

COMMENT DÉFINIR L'INTUITION

L'INTUITION : TALENT HORS DU COMMUN OU CAPACITÉ CACHÉE ?

L'intuition apparaît pour beaucoup comme un don inné, relevant parfois du domaine de la parapsychologie. Et pourtant, nous sommes tous doués d'un sixième sens, une petite voix intérieure capable de nous guider dans les situations les plus inextricables. Chez certains, l'intuition est une seconde nature, chez d'autres (la majorité !), il s'agit plutôt d'une capacité mise en sommeil. Oui, mais comment la réveiller ? En privilégiant l'écoute de soi... et de ses émotions.

COMMENT DÉFINIR L'INTUITION ?

Nous entendons tous parler de l'intuition, et envions parfois ceux qui paraissent en être doués. Mais savons-nous vraiment comment elle fonctionne ?

Nous avons tous une idée plus ou moins précise de ce que peut être l'intuition, sans toujours réussir à la définir avec précision. Et pour cause : l'intuition, par nature, **échappe à toute tentative d'analyse !**

Essayons tout de même. **Trait de génie pour certains**, sixième sens aux frontières du paranormal pour d'autres, concept philosophique pour de grands penseurs, tels que Bergson ou Kant... L'intuition peut aussi se déguiser en coup de chance ou en bluff !

On la décrit également comme cette voix intérieure qui fait surgir en nous la réponse à un problème complexe que tout le monde recherchait en vain. **Ou encore cette boussole intime qui nous permet de prendre les bonnes décisions** quand tout concourt à nous faire perdre le nord. Bref, c'est une capacité à être à l'écoute et trouver des solutions, parfois originales et inattendues, sans passer par la case « logique rationnelle ».

QUAND LA SCIENCE SE PASSIONNE POUR NOTRE INTELLIGENCE INTUITIVE

Comment l'intuition prend-elle naissance dans notre cerveau ? C'est la question passionnante à laquelle les spécialistes des neurosciences s'attellent actuellement.

L'intuition se définirait donc en réalité comme **un mécanisme inconscient**, qui agit sans que nous ayons de prise sur lui. Un mécanisme qui passionne d'ailleurs de plus en plus la recherche scientifique, pourtant friande de logique. Jusqu'à chercher à cartographier le chemin parcouru par l'intuition dans notre cerveau, comme l'explique Daniel Goleman dans son livre *L'Intelligence émotionnelle* : l'intuition suivrait selon lui une « route basse », traversant des structures connues pour fonctionner sur pilotage automatique, telles que le cortex cingulaire antérieur, le cortex ventromédian et le cortex orbitofrontal.

En passant par ce raccourci mental ultra-rapide, l'idée prend la forme d'une fulgurance. C'est la « révélation ». Ou plutôt, **une façon efficace de prendre une décision rapide quand notre environnement nous empêche de réfléchir sereinement**. Quand nous ne disposons pas de suffisamment d'éléments pour analyser le problème qui se présente. C'est pourquoi une personne intuitive se fierait volontiers à sa première impression.

Devinez quoi ? Une étude menée en 2002 par le département de psychologie de l'université d'Austin, au Texas, démontre que ces premières impressions sont non seulement fréquemment valables, mais qu'elles concordent également avec celles des autres participants à l'expérience ! « *Si les volontaires ont de longues minutes pour réfléchir et délibérer, on observe qu'ils se trompent plus souvent* », concluent les auteurs de l'expérience.

Ce qui signifierait que dans certaines situations, **nos pensées intuitives nous aiguillent plus sûrement** qu'un long et laborieux processus rationnel.

NOS ÉMOTIONS, CARBURANT DU MOTEUR INTUITIF

Notre intelligence émotionnelle joue un grand rôle dans le fonctionnement de l'intuition et notre façon de la percevoir.

