

# **Cercles de Progrès Toulouse**

**Votre intuition  
renforce votre leadership**

**Expérimentation et entraînement**

**9 juillet 2013**

**Michel GIFFARD**

06 08 17 14 14 / [michel.giffard@gmail.com](mailto:michel.giffard@gmail.com) / [www.michelgiffard.fr](http://www.michelgiffard.fr)

## Sommaire

	Pages
Préambule	3
Introduction	6
L'expérience intuitive, une réalité multiple	7
Comment prendre de meilleures décisions ?	9
Comment développer votre créativité ?	12
La synchronicité	15
Ce que l'intuition n'est pas	16
Notre système de croyance	19
Pour aller plus loin avec l'intuition	22
Conclusion : les étapes du processus intuitif	29

# Préambule

## OBJECTIFS

Au cours de cette journée, les participants ont l'opportunité de :

- partager leur expérimentation personnelle de l'intuition avec leurs pairs et l'intervenant,
- s'entraîner pour la développer et l'utiliser avec fiabilité pour renforcer leur leadership, notamment dans la prise de décision,
- construire leur plan d'action personnel afin d'ancrer les résultats dans la durée.

Les bénéfices pour l'entreprise sont aussi de :

- disposer de responsables opérationnels plus aptes à maîtriser les situations complexes et aléatoires qui nécessitent d'être capable de piloter des équipes et de décider dans l'incertitude,
- permettre à chacun de donner le meilleur de lui-même en contactant d'autres ressources personnelles,
- stimuler l'ouverture d'esprit et la créativité des collaborateurs.

## PROGRAMME

Une action réussie est souvent le résultat d'une alchimie entre l'utilisation de méthodes rationnelles et de l'intuition. En une journée, vous vous entraînez concrètement à expérimenter et à fiabiliser votre intuition afin de développer vos perceptions et de passer du signal faible d'une évolution à la vision globale du changement. Vous pourrez ainsi donner une nouvelle dimension à votre action, prendre un temps d'avance sur vos compétiteurs, **développer votre leadership afin de mieux décider** et de vous concentrer sur vos enjeux essentiels.

Les thèmes suivants pourront être abordés pendant cette journée, à la demande :

- Développer ses perceptions sensorielles et intuitives.
- Reconnaître la nature de son intuition, les facteurs inhibants et favorables.
- Identifier ses processus personnels pour mieux mobiliser ses ressources internes et résoudre ses questions prioritaires.
- Diagnostiquer ses modes d'appréhension de la réalité préférés – les

siens et ceux des autres participants.

- Aller à l'essentiel en faisant l'économie d'une recherche longue et coûteuse.
- Appréhender une situation immédiatement et dans sa globalité.
- Comprendre les ressorts et les enjeux d'une relation, si 80% de la communication est non verbale.
- Travailler sa qualité de présence, d'attention, de réceptivité et d'écoute, et ainsi modifier le niveau de conscience.
- Décider au meilleur moment de son juste positionnement relationnel ou stratégique.
- Transformer les contradictions d'une situation en opportunités et mener une stratégie d'anticipation.
- Mieux discerner les pièges à éviter.

## PEDAGOGIE

- La pédagogie est essentiellement expérientielle, portant à la fois sur des entraînements concrets pour développer et fiabiliser son intuition (relaxation, visualisation, utilisation de supports symboliques) et sur des mises en situation de leadership faisant appel à l'intuition.
- Elle privilégie l'écoute individuelle et la prise en compte des problématiques concrètes et des projets personnels des participants.
- Les apports conceptuels sont présentés par des mises en situation ludiques et participatives pour en faciliter l'appropriation.
- Les outils et techniques proposés sont appliqués par et sur les participants, par des entraînements en situation.
- Un accent particulier est mis sur **la prise de conscience** : conscience de soi et de ses propres mécanismes de fonctionnement, conscience des autres, conscience de son environnement et de l'impact de son comportement sur celui-ci.
- L'utilisation d'outils métaphoriques comme le photo langage et les cartes symboliques facilite la communication avec l'inconscient individuel ainsi qu'avec les inconscients collectifs des différentes cultures avec lesquelles le participant est en relation.
- Chaque participant aura l'opportunité d'élaborer un plan de réussite dans la durée.

