

L'intuition dans tous ses états

Qu'est-ce que l'intuition ?

Si l'on s'en tient à la définition des différents dictionnaires, l'intuition serait la faculté à percevoir une « vérité » immédiate sans l'aide de la « raison ». Elle se caractériserait aussi par le fait de prévoir, de deviner et donc de percevoir à l'avance un événement ou une chose cachée.

D'une certaine manière, ce drôle d'instinct serait notre capacité à anticiper de manière non réfléchie une situation ou l'état psychologique, voire physique, d'un être vivant.

Elle est souvent rapprochée de la vérité ou de la connaissance intuitive. Elle serait soudaine, spontanée et parfois évidente.

Très souvent, voire très généralement, il est expliqué que l'intuition ne trouve vie qu'en dehors de la raison, de la réflexion, de la logique et des sentiments. Or, c'est faux.

Pour bien fonctionner et pour se matérialiser, ce « sens » a besoin d'emprunter un chemin qui passe indiscutablement par la raison et les émotions. Si cela n'est pas le cas, l'intuition ne peut se manifester. Elle s'exprime par des sensations physiques, psychologiques et émotionnelles ; notre corps, notre cerveau, nos muscles, nos organes lui servent donc d'outil et de « médium ».

Donc, si l'on vous dit que vous devez faire taire votre raison et vos sentiments personnels, c'est une erreur car cela viendra indubitablement brider votre perception intuitive.

L'intuition, c'est parfois cette certitude, ce sentiment flou et diffus, qui, sur le moment, ne trouve pas d'explication mais qui après coup prend tout son sens. C'est cette drôle d'émotion qui vient vous troubler dans une situation donnée ou dans une relation et qui se révèle exacte ou qui vous permet de prévenir, voire de mieux appréhender un événement ou un comportement X ou Y.

De nos jours, il y a autour de ce « sens » toute une légende. Il est en quelque sorte un fourre-tout que beaucoup qualifient de prémonition, de flair, de « sixième sens », d'intelligence, « d'instinct », de feeling, de clairvoyance, de voix intérieure, d'acte manqué ou d'oubli et parfois même de synchronicité...

En vérité, dans les faits, personne ne sait vraiment le nommer et réellement le qualifier. Du coup, cela donne lieu à énormément de raccourcis et de fausses définitions ou à des interprétations erronées ou incorrectes.

Malgré les recherches qui s'effectuent autour de ce phénomène et malgré le fait que nous savons que tous les êtres vivants semblent posséder cette faculté, il y a beaucoup de questions et très peu de réponses.

Il semble toutefois intéressant de l'envisager comme un « sens » ou une capacité qui utiliserait les cinq autres pour s'exprimer. Mais il faut être honnête : scientifiquement parlant, nous en sommes aux balbutiements de la compréhension de cette capacité.

Pour certains, l'intuition est un guide, une boussole, un conseil intérieur qui permettrait de faire les bons choix, d'aller dans la bonne direction, d'être inspiré, de prévenir d'un danger.

Le fait de l'écouter permettrait aussi d'être plus en accord avec soi-même, de trouver une forme d'équilibre. Véritable médicament pour notre société moderne, l'intuition serait un élément clé qui nous inciterait à nous ouvrir à une autre façon de vivre, de communiquer, d'agir. Tout cela est en partie faux. Il faut être honnête et un brin rationnel : si l'intuition existe bel et bien, elle n'est pas la réponse à tous les maux de votre vie et encore moins à ceux de notre société.

En revanche, ce qui est certain, c'est qu'écoutée et surtout identifiée, elle permet d'anticiper, d'appréhender une situation ou une personne. Autrement dit, elle est un indicateur qui nous permettrait de nous préparer à et donc par extension de prévenir ou de devancer.

L'étymologie du mot intuition

Si l'on s'intéresse à l'étymologie du mot intuition, ce dernier vient du latin *intuitio* qui signifie « vue » ou « regard », latin dérivé de *intueri* qui veut dire « regarder attentivement », « observer » ou, si l'on devait prendre un raccourci, « avoir une juste perception de ».

Dans d'autres dictionnaires, le mot intuition est décomposé en deux parties : la première, *in*, qui signifie « dedans » ou « dans », et la seconde, *tueor* (*tueri*), qui est assimilée au verbe regarder.

