



Le centre Coeur ego

Volonté, motivation, estime de soi

Ce centre régit les forces de **volonté, motivation, estime et valeur de soi** (différent de l'amour de soi évoqué plus haut qui lui est régi par le centre G). C'est le cœur **des énergies tribales** qui touchent un grand nombre de valeurs encore dans nos sociétés. Le cœur ego est très lié à la matière, les affaires, les contrats, les relations. **"Je te donne si tu me donnes"**. Ici l'amour est plutôt **conditionnel**. Ce centre est petit mais porte une grande influence dans un schéma. **« Je suis dans l'équilibre entre donner et recevoir avec justesse »**.

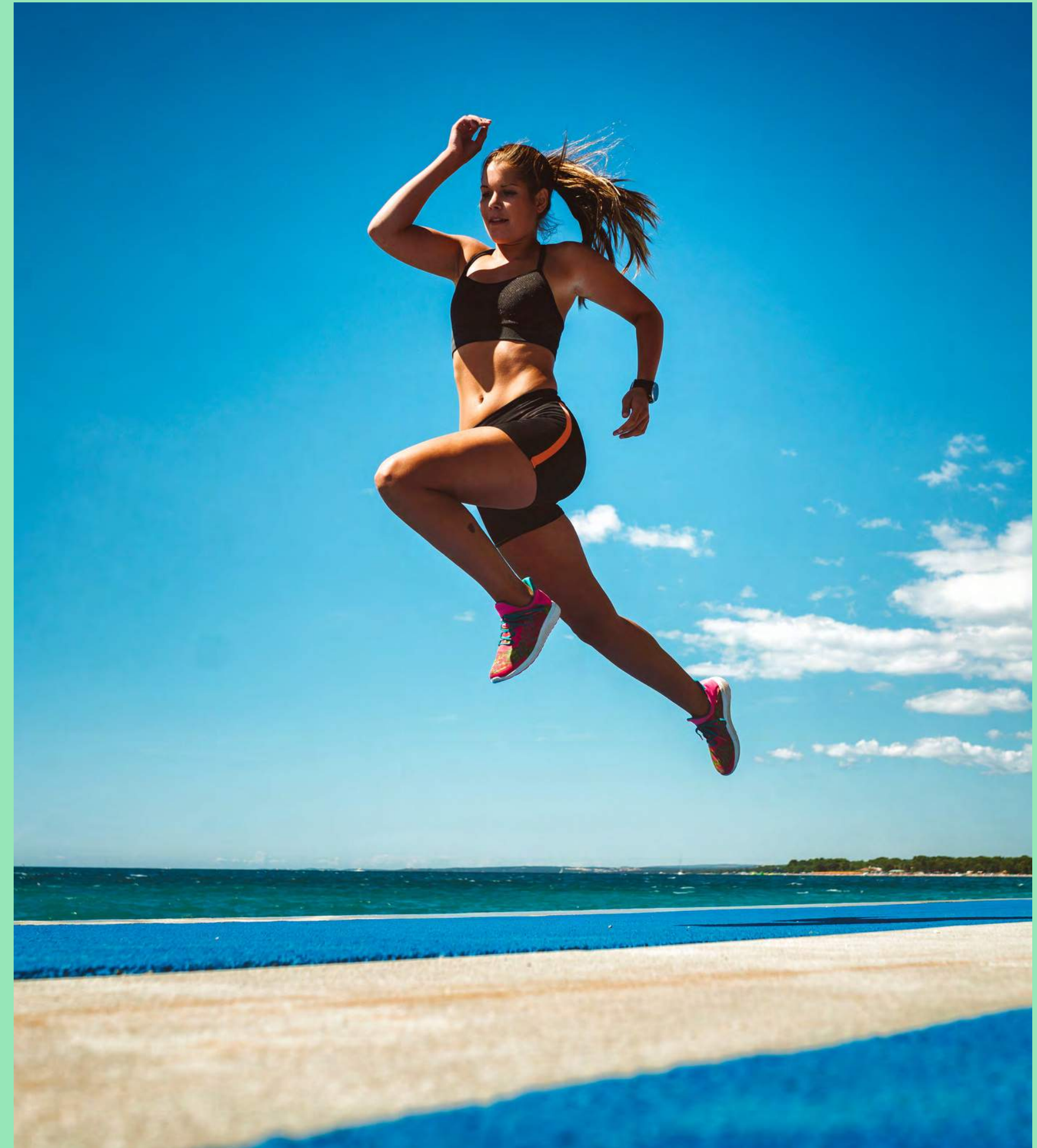
Le centre coeur

DÉFINI-37%

Ces personnes ont une notion d'estime d'eux/elles fixe et stable. Elles connaissent leur valeur et ont **une tendance à avoir besoin de contrôler leur environnement**, voire elles même (choix vestimentaires, etc...). Il est sain pour elles **de tenir leurs promesses** et de parler de **leurs réussites et victoires**. L'important pour un centre ego défini est qu'il se sente libre d'en parler pour **alimenter sa propre valeur**. La confiance est une histoire d'attitude. Même quand elles perdent, elles restent dignes et s'en remettent.