## INTERVENANT

Michel GIFFARD, HEC, Professeur affilié HEC Paris, Directeur pédagogique de L'Executive Coaching d'HEC, Directeur de Programmes de formation en leadership, coach de managers et d'équipes, responsable opérationnel en entreprise pendant vingt ans dans différents postes (Directeur financier, DOI, consultant en organisation) dont sept ans en Afrique de l'Ouest, professeur d'organisation du travail au MBA Institute pendant neuf ans.

Principaux ouvrages :

- *Développez votre intuition et celle de votre équipe*, Editions ESF, 1992
- *Coaché !*, Éditions d'Organisation, 2003
- *Votre intuition au service du succès*, Presse du Châtelet, 2009
- *Coaching d'équipe, outils et pratiques*, Armand Colin, 2<sup>ème</sup> édition 2010 (co-auteur : Michel Moral).
- *En couple catholique et franc-maçon, dialogue spirituel*, L'Harmattan, 2013 (co-auteure : Dominique Giffard).

## Introduction

*L'intuition est la connaissance absolue fondée sur l'identité de l'esprit avec l'objet qu'il connaît.*

Plotin

Je ne me pose plus la question de l'origine de l'information qui m'arrive. C'est une perte de temps souvent cause de retards dans les décisions et les actions. Pour piloter ma vie personnelle et professionnelle, pour mener mes interventions en entreprise, que ce soit en management, en coaching individuel ou collectif, en supervision, formation ou conseil, j'écoute ce qui se passe en moi et autour de moi, car les personnes qui m'entourent sont aussi des antennes réceptrices. La source de l'information est multiple, dont l'intuition. **Mais l'intuition fait souvent la différence entre une décision pertinente, et une autre plus problématique.** Dans la perception du moment adéquat pour opérer un changement d'orientation stratégique. D'initier ou de suspendre un partenariat. D'engager une négociation. Ou, plus légèrement, de choisir le meilleur jour pour partir en excursion !

Une action réussie est souvent le résultat d'une alchimie entre l'utilisation de méthodes rationnelles et de l'intuition, notamment dans l'environnement actuel – technologique, économique et culturel – qui accélère la vitesse de l'information et nous oblige à des **prises de décision rapides**. Dans ce contexte, la logique rationnelle utilisée seule n'est plus suffisamment efficace. A peine la décision prise, le contexte a changé et réclame une mise à jour de la décision. Il devient donc urgent de s'ouvrir à l'écoute de son intuition et de ses émotions, d'ouvrir un espace dans le mur de ses certitudes anciennes. Ceci est vrai au quotidien dans la sphère privée, mais également dans le champ professionnel.

Or, l'intelligence intuitive est rarement citée comme compétence à développer ou comme l'un des critères de recrutement en entreprise. Plusieurs enquêtes menées de façon anonyme indiquent qu'une majorité de cadres supérieurs affirment devoir plutôt leur succès à des décisions prises par intuition, et qu'une minorité seulement d'entre eux sont prêts à l'admettre publiquement ! D'ailleurs, chacun de nous emploie spontanément l'intuition dans ses relations quotidiennes ou lors de la prise de décisions importantes : par exemple, comment avez-vous décidé de vivre avec votre conjoint, de rejoindre votre entreprise actuelle ou de choisir ce logement qui vous correspond si bien ? Reconnaître l'intelligence intuitive, la valoriser et l'enseigner devraient être ainsi l'une des priorités d'action de l'Université, des entreprises et des individus.

## L'expérience intuitive, une réalité multiple

*L'expérience est-elle utile et partageable  
ou n'est-elle qu'un peigne pour le chauve ?*

Un chaman

L'intuition est une perception rapide et spontanée d'une information sans l'attention consciente ou le raisonnement. Cette capacité de connaître qui ne recourt pas à la déduction ou à la logique, est aussi l'un des moyens d'accès à l'inconscient individuel et collectif. L'intuition est l'intelligence de la vie, notre talent pour aller au fond des choses et comprendre l'essentiel de ce que nous rencontrons : les événements, les gens, la connaissance, nous-même, le sens de notre vie, ...

