

## INTUITION : C'EST QUOI, FÉMININE, EN AMOUR, LA DÉVELOPPER

*Nous sommes tous pourvus d'intuition, cette forme d'évidence qui nous tombe dessus sans que nous en sachions l'origine. Qu'est-ce que l'intuition féminine ?*

*Doit-on s'y fier ?*

*Qu'est-ce qu'une personne intuitive ?*

*Et comment la développer ?*

Les réponses avec Béatrice Millêtre, docteur en psychologie et psychothérapeute.

© StockPhotoPro - stock.adobe.com

### Définition : c'est quoi l'intuition ?

*"L'intuition est le **résultat d'un raisonnement qui se fait en bruit de fond dans notre cerveau, c'est-à-dire une évidence qui vous tombe de la tête sans que vous sachiez d'où elle vient**" selon Béatrice Millêtre, docteur en psychologie. "**C'est un processus neuro-physiologique qui se passe dans l'esprit, faisant aboutir la personne à un raisonnement autrement que par le cheminement "classique" dit cartésien. Ce n'est pas une boule de cristal mais le fruit d'un raisonnement élaboré qui se fait à notre insu**". Cependant, on ne pourrait arriver à ce résultat sans connaissances préalables récupérées par le cerveau. "**Des connaissances nous parviennent via l'environnement (dans la rue, dans le métro, à la télévision...), sont analysées à notre insu et notre cerveau les assemble jusqu'à construire un puzzle et d'un coup, une évidence apparaît**" précise notre experte. Est-ce **synonyme d'instinct** ? "**Il y a débat sur le sujet. L'instinct serait plus primaire, en lien avec les sensations. Mais le fonctionnement est le même. Vous "sentez" quelque chose**" répond le docteur Millêtre.*

### Qu'est-ce que l'intuition féminine ?

*"Je ne sais pas, nous n'avons pas plus d'intuition féminine que masculine. Cette idée d'intuition féminine s'apparenterait à une sorte de "psychologie" de la femme" répond Béatrice Millêtre.*

**"Il faut accepter son intuition si elle vous "dit" qu'il y a quelque chose qui vous chiffonne"**

### Doit-on se fier à son intuition en amour ?

*Si on prend l'amour au sens de la rencontre avec quelqu'un, l'intuition à ce moment là consiste à sentir quelque chose de "**bizarre**" chez la personne rencontrée. "**Par exemple, vous rencontrez un homme jeune, beau, riche, intelligent et bien sous toutes les coutures mais un signal vous dit "attention, il faut s'éloigner". C'est très difficile d'écouter son intuition dans les cas où tous les signaux semblent bons. On se dira qu'il ne faut pas juger à l'emporte pièce et qu'il faut bien laisser une chance. L'intuition ne va pas vous tromper. Effectivement, après coup quand vous posez la question aux gens, ils réalisent souvent qu'il y a avait des signes avant-coureurs**" détaille notre experte. Est-ce pour autant qu'il faut partir ? "**Ce n'est ni tout blanc, ni tout noir. Il faut accepter son intuition si elle vous "dit" qu'il y a quelque chose qui***

vous chiffonne et y aller avec un regard différent, avec une petite réserve, en pleine conscience. **Il faut faire attention aux signaux**" préconise Béatrice Millêre.

**Est-ce que l'intuition peut se tromper ?**

**"En théorie non, parce que c'est un raisonnement (comme les mathématiques). A partir de ce moment-là, il est basé sur des éléments objectivables"** répond le docteur Millêre. Là où c'est compliqué, c'est de savoir si l'on tient compte de cette intuition. Celle-ci est en partie parasitée par l'environnement dans lequel on vit. **"Prenons l'exemple de l'intuition mathématiques. Un jeune qui a l'intuition mathématiques lit un énoncé et le résultat tombe. Est-ce qu'il faut l'écouter ? Il faut accepter qu'une formule mathématique complexe puisse avoir une réponse qui sorte de votre chapeau. Il faudra ensuite aller chercher les éléments de raisonnement de l'équation pour son professeur. Par ailleurs, on peut se tromper si on n'écoute pas les signaux, si on cherche trop fort d'où cela vient ou si l'on a peur de se tromper,"** explique-t-elle.

**Qu'est-ce qu'une personne intuitive ?**

**"Une personne intuitive c'est en premier lieu quelqu'un qui va chercher l'information. En effet pour que l'intuition s'exprime, il faut des bribes de connaissances. Les personnes intuitives sont souvent curieuses, ouvertes d'esprit et toujours aux aguets.**

**Les personnes intuitives sont souvent curieuses, ouvertes d'esprit et toujours aux aguets**

**Ce sont des gens capables de percevoir des choses dans leur environnement puis de laisser décanter en faisant autre chose, sans se prendre la tête en se forçant à aboutir à quelque chose"** indique le docteur Millêre. **"La plupart du temps, ce sont des personnes plus sensibles en termes d'émotion et de sensorialité (meilleure perception des détails), plus créatifs et imaginatifs. Après, nous avons tous spontanément des moments qui nous parlent davantage que d'autres"** ajoute l'experte.

**Comment développer son intuition ?**

Dans tous les compartiments de notre vie, nous pouvons faire face à nos intuitions. **"Il suffit d'accepter et de regarder ces petits moments intuitifs dans la vie de tous les jours pour voir que vous êtes capables d'un raisonnement intuitif dans des situations plus importantes. Ensuite, il faut aller chercher les informations (être attentif aux détails par exemple) mais sans se prendre la tête. Ca ne demande aucun effort, ca vous tombe de la tête. Pour cela, il faut accepter une sorte de lâcher prise et se rendre compte que c'est possible. Commencer par y croire et repérer les signes qui existent. Nous avons tous l'intuition en nous mais elle est contrariée depuis l'école où on nous apprend à raisonner de manière cartésienne plutôt qu'intuitivement"** expose la psychologue et psychothérapeute.

Merci au docteur Béatrice Millêre, docteur en psychologie, psychothérapeute et neurobiologiste.

**Marie Ducoudray**