C'est très certainement de cette interprétation linguistique que nous vient l'idée que l'intuition est d'une certaine façon la capacité à « regarder à l'intérieur de soi ».

L'intuition vue par les neurosciences

Si l'on en croit les croyances populaires et les raccourcis véhiculés, l'intuition serait en lien avec le cerveau droit, siège des émotions. Le cerveau gauche, lui, aurait la tâche d'interpréter, de décoder, de faire le tri dans les informations. Si le droit est en lien avec l'intelligence émotionnelle, le second serait l'intelligence rationnelle.

En fait, les choses sont plus complexes que cela. Les

résumer ainsi, c'est prendre le risque de véhiculer des schémas erronés et de fausses informations. Ce sont d'une certaine manière des légendes, des idées d'un autre temps, d'autant que certains scientifiques ont découvert que les deux cerveaux (gauche et droit) travailleraient de concert. Ils communiquent entre eux. Il a aussi été constaté que même si certaines personnes utilisent plus l'un des deux hémisphères, cela n'empêche pas les échanges entre les deux hémisphères.

Longtemps, il fut admis que les deux hémisphères n'étaient pas aussi développés, que la gestion des informations était différente et que le cerveau gauche était plus performant que le droit.

Il a fallu attendre les travaux du neurophysiologiste Roger W. Sperry, prix Nobel de médecine 1981, pour dire que les deux hémisphères étaient aussi performants l'un que l'autre mais que leur fonctionnement et leur traitement de l'information étaient différents.

D'ailleurs, aujourd'hui, nous savons que le cerveau est hiérarchisé et qu'il comporte des régions qui gouvernent telle ou telle faculté, ou tel ou tel sens. Dans le livre *Les Prodiges du cerveau*, Elkhonon Goldberg nous explique que l'hémisphère gauche raisonne, analyse de façon séquentielle, tandis que le droit perçoit les choses de manière plus globale. Le droit traite les nouvelles informations, le gauche les stocke et les organise.

Il a aussi longtemps été convenu que l'intuition était typiquement féminine. D'ailleurs, celle-ci a été très régulièrement confondue avec l'instinct maternel. De ce fait,

cette idée reçue a fait foi et vérité. Or, de nombreuses études récentes ont remis en cause cette croyance. Mais pourquoi aurions-nous pensé le contraire ? Nous avons tous le même cerveau, et ce, même si ce dernier, en fonction de notre éducation et de notre parcours, ne traite pas tout à fait les informations de la même manière.

En 2005, le psychologue Richard Wiseman a testé 7 500 hommes et 7 500 femmes. L'idée : les participants devaient donner leur impression sur des photos de visages.

Les résultats ne se firent pas attendre : 71 % des femmes avaient une juste intuition contre 77 % des hommes. Cela se joue à pas grand-chose. Aujourd'hui, nous pouvons donc dire que nous avons tous ce potentiel, quels que soient notre sexe, notre âge et notre milieu social. Toutefois, d'un individu à un autre, l'intuition ne s'exprime pas tout à fait de la même manière.

Cette étude peut être rapprochée de celle faite en Pennsylvanie en 2015 où une équipe de neuroscientifiques s'est attachée à cartographier le cerveau de plus de 900 personnes (hommes et femmes confondus). Après avoir étudié attentivement 36 716 connexions cérébrales, les scientifiques en sont venus à la conclusion qu'il existait seulement une différence de 0,51 % entre les hommes et les femmes.

Ainsi, même s'il est prouvé qu'il y a une différence en matière de connectivité, il y a toutefois plus de similitudes dans les schémas de connexions des femmes et des hommes que de divergences. Cela vient à nouveau remettre en question les stéréotypes.

Cette mise au point faite sur le genre de l'intuition, la vraie question reste de savoir où celle-ci prend racine en nous.

D'après les études récentes d'Axel Cleeremans, du laboratoire de neurosciences cognitives de l'université de Bruxelles, les intuitions seraient le fruit d'une sorte de court-circuit, une manière d'éviter de raisonner et de reconnaître ce qu'il s'agit de faire dans une situation, en particulier sans s'engager dans un processus compliqué de raisonnement. Ces intuitions prendraient naissance dans le noyau caudé du cerveau.