C'est une démarche égoïste par définition et qui **n'implique pas l'autre**, elle est purement là pour cultiver **l'énergie du centrage**. Il serait donc contre productif pour eux de se brider en se retenant de célébrer leurs victoires ! Il est donc important de choisir un entourage qui permet **de parler librement des succès** et promesses tenues. Naturellement **compétitives**, elles préfèrent être **leur propre patron** afin de réguler leur phase de travail et de repos.

Même si la force de volonté est stable, elle n'en est pas pour **le moins variable**. A l'image du battement du cœur, **la force de volonté vient et repart**, se pose et reprend son activité et même durant ces variations elle ne doute pas de sa valeur et garde confiance en elle. Elles suivent naturellement **une discipline** et une hygiène de vie qui leur permet d'atteindre leur objectif.



Le centre coeur

DÉFINI-37%

Le point important à comprendre pour ton client est que la force de volonté, de motivation, ne se **déclenche pas mentalement**. **C'est une question de moteur, d'équilibre et d'intérêt.**

Forcer la volonté et la motivation, là où notre corps ne veut pas aller, est **épuisant et totalement contre productif**. Il est important de respecter ce rythme, en soi fluctuant, de cette énergie de volonté. Ces personnes pourront s'exprimer en **"moi", "je", "le mien"**, ce qui est juste et aligné. Ces énergies lui permettent **d'avoir un fonctionnement sain et aligné**. La notion de tribu, de soutien aux autres ou à la famille, est **très présente chez eux**.

Une énergie très importante pour ce cœur défini et qui le représente tout particulièrement **est le soutien**. Avec cette énergie, la personne met du cœur à l'ouvrage, elle vise la qualité, elle est professionnelle, tient ses promesses tout ça dans le but d'**aider à développer un business, une relation. Elle s'engage avec le cœur**. Ce qu'elle amène le plus à travers le fait de **rendre service et d'être volontaire**, c'est du soutien aux personnes qui ont **les mêmes valeurs et ambition qu'elle**. Le travail d'équipe, la famille, la santé, sont ses piliers de vie.



État d'alignement : accès constant au pouvoir de la volonté, notion d'estime et de valeur de soi, à son modèle de gestion sur le plan matériel (contrat, collaborations...), parle de ses succès librement et les célèbre, ne donne pas sans conditions équilibrées pour lui. Sait trouver son équilibre entre produire et se reposer pour prendre soin de son cœur et se récompenser pour l'effort. A des valeurs et des principes, sait aussi reconnaître la valeur des autres et être Fair-play.

Etat de non soi : attentes envers les autres d'être aussi motivé que lui, sur-compétitif, écrasant, manipulateur, narcissique ou au contraire, dévalorisation exacerbée, people pleasing, méfiance envers les autres, sur la défensive. Cherche à tout contrôler pour avoir un forme de pouvoir sur l'autre et la vie. Va vivre beaucoup de colère, se sentir dépassé par les imprévus de la vie qu'il ne peut pas gérer. Mauvais joueur.



Coacher un centre coeur ego défini

CONSEILS :

- Prendre conscience de sa force de volonté, ainsi que de son estime de soi. Le mental peut affecter l'estime de soi naturellement présente. L'important est de garder un équilibre entre être généreux, volontaire altruiste et aussi prendre du temps pour soi, se reposer, se récompenser pour le travail accompli, protéger ses intérêts et ses ressources en cas d'imprévu. Un cœur égo, n'a pas à être volontaire tout le temps même s'il a cette discipline en lui.
- Être égoïste n'est pas être égocentrique ou orgueilleux. Être égoïste c'est prendre soin de soi et se faire passer en premier dans sa vie et célébrer cet état. Tout est question d'équilibre. Ce n'est pas parce que l'on prend de soin de soi que l'on ne prend plus soin des autres. L'un doit nourrir l'autre. C'est de notre responsabilité.
- Bien que volontaire et motivé, ce coeur peut aussi avoir besoin d'aide et de soutien qu'il aura du mal à demander par fierté.
- Ne pas hésiter à nourrir leur énergie tribale (celle reliée à ce centre) quand leur autorité les amène à cela. Business, relation, argent, matériel.
- Comprendre et respecter leurs besoins et les verbaliser, comprendre qu'il est important d'avoir un réel échange "donner/recevoir", donner sans recevoir n'étant généralement pas aligné pour eux. Mais tout part de l'expression de ses besoins pour éviter les quiproquo et établir une relation et un projet de confiance.
- Être conscient de la pression qu'ils peuvent inconsciemment diffuser aux autres en leur demandant d'être aussi compétitifs, volontaires ou constants : tout le monde n'a pas l'égo défini comme eux !
- Nommer ses valeurs, ses priorités, ses objectifs, ce qui compte pour lui et s'y tenir.