L'intuition est d'abord une expérience personnelle, une clarté soudaine, une information surgie on ne sait d'où, une certitude intérieure difficilement communicable. L'intuition obéit davantage au principe de plaisir qu'au principe de réalité, davantage à l'enfant qui est en nous qu'à l'adulte – les petits enfants sont souvent très intuitifs. Par intuition, l'enfant peut trouver les réponses aux questions que l'adulte se pose. Le plaisir de vivre nous permet de construire notre propre réalité !

Approcher la nature de l'intuition et l'expérimenter exigent à la fois de prendre des précautions méthodologiques et sémantiques pour définir l'objet étudié, ce qu'elle est et surtout ce qu'elle n'est pas : le mental, la logique, la projection, la peur, le désir, ...

Le terme d'intuition vient du latin *in tueri* qui signifie regarder à l'intérieur de soi, et de *intuitio*, image réfléchi par un miroir. L'intuition, forme de connaissance immédiate, claire et directe, opère indépendamment du mental et de l'expérience. Cette première impression qui est souvent la bonne, le bon feeling, est une ressource à la disposition de beaucoup de personnes dans de nombreuses circonstances. Ces personnes utilisent consciemment l'intuition pour agrémenter leur vie et mieux vivre au quotidien leurs relations affectives, leur vie professionnelle, leur créativité – artistique ou pas –, et pour guider leur recherche spirituelle. Il s'agit bien du feeling, du flair ou du sixième sens qui permet de sentir et de deviner les choses : on parle d'artistes, de managers ou de leaders inspirés. Les Grecs associaient le discernement intuitif au nez – avoir du flair – alors que les Chinois le rattachaient plus volontiers à l'œil – que vois-tu ? Par exemple, le kairós est un concept grec signifiant le moment propice, avoir la perception du bon moment pour agir, ou pour ne rien faire. L'intuition opérationnelle existe

aussi dans le fait d'atteindre une solution ou d'obtenir un résultat en utilisant moins d'informations et de moyens qu'il n'est habituellement nécessaire.

L'intuition développe une sorte de sympathie avec l'objet de connaissance, la sensation d'être en osmose ou de s'identifier à ce dont on fait intuitivement l'expérience. Là où l'esprit analytique se dissocie de l'objet étudié et sépare cet objet en plusieurs parties, l'esprit intuitif ne distingue plus entre soi et l'autre, entre le sujet qui perçoit et l'objet approché. C'est la force du feeling et aussi sa faiblesse par rapport au système de pensée dominant car l'intuition s'appuie sur une perception fugitive qui ne s'explique pas rationnellement. L'intuition nous paraît étrange. D'où viennent nos perceptions de ce qui se passe, de ce qui va se passer et de ce qu'il convient de faire ? D'ailleurs, la science a beaucoup de difficultés à investir un domaine aussi subjectif avec si peu de repères concrets. Il existe encore peu de recherches scientifiques sur l'expérience intuitive. L'étude la plus complète a été menée par Claire Petitmengin, titulaire notamment d'un Doctorat en Sciences Cognitives (L'Harmattan, 2001). Elle met en évidence une succession d'états et de mouvements intérieurs qui présentent une régularité frappante d'une expérience à l'autre et d'un sujet à l'autre, pouvant laisser apparaître une structure générique de l'expérience intuitive. Elle nous rappelle opportunément que la culture occidentale s'est coupée de ses origines en se coupant de l'intuition et que la compréhension du mode intuitif de la connaissance constitue un enjeu considérable pour les sciences cognitives.