Pour d'autres neuroscientifiques, l'intuition étant avant tout en lien avec les émotions, puisque se manifestant par leur intermédiaire, elle utiliserait ce qu'ils nomment le « circuit de Papez » et elle ferait intervenir l'hypothalamus, le thalamus, l'hippocampe, le fornix, l'amygdale, ainsi que le gyrus, c'est-à-dire une grande partie du système limbique.

Quoi qu'il en soit, pour beaucoup de nos têtes pensantes, l'intuition est l'obtention d'une information non raisonnée. Elle résulte de nos sensations, de nos émotions, bonnes ou mauvaises.

De ce fait, l'intuition est le plus souvent activée par des facteurs intérieurs et extérieurs. Ainsi, dans certaines situations, nous serions amenés à capter inconsciemment des détails qui, traités par notre système émotionnel profond, généreraient une intuition.

Si l'intuition est décodée ou relayée par notre système principal de traitement des émotions et des divers stimuli, il semble que d'autres organes entrent en jeu dans sa transmission.

Ainsi, on a longtemps pensé que seul le cerveau gérait et traitait les stimuli extérieurs et intérieurs mais des études récentes ont mis en évidence que certains de nos organes ont leur intelligence. Le cœur et l'intestin joueraient notamment un rôle dans la gestion de nos humeurs et donc influeraient sur notre comportement mais aussi sur nos prises de décision. En fonction de l'environnement dans lequel nous évoluons et des événements qui rythment notre quotidien, il semble que le cœur et l'intestin envoient des messages ou des informations à destination de notre ordinateur central, le cerveau.

Aux États-Unis comme au Canada, des chercheurs en neurosciences spécialisés dans le cœur se sont rendu compte que ce dernier aurait son propre système de gestion d'informations. D'après leurs études, il aurait un système nerveux indépendant et particulièrement développé qui compterait plus de 40 000 neurones, tout un réseau de neurotransmetteurs, de protéines et de cellules dites d'appui particulièrement complexes.

Ces scientifiques partent aussi du principe que le cœur a son propre rythme. Pour eux, chaque battement de cœur correspond à un son, à une onde ou à une onde de pression qui est propre à chacun. Tout comme le cerveau, le cœur

émettrait des signaux électriques, signaux qui pourraient être mesurés au même titre que ceux du cerveau.

Autre découverte intéressante : le cœur et le cerveau pourraient se synchroniser, être en harmonie l'un avec l'autre. Cela se rapprocherait d'une séance de méditation. Selon que nous vivons de bonnes ou de mauvaises choses, il aurait été démontré que son rythme deviendrait cohérent ou incohérent. Ce rythme qui prend des allures d'ondes de pression aurait une influence sur notre cerveau, notre corps et de ce fait sur notre personnalité ou nos émotions. Cela pourrait donc parfaitement illustrer l'expression suivante : « avoir un pincement au cœur ».

Très récemment, les scientifiques se sont intéressés de plus près à notre ventre. Les découvertes sont plus qu'intéressantes puisqu'ils en sont venus à émettre l'hypothèse et à dire que notre ventre est notre deuxième cerveau. C'est vrai que si nous regardons la forme du cerveau et celle de l'intestin, il existe certaines similitudes. Pour certains scientifiques, l'intuition et certaines émotions (comme le stress) stimuleraient et utiliseraient la sensibilité de notre système neuronal intestinal pour s'exprimer.

En quelques années, nous avons appris énormément sur l'intestin et son fonctionnement. Savez-vous que notre ventre contient pas moins de 200 millions de neurones qui participent au bon fonctionnement de la digestion ? Très récemment, il a été découvert que ce dernier communique régulièrement avec notre système principal

de traitement d'informations. Notre système neuronal intestinal, appelé aussi cerveau entérique, produit de la sérotonine, un neurotransmetteur lié à la gestion de nos émotions. Il semble qu'il en produise 95 %, et une infime partie de cette sérotonine se retrouve expédiée dans le cerveau. Outre tout ce système neuronal présent dans notre ventre, ce dernier se compose aussi de milliards de bactéries (le microbiote) qui, là encore, semblent avoir une influence sur nos humeurs, notre comportement ainsi que sur notre état psychologique. Il paraît même que cet écosystème microbien interne jouerait un rôle dans nos attirances amoureuses et amicales. L'expression « avoir une boule au ventre », bien que synonyme d'angoisses, peut elle aussi trouver tout son sens ici. D'ailleurs, le système de gestion du stress et du repos s'exprimerait dans la relation complexe qui existe entre le cerveau et l'intestin.

