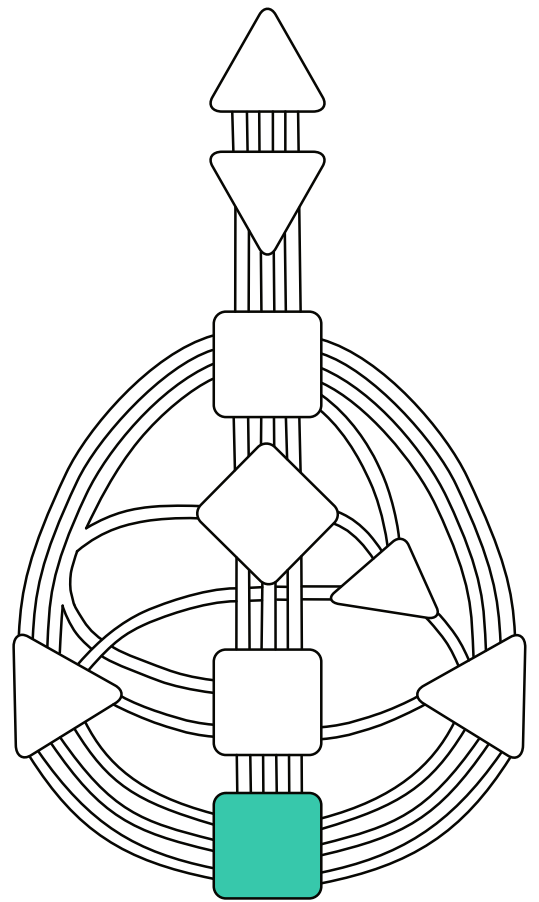
Quand ma Racine est définie, je gère naturellement la pression et le stress. Je peux transformer la pression en mouvement, avancer sous contrainte, et rester relativement stable même dans des situations intenses. La pression me pousse à agir, mais ne m'écrase pas.

Quand ma Racine est non définie, je ressens la pression des autres et de l'environnement. Je peux vouloir me débarrasser du stress trop vite, agir dans la précipitation, ou croire que tout est urgent.

Quand ma Racine est totalement ouverte, je suis très sensible au stress ambiant. Je dois choisir avec soin les environnements dans lesquels je me place.

Ma sagesse vient de ma capacité à distinguer ce qui est vraiment urgent de ce qui ne l'est pas.

En lien avec les centres moteurs, la Racine peut alimenter l'action ; en lien avec la Gorge, elle peut rendre mes manifestations très réactives.



Centre de l'instinct le splénique

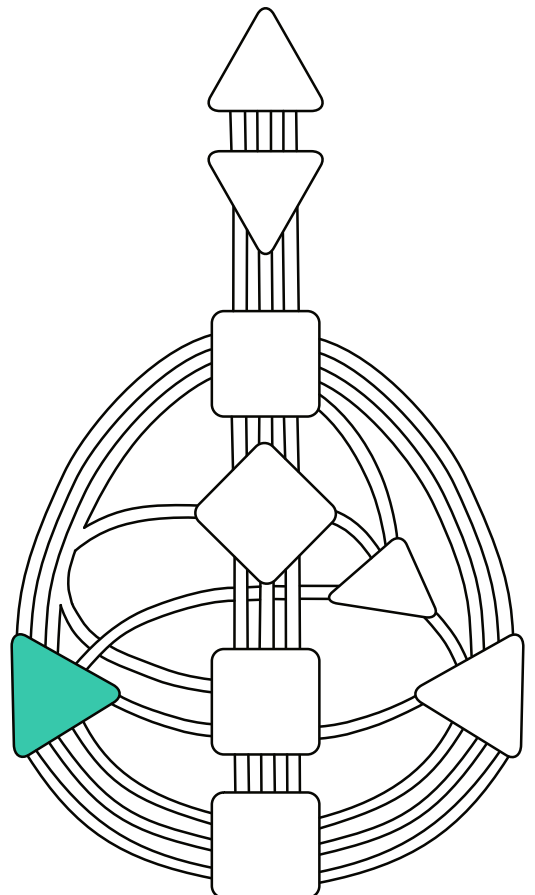
Quand ce centre est définie, j'ai une intuition corporelle stable. Je sens dans l'instant ce qui est bon pour moi, ce qui est sain, ce qui est dangereux.

Mes décisions peuvent être très rapides quand j'écoute mon corps. Je suis naturellement connecté à mon instinct de survie et à ma santé.

