

## L'AFFIRMATION DE SOI ET L'INTUITION

L'affirmation de soi et l'intuition sont étroitement liées, car la confiance en soi et la capacité à s'exprimer de manière authentique favorisent un meilleur accès à son intuition.

Voici comment l'affirmation de soi influence l'intuition :

**Confiance en ses instincts** : Lorsque vous êtes affirmé(e) et que vous avez confiance en vos propres capacités, vous êtes plus enclin(e) à faire confiance à vos instincts et à votre intuition. Vous n'êtes pas aussi facilement influencé(e) par les opinions des autres et vous êtes plus susceptible d'écouter votre voix intérieure lors de la prise de décision.

**Écoute de soi** : L'affirmation de soi implique d'être à l'écoute de ses propres besoins, désirs et intuitions. Lorsque vous vous affirmez, vous accordez plus d'importance à vos pensées et à vos sentiments intérieurs, ce qui renforce votre connexion avec votre intuition et vous aide à prendre des décisions plus alignées avec votre véritable moi.

**Prise de risques calculés** : Être affirmé(e) vous permet d'avoir le courage de suivre votre intuition, même lorsque cela implique de prendre des risques. Vous êtes plus à l'aise pour faire confiance à vos impressions intuitives et pour agir en conséquence, sachant que vous avez la capacité de gérer les conséquences, qu'elles soient positives ou négatives.

**Expression authentique** : L'affirmation de soi vous permet d'exprimer vos pensées, vos opinions et vos sentiments de manière authentique. Cela favorise une communication plus ouverte avec votre intuition, car vous n'êtes pas entravé(e) par la peur du jugement des autres ou par le besoin de conformité sociale.

**Alignement avec ses valeurs** : Être affirmé(e) signifie souvent être en accord avec ses propres valeurs et convictions. Lorsque vous êtes aligné(e) avec vos valeurs, vous êtes plus enclin(e) à suivre votre intuition, car vous savez que vos décisions sont en harmonie avec ce en quoi vous croyez profondément.

### Résumé

L'affirmation de soi favorise un meilleur accès à l'intuition en renforçant la confiance en ses instincts, en encourageant l'écoute de soi, en permettant la prise de risques calculés, en favorisant une expression authentique et en facilitant l'alignement avec ses valeurs. En cultivant l'affirmation de soi, vous développez une connexion plus forte avec votre intuition, ce qui vous aide à prendre des décisions plus éclairées et plus alignées avec votre véritable moi.