Pour certains scientifiques, le cerveau entérique permet au cerveau de délocaliser certaines informations. Autrement dit, il sous-traiterait. Partant aussi du principe que les organismes les plus simples développent d'abord « le cerveau entérique », le D^r Michel Neunlist, directeur de recherche à l'Inserm, estime que l'intestin serait en fait notre premier cerveau. Pour lui, il existe une réelle interactivité, un vrai dialogue, entre le cerveau et l'entérique. Pour le P^r Stanislas Bruley des Varannes, du CHU de Nantes, notre intestin serait pourvu d'une intelligence et d'une mémoire. Pour ces chercheurs, ce système serait l'équivalent du cortex d'un chat. Cela fait réfléchir !

Notre cerveau, notre cœur, notre « entérique » et notre corps seraient donc de formidables outils pour l'expression de nos intuitions, qu'elles soient ressenties de manière positive ou négative.

Que sait-on du cerveau ?

Ce n'est que depuis les années 1980 que nous commençons à réellement comprendre le fonctionnement du cerveau humain. L'imagerie a d'ailleurs énormément contribué à cette nouvelle connaissance. Autant dire que nous sommes aux balbutiements de la discipline que sont les neurosciences.

Aujourd'hui, nous savons du cerveau qu'il a la forme d'un chou-fleur et qu'il pèse environ 1,36 kg. Il compte entre 90 et 100 milliards de neurones. Ils baignent dans une substance chimique appelée cellules gliales. Il existe cinquante cellules gliales pour un neurone. Les neurones communiquent et échangent entre eux. Chaque influx nerveux ou neuronal fait environ 0,1 volt. Chaque connexion ou échange ne dure que quelques millièmes de secondes, entre un et deux. Lorsque l'information arrive aux synapses, il y a libération de neurotransmetteurs (molécules qui véhiculent des signaux entre les neurones ; ils excitent ou inhibent l'activité électrique du cerveau).

Très récemment, il a été découvert que notre éducation et donc notre milieu social ont une influence sur notre cerveau. Ainsi, notre préférence cérébrale, ou le choix de fonctionner plus avec notre hémisphère droit ou celui de gauche, dépend essentiellement de l'univers dans lequel nous avons grandi et dans lequel nous évoluons par la suite. Ainsi, certains sollicitent plus l'hémisphère droit que celui de gauche, voire plus le gauche que le droit. Certains arrivent aussi à faire travailler les deux de manière égale et équilibrée, il semble d'ailleurs s'agir des personnes les plus intuitives, voire ayant une prédisposition à la précognition.

Mais les dernières découvertes ne s'arrêtent pas là. De nos jours, nous savons que le cerveau est élastique ou plutôt plastique. En effet, il a été constaté que le cerveau est modelable et donc adaptable. D'une certaine manière, lorsqu'il est endommagé ou court-circuité, il réussit à trouver d'habiles parades pour compenser certains traumatismes et donc retrouver une fonctionnalité quasi normale. Ces dernières années, il a été démontré que l'on peut vivre avec un cerveau qui fonctionne à moitié de ses capacités. Cela veut dire que nous possédons dans notre crâne un engin particulièrement performant, adaptable, évolutif, puissant et étonnant. Il y a fort à parier que l'on découvre pas mal de nouveautés en ce qui

concerne notre ordinateur interne dans les siècles à venir. L'adaptabilité, la flexibilité, l'élasticité de ce dernier semble toutefois dépendre de deux choses : la capacité d'empathie et le goût pour la nouveauté. D'une certaine façon, on peut dire que notre système nerveux est un « être », une entité à part entière qui n'a pas fini de nous étonner. Il faut bien avouer que nous ne connaissons que bien peu de choses sur ce dernier. Autre élément important : un cerveau ne peut fonctionner seul. Ainsi, très récemment, des journalistes scientifiques américains ont remarqué que ce dernier est « neurosocial » : il a besoin de se construire en miroir face à un autre cerveau, comprenez une autre personne. Ils ont même étayé leur thèse en indiquant qu'il fonctionnait en mode wifi avec les autres.