Quand ce centre est non définie, je ressens les peurs, les intuitions et les états de santé des autres de manière variable. Je peux m'accrocher à ce qui me rassure, même si ce n'est plus bon pour moi.

Quand il est totalement ouverte, je suis extrêmement sensible aux peurs et aux signaux corporels de mon environnement.

Ma sagesse vient de ma capacité à laisser partir ce qui n'est plus sain, sans m'accrocher par peur. En lien avec le Sacral, il influence ma vitalité ; en lien avec la Racine, elle touche à la manière dont je gère la pression et le stress.



Centre Plexus Solaire (Émotionnel)

Quand mon Plexus Solaire est défini, mes émotions fonctionnent par vagues. Je traverse des hauts et des bas, des cycles émotionnels qui font partie de mon fonctionnement normal. Je ne suis pas fait pour décider dans l'intensité du moment : j'ai besoin de laisser la vague passer pour trouver la clarté.

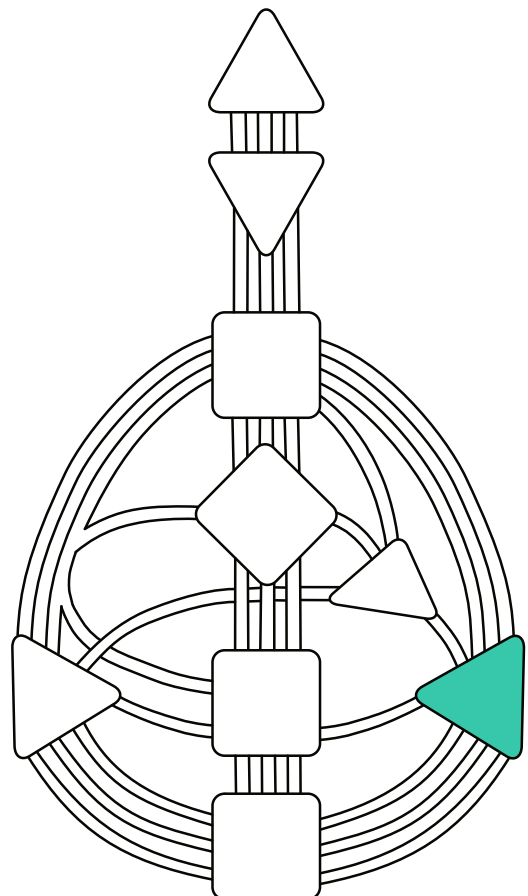
Quand mon Plexus est non défini, je ressens les émotions des autres de manière amplifiée. Je peux croire que je suis trop sensible, alors que je capte simplement ce qui se passe autour de moi.

Quand mon Plexus est totalement ouvert, je suis un miroir émotionnel. Je reflète les états des autres sans en avoir de constants moi-même.

Ma sagesse vient de ma capacité à reconnaître ce qui m'appartient et ce qui ne m'appartient pas. En lien avec la Gorge, ce centre colore ma parole d'émotion ; en lien avec la Racine, il influence la pression émotionnelle que je ressens.

06

08



CENTRE CŒUR / EGO / VOLONTÉ

Quand mon Centre du Cœur est défini, ma volonté est stable et fiable. Je sais ce que je veux, je sais ce que je peux promettre, et je suis capable de tenir mes engagements quand ils sont justes pour moi. Je n'ai pas besoin de prouver ma valeur en permanence, car je sens intérieurement ce que je mérite et ce que je suis capable d'accomplir. Ma motivation fonctionne par cycles, mais elle est authentique et solide quand elle est alignée.

Quand mon Centre du Cœur est non défini, ma volonté varie selon les personnes et les environnements. Je peux me sentir très motivé un jour et complètement vidé le lendemain. Je peux croire que je dois en faire plus, me dépasser, prouver ma valeur, tenir des promesses qui ne sont pas bonnes pour moi. Ce n'est pas ma nature : je suis ici pour reconnaître ce qui mérite vraiment mon engagement, pas pour me comparer.

Quand mon Centre du Cœur est totalement ouvert, je suis extrêmement sensible à la volonté des autres. Je peux me surengager pour montrer que je suis à la hauteur, ou me sentir insuffisant si je me compare.

Ma sagesse vient de ma capacité à sentir ce qui a réellement de la valeur, sans me laisser entraîner dans des combats qui ne sont pas les miens. En lien avec la Gorge, ce centre peut rendre ma parole très engagée et très puissante ; en lien avec le Centre G, il influence la manière dont je me perçois et dont je me donne de la valeur.