Le centre Coeur

NON DÉFINI-63%

Le cœur ego non défini est le centre avec **le conditionnement le plus dur à guérir**. Nous sommes baignés de compétition depuis notre enfance alors que la grande majorité de la population n'est **pas équipée pour la gérer de manière constante** ! Les personnes avec un cœur ego non défini sont sensibles à la notion **de valeur de soi** et auront tendance à **vouloir prouver la leur**. Elles sont très sensibles à **la comparaison et à la compétition**. Les questions d'estime et de valeur de soi peuvent affecter nombre de leurs domaines de vie (affective, relationnelle, professionnelle...) **ainsi que leurs croyances**.

Ce centre régit l'estomac, le coeur, le thymus et la vésicule biliaire. Ainsi, son désalignement peut s'exprimer **au travers de problèmes cardiaques**. Il n'est pas sain pour ces personnes de faire des promesses car elles ne sont pas équipées pour les tenir. Elles auront **un temps d'apprentissage pour savoir ce qui compte vraiment dans la vie**, connaître leur valeur et la vraie valeur de la vie. Elles compareront beaucoup tout ce qui est matériel, auront peut-être **la croyance qui leur faut "le dernier iphone"** pour prouver leur valeur et montrer leur réussite à travers des gadgets et du bling-bling. Le bling-bling n'est pas le problème, ce qui compte **c'est l'attitude qu'il y a derrière**. Est-ce que je colle à l'image de la réussite de la société en accumulant tous types de possession ?



Le centre Coeur

NON DÉFINI-63%

Est-ce que toutes ces choses comptent vraiment pour moi ? Est-ce que c'est ce que moi je voulais pour ma vie ? Ce cœur non défini est plus facilement équipé à **discerner chez les cœurs définis** qui est digne de confiance, qui a une vie matérielle équilibrée, **qui a des vrais valeurs**. Les cœurs non définis confondent **valeur matérielle et valeur de l'expérience**. Il doivent apprendre que ce n'est pas **le matériel qu'ils possèdent qui donne de la valeur à leurs existences**, mais plutôt à travers les expériences qu'ils se donnent les moyens de vivre, le fait **d'accumuler des souvenirs avec les personnes qui comptent dans leur vie** plutôt que des objets que l'on fini par oublier au fond d'un placard ou de courir après la reconnaissance de leur valeur.

Le cœur ego non défini n'a pas **l'énergie nécessaire** pour tenir ses promesses et ses objectifs de manière constante. Son autorité l'aidera à trouver ce qui compte vraiment pour lui. Ils peuvent **devenir esclave de leur travail** dans cette quête de valeur à chercher **la reconnaissance de leur patron**. Ils peuvent également **se comparer avec les autres**, ce qui n'est pas une attitude saine pour eux! Ce centre non défini peut être **malmené si l'environnement est très compétitif**. La caricature de cette personne est celle qui va à une conférence de David Laroche (ou tout autre conférencier ayant ce centre défini), qui se sent **boostée en amplifiant l'énergie** du conférencier, puis qui s'essouffle **tout aussi vite en rentrant chez elle, sans comprendre pourquoi**.



Etat d'alignement : au clair et satisfait de sa valeur, accepte le fait de ne pas faire de promesses à outrance, comprend qu'il n'est pas fait pour tenir des promesses, s'implique dans son travail avec justesse sans céder à la compétitivité non saine.

Etat de non soi : mauvaise estime et image de soi, difficulté à connaître sa valeur ou proposer de justes prix pour ses services, dépense l'argent de manière inconsidérée, incapable de tenir ses promesses. Développe une image de soi, en fonction de la valeur que les gens/système extérieur lui donne. Tendance revancharde, va surcompenser.