## Comment prendre de meilleures décisions ?

*Je suis libre quand je n'ai pas le choix.  
Un chaman*

Nous sommes le résultat de nos décisions passées. Si nous améliorons notre capacité à décider, notre vie devrait – logiquement ! – s'améliorer. Il s'agit donc bien d'une question essentielle. La prise de décision est certainement le domaine dans lequel nous exerçons spontanément le mieux notre intuition. Combien d'entre nous ont changé d'emploi, choisi leur logement, se sont mariés, opté pour une pratique spirituelle ou bien choisi le lieu de leurs dernières vacances sur un coup de cœur, en utilisant peu leur pensée rationnelle ou en disposant de très peu d'informations ? Un coup de cœur davantage alimenté par nos ressentis, nos convictions et nos intuitions que par l'analyse rationnelle et approfondie de l'environnement ou par la balance avantages / inconvénients des conséquences de cette décision. Nous avons en fait décidé sans savoir rationnellement où nous allions parce qu'au fond de nous-même nous étions certains de faire le bon choix : cette décision s'imposait à nous comme la seule possible, voire comme la seule « raisonnable ».

Décider, c'est exercer sa liberté. Parler de décision, c'est postuler la liberté du décideur. Quand nous croyons décider, nous avons – sans le savoir – déjà décidé l'essentiel : nous situer dans un système de croyance. Par exemple, la vision dominante actuelle du leadership voudrait que le dirigeant prenne ses décisions en fonction d'une analyse de la réalité et de l'information objective dont il dispose. Il apparaît au contraire que le responsable considère d'abord son environnement sur la base de ses convictions préalables : la décision n'est donc pas fonction de l'information disponible. La compétence majeure à acquérir n'est pas la faculté d'analyse mais bien l'acceptation de l'incertitude et l'aptitude à ne pas la craindre. Nous ne pouvons pas anticiper les événements que nous n'arrivons pas à imaginer. C'est donc l'imagination et non l'information qui est première et essentielle dans les décisions humaines. Imaginer, c'est se créer des ensembles de possibles, d'impossibles et de non impossibles<sup>1</sup>. Notre décision consiste d'abord à remettre en cause ces trois ensembles, notamment en travaillant sur notre système de croyance, c'est-à-dire la manière – pas toujours consciente – dont nous construisons notre réalité et notre vision du monde, dont nous analysons et rêvons à l'intérieur de nos possibles et impossibles. Nous décidons à l'intérieur du

---

<sup>1</sup> Un possible est un événement qui peut ou non se produire. Un impossible est un événement qui ne peut pas se produire car il est unimaginable (Ex. le 11 septembre 2001 à New York). Un non impossible est un événement tenu pour certain, inévitable ou obligatoire, qui ne peut pas ne pas se produire. Voir les travaux d'André Solé : Créateurs de mondes, nos possibles, nos impossibles, Editions du Rocher, 2000.

monde que nous nous sommes construit, où nous sommes enfermé. Nos possibles et impossibles ne sont ni rationnels ni intuitifs. Ils sont existentiels. Etant nos évidences, ils sont notre point aveugle. Etre responsable, c'est assumer nos possibles et nos impossibles, donc la part de nous-même que – le plus souvent – nous ne voyons pas et que nous ne maîtrisons pas.

Dans cette optique, l'intuition joue un rôle majeur dans la prise de décision :

- Nous venons de voir que votre intuition vous guide déjà souvent dans les moments importants de votre vie, en excluant le cas de « fausse » intuition issue de vos émotions ou de vos fantasmes. Pour progresser, il vous appartient de continuer à remettre en cause vos croyances afin d'éclairer vos zones d'ombres. Vous aurez ainsi davantage confiance en vous et gagnerez en efficacité, confort et temps. Pour changer de perspective, un travail personnel – voire une thérapie – est souvent une excellente solution durable.
- Vous allez également améliorer votre processus pour prendre vos décisions quotidiennes de moindre ampleur – à quelle heure fixer ce rendez-vous ? quelle est ma priorité d'action, mon gros caillou<sup>2</sup> du jour ? que répondre à cette lettre ? – en utilisant mieux votre fonctionnement intuitif spontané. En appliquant le processus décrit au 2<sup>ème</sup> temps de la méthode vous pourrez avoir l'impression d'être relié à volonté à votre intuition, comme si vous aviez un ami ou un coach toujours disponible pour vous accompagner et éclairer vos décisions, grandes et petites. Le risque dans ce cas serait qu'un sentiment de plénitude ou une jubilation intérieure altère la qualité de votre intuition. Le plus difficile n'est pas d'avoir une intuition mais de la valider. Avant de prendre une décision il est recommandé de prendre du recul et de s'accorder une pause afin d'être davantage lucide. Si vous vous dites « je le sens bien », assurez-vous que ce n'est pas un prétexte pour cesser de réfléchir ou vous débarrasser d'un problème.
- La mondialisation et l'accélération de la circulation de l'information introduisent davantage d'inconnues dans les composantes de la décision. Il y a quelques décennies une personne pouvait prendre plusieurs semaines pour décider. Aujourd'hui, vous ne disposez souvent que de quelques jours – voire quelques heures – ce qui favorise l'appel à votre intelligence intuitive afin d'apporter la réponse pertinente dans le temps imparti. Les managers agissent en fonction de leur intuition, au moins en partie. Bien peu le reconnaissent. Les recruteurs également : ils ont souvent une idée sur un candidat une minute après lui avoir serré la main. La suite de l'entretien ne sert qu'à

