

L'INTUITION, UN MESSAGE INSTANTANÉ

AUTEUR : Blog innovative-solution

SOURCE/LIEN : <https://innovative-solution.ch/2021/09/14/lintuition-comme-vecteur-de-reussite/>

« Découvrir, c'est bien souvent dévoiler quelque chose qui a toujours été là, mais que l'habitude cachait à nos regards ». *Arthur Koestler (Romancier, journaliste et essayiste hongrois)*

Longtemps décriée et reléguée au rang d'art divinatoire, l'intuition intéresse aujourd'hui la philosophie, la psychologie et les neurosciences qui l'expliquent à leur manière, par le prisme de leur discipline.

Le détour à travers les lectures est intéressant, quoiqu'un peu vertigineux tant la définition change pour chacun, en particulier dans le monde de la philosophie dans lequel les postulats peuvent parfois être contradictoires.

Cependant, une constante semble émerger de la masse entre les différentes disciplines qui l'étudient. L'intuition serait donc le fruit d'une expertise dans un domaine particulier, et une analyse des expériences antérieures proches afin de fournir un schéma de possibles ou une idée.

Plus nous maîtrisons par la pratique un domaine, plus notre capacité à anticiper les événements de manière non-consciente devient pertinente. Nous pouvons donc dire qu'il existe des intuitions aidantes, justes, et d'autres qui nous mènent à l'erreur lorsque nous ne maîtrisons pas le sujet et qu'aucune référence mémorisée n'est accessible.

Un processus analogique composé d'images

Pour résumer, une intuition est un processus infra-cognitif, analogique, composé d'images, de métaphores. Une forme de message instantané que la raison ignore au profit du raisonnement et de la logique. Elle ne sert pas à définir, mais à illustrer des possibles en lien avec ce qui est connu, puisant jusque dans les tréfonds du subconscient, là où n'existent plus les inhibitions du raisonnement.

Il s'agirait d'un processus capable de mettre en lien, à travers le temps et des disciplines ou domaines isolés, différents potentiels pour faire émerger une idée, à l'image d'un déclic, et qu'une fois le concept éprouvé, la raison en expliquerait la logique.

Quid de l'intuition dans un processus d'introspection ou de développement personnel ?

La question est épineuse, car force est de constater que nos certitudes personnelles par rapport à nous-même sont souvent erronées, en lien avec différents facteurs perturbant notre image, notamment nos croyances personnelles, notre interprétation du monde et nos schémas cognitifs. L'intuition ne doit pas être influencée par ces facteurs et doit directement puiser dans les tréfonds de l'être intime, les ressources utiles à sa manifestation.

Pour cela, une préparation est nécessaire. La pensée doit être maîtrisée et orientée afin de faire taire le babillage de surface qui inonde le quotidien. L'esprit doit céder sa place à la pensée du cœur, plus directe et en lien avec le présent. Par ce biais, l'intuition devient perceptible et s'aiguise au fil de la pratique.

Que cela soit de la méditation, de la marche réflexive ou tout autre méthode, une pratique régulière et non-astreignante visant à calmer l'esprit permettra d'être plus à l'écoute de son intuition.

Le fameux « déclic » avant le changement

Dans ma pratique, mon rôle consiste dans une certaine mesure à offrir un cadre permettant à l'individu (ou à un groupe d'individus) de se mettre en lien avec ses propres expériences, de se reconnecter avec sa manière de percevoir le monde et ses événements de vie, afin qu'il transforme ses désirs en actions concrètes. Dans ce voyage, tout est mis en place pour qu'il puisse réveiller et utiliser au mieux son intuition. Souvent, la « petite voix » des premières secondes est ignorée pour un raisonnement plus complexe qui, souvent, entrave les perspectives de changement de l'individu. Parfois, tout le travail d'une démarche consiste à redonner du crédit aux premières sensations, une fois le cerveau analytique rassuré.

Depuis des siècles, nous parlons de l'esprit, du « cœur » et des « tripes ». Ces dernières années, nous nous apercevons que le cerveau n'est pas le seul organe à être doté d'intelligence. Le cœur et notre système digestif sont eux aussi dotés de neurones, et nous nous apercevons que ceux-ci sont autonomes et communiquent entre eux. Nos ancêtres savaient déjà qu'un alignement et une cohérence entre ces organes étaient essentiels à notre épanouissement. Il aura fallu que la science nous dise ce que l'intuition connaissait déjà, histoire de nous rassurer et d'oser se lancer. Qui sait ce que nous réservent les prochaines découvertes... .