Coacher un centre coeur non défini

CONSEILS :

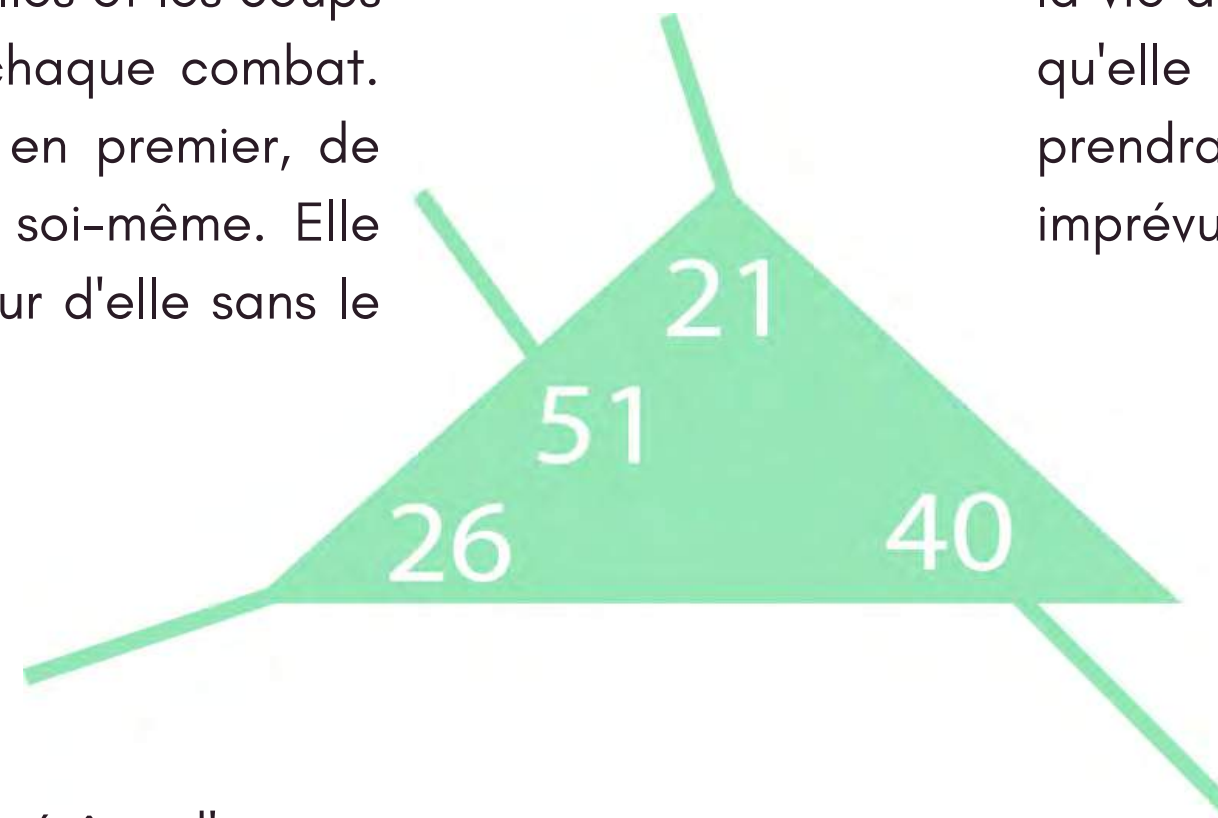
- Comprendre l'impact de ce centre non défini, de ce que cela peut amener chez lui. Ou en est-il avec ses valeurs ? Les reconnaît-il ? Ou a-t-il encore besoin de la validation des autres ?
- Accepter que sa force de motivation est inconsistante, fluctuante, et que ce fonctionnement est naturel. C'est ok de ne pas toujours être volontaire.
- La confiance en lui et ses valeurs ne doivent pas dépendre du montant qu'il y a sur son compte en banque ou de combien de montres il possède. La confiance en soi c'est une attitude, la reconnaissance de la valeur de notre vie et de ses expériences. Attention aux achats compulsifs, à l'accumulation de biens. Aide le à privilégier la qualité plutôt que la quantité.
- Etablir une promesse, c'est avoir posé un principe, un cadre et des valeurs valables pour se motiver en étant honnête avec ce que l'on a ou l'on a pas. Être réaliste et juste. Par exemple : "je veux perdre du poids en faisant du sport" ne suffit pas. Par contre dire, "je veux perdre du poids parce que pour ma valeur SANTE, c'est important pour moi", ce n'est plus la même chose et cela devient intemporel et motivera à prendre soin de sa santé au quotidien plutôt que 3 semaines par an avec des objectifs malsains, voir inhumains.
- Le potentiel de ce centre ouvert est de sentir qui est capable de tenir ses engagements ou non. Demande-lui si une personne dans sa vie semble être un modèle de confiance ou non.
- Ne pas chercher à s'engager pour prouver sa valeur. Reconnaître la voix du mental qui incite à prouver encore et encore, alors que cette personne n'est pas équipée pour et que la personne en face peut-être ne le reconnaît jamais. Il ne peut rien y faire.
- Ce centre est le plus difficile et lourd à déconditionner. Il est nécessaire d'en prendre conscience, et de se donner le temps d'implémenter et d'évoluer à son rythme.