---

<sup>2</sup> La tâche essentielle et l'action importante à fort enjeu.

confirmer cette première impression qui – comme le dit l’adage – est souvent la bonne.

- Auparavant, l’intuition était nécessaire afin de pallier l’insuffisance des informations. Aujourd’hui elle est indispensable pour trouver rapidement l’information utile dans la surabondance, notamment sur l’Internet. Par exemple, l’information pour choisir un prestataire y est abondante – magasin, restaurant, garagiste, voyageur, sous-traitant. Mais comment savoir où chercher ? Et devant cette surinformation, comment choisir celui qui correspond à votre besoin et à vos règles éthiques ? Comment organiser la cohérence d’une information foisonnante dans un environnement complexe ? Recourir à votre intuition est bien une réponse pertinente.
- En séminaire, la question principale posée par les participants concerne souvent une décision importante à prendre – ou « quel est le sens de ma vie ? », ce qui revient au même. Chacun peut alors se rendre compte que la décision est déjà prise et que la vraie question concerne surtout leur manque de confiance en leurs possibilités de mise en œuvre ou la crainte de la réaction de leur entourage immédiat. Partageons quelques réflexions de participants saisies au vol : « Un jour la solution s’est imposée d’elle-même. Sur le coup, c’est l’intuition qui parle et la confiance en soi ». « C’est en montant dans le train pour aller signer le contrat que j’ai senti que je ne devais pas le faire. Pourtant, tout collait. L’idée de renoncer m’a procuré une telle sensation de bien-être que j’ai su que c’était le bon choix. La suite des événements m’a donné raison ». « Pas besoin d’étude de marché. J’ai senti que mon projet tenait la route ».

\*

*Faites la liste des décisions importantes qui ont déterminé votre vie : le choix de votre métier, de votre conjoint, de vos amis, du lieu où vous vivez, de vos loisirs et de vos passions, de votre recherche spirituelle (ou de son absence). Comment avez-vous pris votre décision ? Etes-vous satisfait de l’option choisie ? Quelles conclusions retenez-vous pour vos futures décisions ? Pour vérifier ce que vous inspirent vraiment vos décisions, prenez-en une et rédigez-là sur un papier. Par exemple, si vous n’êtes pas certain de vouloir vous engager dans une relation amoureuse – ou de rompre – écrivez une lettre d’amour – ou de rupture. Si vous n’êtes pas persuadé de vouloir quitter votre emploi, faites comme si vous y étiez fermement résolu et rédigez votre lettre de démission. A présent, que ressentez-vous ? Souhaitez-vous vraiment envoyer cette lettre ou une petite voix vous souffle-t-elle de n’en rien faire ? S’agit-il de votre intuition ou d’une crainte du changement ?*

## Comment développer votre créativité ?

*La difficulté n'est pas d'avoir des idées  
mais de ne pas marcher dessus en se réveillant.*

Beethoven

La créativité est l'application concrète de l'intuition la plus visible. Celle-ci vous permet, en sécurité, d'aller pêcher des idées nouvelles dans des eaux inconnues. Le processus créatif s'apparente à de l'exploration : vous partez en voyage, sans savoir à l'avance ce que vous allez découvrir – ni même si vous allez découvrir quelque chose ! – et sans connaître le chemin. La réussite d'une exploration repose souvent sur une excellente préparation, sur l'utilisation de matériel adapté au terrain et sur les qualités des explorateurs – curiosité, ouverture, générosité et également persévérance. En 1865, le chimiste allemand August Kekulé a eu en rêve la vision de la structure hexagonale de la molécule de benzène, un sujet sur lequel il planchait depuis des années...