Autre constat : le cerveau développe diverses aptitudes lorsqu'il est en résilience, c'est-à-dire que lorsqu'il est confronté à une situation traumatique, il crée des modes de fonctionnement, de pensée, de savoir ou d'action pour compenser et faire face.

Tous uniques

Il est difficile de dire qu'il ne puisse exister qu'une seule méthode globale ou générale pour développer son intuition. D'ailleurs, peut-on réellement la développer ?

Peut-être peut-on commencer par l'identifier, ce serait déjà un bon début. Encore faut-il déjà savoir comment chacun d'entre nous fonctionne. Et oui, nous sommes uniques, et de ce fait, chacun de nous exprime et gère ses émotions et donc ses intuitions à sa manière, selon son histoire.

Comme expliqué précédemment, si, d'un point de vue général, la structure de notre cerveau semble identique, si son architecture et son fonctionnement sont proches, il n'en reste pas moins que l'héritage génétique, notre culture, notre éducation, notre construction psychologique, notre milieu, nos expériences et notre quotidien font que nous sommes tous différents.

Ainsi, même si la plupart des zones cérébrales fonctionnent plus ou moins de la même manière d'un individu à un autre, dans la globalité, chacun a une façon propre d'activer certaines zones et pas d'autres. De ce fait, nous « intuitons » différemment. C'est pour cela qu'il semble compliqué de donner une méthode plutôt qu'une autre permettant l'émergence de l'intuition. Ainsi, ce sentiment si mystérieux qui nous anime s'exprimera différemment d'une personne à une autre. Chacun doit donc parvenir à comprendre comment il fonctionne pour être capable de saisir ses intuitions.

Un stage ou une formation collective et générale ont peu de chances de donner de bons résultats. En revanche, un travail individuel comme une thérapie, une démarche de développement personnel, des séances de yoga ou de méditation peuvent vous donner l'occasion de vous

recentrer, de mieux comprendre les émotions qui vous traversent et donc de mieux saisir vos intuitions. Dans ce type d'exercices de retour à soi et d'écoute de qui l'on est, vous ne développerez pas forcément votre intuition, vous ne la travaillerez pas, vous serez tout simplement plus attentif aux signaux qui vous traverseront et donc à vos intuitions.

Tous intuitifs

Nous avons tous de l'intuition, c'est un FAIT. Mais nous n'avons pas la même manière de l'appréhender. Notre éducation, notre parcours, nos expériences, le milieu dans lequel nous évoluons et notre activité font que l'intuition ne s'exprime pas de la même manière d'un individu à un autre. Notre intuition est unique, tout comme nous le sommes.

De ce fait, certains sont plus intuitifs que d'autres. Certains réussiront à exploiter ce potentiel, cet acquis, alors que d'autres auront plus de difficultés à le faire. Il arrive aussi que certaines personnes aient beaucoup d'intuition, mais, pour des raisons qui leur appartiennent, ne l'écoute jamais, par crainte, par peur ou encore parce qu'elles n'y portent aucun intérêt. Certains auront des intuitions tout au long de leur vie. D'autres n'auront cette aide qu'aux grands carrefours de leur existence ou dans certaines prises de décision.

La variabilité de cette capacité spécifique à tout un chacun réside dans son expression et dans la manière dont chacun aura de l'écouter et de la décrypter. C'est comme cela, c'est la vie.

L'intuition, une « capricieuse »

Comme l'intuition utilise les émotions et les sens pour s'exprimer, elle est souvent arbitraire, fugace, inattendue. Elle pointe le bout de son nez au moment où l'on s'y attend le moins.

Sans raison apparente, elle s'invite sans que vous ne lui ayez rien demandé. Elle peut intervenir lors d'une conversation banale, lors d'un premier rendez-vous ou d'une rencontre des plus anodines. Elle peut aussi vous tomber dessus pour disparaître aussi vite qu'elle est venue ou à l'inverse ne plus vous quitter pendant plusieurs jours.