Les portes du centre cœur égo

51 : LE CHOC

C'est l'énergie du courage, elle amène le cœur à faire face à son propre destin et à encaisser les batailles et les coups à l'égo. Elle aura besoin de repos entre chaque combat. Elle amène un besoin de se faire passer en premier, de rester centré, d'être en compétition avec soi-même. Elle pourra éveiller l'esprit de compétition autour d'elle sans le vouloir.



21 : LA PORTE DU CHASSEUR DE LA CHASSERESSE

Cette porte amène la personne qui la porte à vouloir croquer la vie à pleine dent. Elle veut se donner les moyens d'avoir ce qu'elle veut et soulèvera des montagnes pour y arriver. Elle prendra le contrôle de sa vie et sera là pour gérer les imprévus.

26 : LA PORTE DE L'ÉGO

Ici l'énergie nous parle de service, d'intérêt, d'image, d'honnêteté, de confiance mutuelle et d'illusion. C'est la porte du vendeur ou de l'avocat. Elle sait bien présenter les choses pour convaincre et manipuler notre ego pour connecter à nos besoins. Dans l'ombre cette porte ne sert que ses propres intérêts purement égoïstes ou au contraire donne tout sans concession. Elle risque de s'oublier et de rendre service à tout le monde sans penser à elle. Ce qui compte dans cette porte c'est d'être honnête.

40 : LA LIBÉRATION

La porte de la solitude. C'est une porte qui cherche à faire sa part et s'en sentir soulagé. Elle a joué son rôle, elle a fait ce qu'elle avait à faire et les autres aussi. Elle amène du soutien, de la loyauté, mais elle en a aussi besoin. Tout ce que l'énergie tribale donne elle en a aussi besoin. Elle cherche son équilibre entre repos et travail.

Témoignages coeur égo défini

FLORIE-ANNE - PROJECTEUR SPLÉNIQUE 6/2

Des trois centres qui sont définis dans mon design, l'appréhension et l'acceptation du centre coeur/ego a été le plus difficile. C'est un centre assez peu défini au sein de la population, ce qui naturellement fait qu'il est compris de manière innée par peu de personnes... Et ce sont donc des énergies peu encouragées ou acceptées. Beaucoup de personnes au centre du coeur/ego défini sont dans un désalignement qui les poussent à agir comme s'il n'était pas défini. C'est pourtant une énergie formidable dont le monde à besoin. Le coeur/ego me donne la force de croire en moi et la conscience constante de ma valeur : quand je suis alignée à ces énergies, j'ai naturellement une estime de moi développée. Je l'ai d'abord compris en voyant que je n'autorisais la dévalorisation de ma personne que par une personne : moi-même.

Si quelqu'un me fait une critique non constructive ou m'insulte, j'ai TOUJOURS la force de lui répondre qu'il a tort. Dès que j'ai commencé à m'autoriser, timidement, à me sentir dans ces énergies et à le dire : les choses se sont fluidifiées. C'est de plus en plus naturel de l'affirmer : oui, j'ai conscience de ma valeur. Ça ne veut pas dire que je ne rencontre pas d'obstacle, ou que je n'ai pas à renforcer ou travailler cette estime, ou encore que je suis complètement égo-centrée ou orgueilleuse.

Cela veut simplement dire que la notion de valeur est naturelle pour moi et que j'ai accès à une grande volonté. Cette énergie de volonté est très puissante et qui m'indique quels sont les bons projets sur lesquels travailler. Elle me donne l'énergie nécessaire à leur accomplissement. Telle une courte vague, une fois cette efficacité redoutable mise à l'œuvre pour terminer la tâche, l'énergie repart. J'encourage tous les coeurs/ego définis à explorer et accueillir ces énergies : ce n'est pas en ayant honte d'avoir de l'estime de soi qu'on pourra inspirer leurs autres à ressentir ce fabuleux sentiment !

Son univers : www.florieanne.fr - @flowintobloom - hello@florieanne.fr,