Comment se déclenchent nos intuitions ? Selon le chercheur en psychologie Christophe Haag, on trouve deux mécanismes à l'origine de l'intelligence intuitive dans le cerveau humain. Le premier est directement lié à notre expérience. Quand nous nous retrouvons dans une situation mille fois vécue, c'est elle qui nous guide en court-circuitant la pensée logique et analytique. On a coutume de dire alors que l'expérience parle. Et quand la situation est totalement nouvelle ? C'est alors notre mémoire qui prend le relais. Et, en particulier notre mémoire émotionnelle. Mais dans les deux cas, **c'est notre expérience émotionnelle qui entre en jeu.**

L'intuition irait même au-delà de la simple recherche dans notre banque de données intime. **Elle relève d'un réflexe adaptatif** : celui qui nous permet d'adopter la meilleure posture dans une situation totalement inédite en nous appuyant uniquement sur nos perceptions. De l'intuition à la prédiction... il n'y a qu'un pas !

Une personne intuitive, qu'est-ce donc ? **Ni extra-terrestre, ni super-héros de blockbuster**, celui qui sait marcher « au feeling » entretient en fait un lien particulier avec ses émotions. Il les accueille et les accepte, quelle que soit leur nature. Et sait leur faire confiance, quand cela s'impose, pour donner naissance à ce pressentiment qui lui fournira l'indice manquant. La bonne nouvelle pour tous ceux qui désespèrent de réveiller un jour ce talent caché ? L'intuition n'est pas réservée à une élite, c'est un don sacré dont nous sommes tous dépositaires. Développer son intuition se trouve donc à la portée de tous !

L'INTUITION AU SERVICE DE LA CRÉATION

Notre intuition est la source de l'expression de notre créativité.

L'intuition est donc l'expression de notre essence. Elle s'exprime librement lorsque l'on se fait confiance, lorsqu'on lâche prise et que l'on se laisse surprendre, lorsque l'on se rend et que l'on ne cherche à ne rien vouloir contrôler, car le contrôle est l'ennemie n°1 de notre intuition. L'intuition renferme le siège de toutes nos connaissances conscientes et inconscientes, de tous les enseignements de nos expériences et de nos expertises.

C'est en se « rendant » à elle, que l'on ouvre le canal afin que puisse s'exprimer au travers de soi ce que nous avons à faire et à transmettre par le biais de nos talents qui font que chaque être est spécifiquement doué à quelque chose.

Devenir des communicantes spécialisées dans le branding intuitif c'est confier son flow créatif à son intuition.

Le branding intuitif est une approche co-créative de l'accompagnement dans la communication dans laquelle nous laissons venir à soi les champs informationnels qui se partagent dans le visible et l'invisible, entre le client et les designers.

C'est une approche qui nécessite d'être à l'écoute de son client et qui ouvre la porte à tous les possibles permettant de trier ce qui sera le plus juste et le plus aligné avec l'intention et l'énergie du porteur de projet.

Il n'y a pas de méthode ni de recette précise pour appliquer à ses accompagnements le branding intuitif. Tout dépend de sa propre sensibilité et de la confiance que l'on accorde à ses propres capacités intuitives. Le Human Design est d'ailleurs un formidable outil qui permet d'identifier depuis quel centre énergétique se manifeste l'énergie notre intuition. Nous appliquons cet outil dans nos accompagnements en Branding Intuitif afin de permettre à nos clients d'encore mieux se comprendre et se re-connaître.

Vous l'aurez compris, l'intuition est donc cette part de magie que nous possédons tous en nous, cette petite voix subtile et discrète qui « sait absolument tout », mais qui sait aussi s'effacer pour laisser notre mental décider, s'il le souhaite, afin que nous puissions expérimenter le choix ou bien encore laisser notre instinct agir en cas de danger.

Nous avons appris à écouter notre intuition, à lui faire confiance et à l'utiliser sans complexe dans tous nos accompagnements pour que nos clients découvrent la joie de communiquer afin d'attirer une audience qualitative qui partage les mêmes valeurs qu'eux.