Elle peut vous accompagner dès votre réveil et vous quitter dans la journée. Elle peut aussi s'immiscer et s'exprimer dans vos rêves en prenant les traits de proches, d'images symboliques ou en revêtant tous les aspects d'une situation, et puis la nuit d'après, vous laisser à l'expression la plus onirique et la plus délirante de votre inconscient. Vous vous apercevrez vite que vous aurez des périodes où celle-ci se manifestera

régulièrement, de manière nette et précise, alors qu'à d'autres, elle vous semblera comme endormie, absente, voire inexistante.

C'est un peu ça la loi de l'intuition : elle va et vient comme bon lui semble. Elle est imprévisible pour ne pas dire inattendue. Toutefois, certains vous diront qu'elle est comme un muscle qu'il faut travailler. Mais il n'est pas évident d'exploiter quelque chose d'aussi abstrait que l'intuition.

Comme elle n'est régie par aucune règle, sinon celles des émotions, penser la contrôler est un mythe, une illusion auxquels il faut renoncer pour laisser place à son écoute.

Le secret de l'intuition résiderait donc dans l'attention que l'on porte aux sensations qui parcourent notre corps et non dans son contrôle.

Intuition et voyance

Dans l'inconscient collectif et dans le milieu ésotérique, l'intuition est assimilée aux phénomènes psys comme la rétrocognition, la clairvoyance, la précognition, la psychométrie, l'empathie ou encore la télépathie.

Aux XIX^e et XX^e siècles, les scientifiques ont envisagé cette hypothèse pour en changer au XXI^e siècle. Toutefois, cette théorie largement reprise et répandue comme une vérité est une fausse croyance qui perdure.

De nos jours, l'opinion scientifique sur l'intuition est tout autre. Celle-ci a été déclassée des perceptions extrasensorielles pour être ramenée au niveau d'un sens et même d'une intelligence. Nous sommes donc loin de voir en elle une faculté ésotérique.

Pour ma part, après plusieurs années de pratique de la voyance, je me range du côté des scientifiques expliquant que l'intuition participe au phénomène de voyance, mais pas l'inverse.

Avec l'intuition, tout comme avec les pensées, les idées, des formes de souvenirs peuvent entrer dans le processus de voyance mais la faculté à voir le passé, le présent et le futur n'entre pas en compte dans l'émergence de l'intuition.

Ainsi, être intuitif ne fera pas de vous un voyant. Au mieux, si vous savez l'écouter, elle vous permettra simplement d'anticiper certains événements et donc de mieux les vivre, sans pour autant avoir une vue générale du futur.

L'intuition, de l'enfance à la vie adulte

Dès les prémices de la vie cérébrale du fœtus, il y a fort à parier que l'intuition soit là. Il en va de même à notre venue au monde. C'est elle qui permet d'appréhender au

mieux l'environnement plus ou moins méconnu qui nous est proposé. Comme l'instinct, elle est l'un des premiers prismes naturels dont chacun se sert pour commencer à appréhender des choses de la vie.

Au fur et à mesure que nous gagnons en âge et en expérience, nous y sommes moins attentifs. Nous savons qu'elle fait partie de nous.

Nous savons qu'elle est là, mais comme nous apprenons à vivre avec cette faculté, comme, au fil des ans, l'idée de découverte est moins présente, on s'habitue à elle au point de parfois l'oublier et de la mettre entre parenthèses. C'est un peu comme respirer : à moins de prêter attention à notre souffle, aux va-et-vient de notre thorax, nous oublions ce mécanisme naturel.

Contrairement à ce que l'on peut entendre ou lire, l'intuition ne disparaît pas lorsque nous atteignons l'âge de raison et encore moins lorsque nous atteignons la majorité. Tout cela, c'est du mythe, des croyances limitatives.

Quel que soit notre âge, elle est toujours présente, mais comme elle est en nous, et ce, même de façon discrète, comme, dans notre quotidien, nous utilisons bien d'autres sens, bien d'autres manières de raisonner, nous n'en faisons pas cas. C'est très certainement pour cela qu'elle se rappelle à nous de manière imprévue et impromptue. Dans ces moments-là, elle nous dit juste : « Hé, j'existe, je suis là, ÉCOUTE-MOI ! »

Intuition et raison

On entend souvent que l'intuition n'arrive à s'exprimer et à exister que si l'on lâche prise, que si l'on fait le vide en soi et surtout si l'on met la raison de côté. Or, dans les faits, ce n'est pas aussi simple que cela et surtout ce n'est pas vrai.

L'intuition a BESOIN de la raison pour être décryptée et donc être comprise. La réflexion ne nuit donc pas à l'intuition mais elle l'accompagne et elle peut même la structurer ou lui donner forme mais nous ne nous en rendons pas compte.

Si certains scientifiques ne savent pas encore comment fonctionne « ce sens », ils admettent presque tous qu'elle est une réponse issue d'une multitude d'informations (souvenirs, réflexes, acquis, expériences...) en provenance de notre cortex. Pour eux, elle serait une grille de lecture, une analyse, un traitement d'une situation qui se fait en un éclair, en une fraction de millième de seconde.

La raison inclurait indiscutablement l'intuition et l'affect tandis que le rationnel serait tout simplement un déroulement normal d'un processus de logique et d'analyse, l'un ne pouvant aller sans l'autre.

Les choses ne sont donc pas si évidentes car il y a dans le processus de l'émergence de l'intuition toute une opération intellectuelle presque inconsciente qui se fait, comme bon nombre de traitements d'informations cérébrales, à notre insu.

Il est donc un peu facile et réducteur de dire que si l'on veut avoir des intuitions, il faut faire taire le mental, la raison, le sens critique qui, à leur façon, participent aussi aux manifestations intuitives.

Les fausses intuitions

Qu'est-ce que certains entendent par « mauvaises intuitions » ? Ce terme est-il bien employé ? Si par « mauvaises intuitions », on désigne une sensation désagréable qui met en alerte et qui est là pour attirer notre attention sur la possible tournure négative d'une situation ou d'un événement, alors ces deux mots sont très bien employés.

En revanche, si par « mauvaises intuitions », nous désignons des intuitions qui se sont révélées fausses, alors, dans ce cas précis, il y a erreur.

De manière générale, une intuition est toujours juste et, de ce fait, elle trouve un écho positif dans le quotidien. Les intuitions qui se révèlent fausses et erronées ne sont tout simplement pas des intuitions. Il s'agit d'autres choses, comme de la projection d'un désir personnel, d'une envie, d'un souhait, d'une fausse conviction, d'une idée reçue ou d'une critique non fondée, voire d'une obsession...

Dans la pensée collective, pour parvenir à bien écouter son intuition et à faire en sorte qu'elle soit exacte, il faudrait se débarrasser de nos craintes, de nos peurs,

des doutes, autrement dit de toute forme d'expression émotionnelle négative.

Or, cette intelligence intérieure peut aussi utiliser ces émotions et ces alertes comme vecteur et donc comme voix.

Cette envie de faire taire et de museler certaines émotions dites négatives va avec notre époque où certains courants expliquent que seuls les sentiments positifs sont à retenir et à garder.

Penser de cette manière, c'est renier toute une partie de nous-mêmes, c'est s'amputer d'alarmes utiles mais c'est aussi refuser d'accepter les différents états d'âme qui nous traversent. Cela peut d'ailleurs être particulièrement dangereux d'un point de vue psychologique. Bien évidemment, ici, il n'est pas question de parler de névroses, de comportements obsessionnels ou de psychoses, voire d'hypocondrie, qui traduisent tout autre chose.

Les intuitions qui n'en sont pas sont en fait des désirs que l'on prend pour vérités. Il s'agit de parasites, et ce, que l'on en ait conscience ou pas. Il faut donc être vigilant et, ici, faire preuve d'une certaine forme de raison et d'objectivité afin de discerner le vrai du faux.

Il peut aussi arriver que l'on ait une juste intuition sur une personne ou une situation mais que l'on se laisse influencer par les apparences ou manipuler par un interlocuteur, un ami, des proches... Dans ces cas-là, on passe à côté de ses ressentis et on s'en rend souvent compte à nos dépens. D'une certaine manière, comme nous ne suivons pas notre ressenti, notre alerte

L'intuition dans tous ses états

intérieure, nous baissons la garde et cela a souvent des répercussions négatives sur notre vie. C'est pour cela qu'il faut être très vigilant et toujours garder en mémoire les perceptions qui nous traversent. Cela évite d'être déçu et les désillusions.