Vos aptitudes créatives sont sollicitées en permanence dans la vie quotidienne pour résoudre des problèmes, répondre à des questions qui dépassent la simple reproduction des structures existantes, affronter des défis, améliorer votre qualité de vie ou élargir votre horizon. Il vous arrive parfois de vous limiter quand vous vous attendez à ce que toute création s'explique rationnellement alors qu'il ne s'agit souvent que d'un raisonnement a posteriori. En fait, l'acte de créer utilise à la fois la pensée rationnelle et la pensée intuitive, cette dernière autorisant le « créateur » à changer de niveau de référence afin de trouver des solutions nouvelles répondant à la question posée : beaucoup de grandes découvertes ont été réalisées par hasard, par accident ou par erreur. L'intuition permet d'enrichir le processus créatif en ajoutant des dimensions, des interprétations ou des applications qui n'étaient pas prévues au départ. Un esprit surchargé ne pouvant pas être intuitif, pour créer dégagez donc votre esprit. L'intuition laisse alors s'exprimer votre foisonnement intérieur pour faire apparaître le paysage dans lequel vous avancez sans carte et sans boussole pour trouver une chose que vous ignorez encore. En développant votre intuition, vous aurez un jour la sensation de créer chaque instant de votre vie, d'en être à la fois l'auteur et l'acteur.

Vous développez votre créativité intuitive en vous intéressant à des sujets sans rapport apparent avec votre activité quotidienne car votre cerveau fait des liens inattendus entre eux. Soyez donc curieux. L'utilisation de la **carte mentale** – ou mind mapping – permet de structurer vos idées abondantes : écrivez le titre de votre recherche ou l'idée de départ au centre d'une grande feuille de papier, écrivez les mots qui vous passent par la tête et reliez entre eux ceux qui font sens, laissez-vous divaguer sans vous censurer, passez du

coq à l'âne sans ordonner vos idées, et repartez du résultat provisoire obtenu – une fleur avec des pétales, un arbre avec des branches – pour une seconde cartographie jusqu'à remplir la feuille.

Votre créativité intuitive se renforce également lorsque vous êtes attentif à ce qui se passe autour de vous. Lors de mes débuts comme consultant, un parfumeur m'a confié la recherche d'un nom pour l'un de ses nouveaux parfums destiné à l'export. J'organise donc une réunion avec mon client, le directeur de création et le directeur marketing. Après trois heures de travail, aucune piste pertinente n'est encore apparue et je vois le découragement se répandre dans l'assistance. Je décide alors une pause et je ne bouge pas afin d'observer le groupe. La conversation se recentre sur l'entreprise et son fonctionnement, le ton monte ainsi que la passion des échanges. Une expression revient régulièrement : « pourquoi pas ? ». Après quelques instants, je la prononce plusieurs fois en regardant chacun : « pourquoi pas ? ». Mon client est le premier à réagir et à s'en emparer. Ce nom fut bien retenu pour ce produit qui rencontra un succès honorable. Mon contrat était rempli grâce à mon écoute intuitive.

Intégrer la dimension intuitive de la créativité est donc l'art d'entrer en résonance avec l'air du temps et de trouver des possibles dans ce qui nous paraît impossible. En effet, il n'est plus suffisant d'agir comme auparavant : d'une part, l'évolution technologique est plus rapide que l'évolution psychique et spirituelle et d'autre part, l'Histoire progresse par rupture soudaine – comme un tremblement de terre – sans que nous ayons pu déceler les signes annonciateurs et que nous possédions les modèles de référence pour interpréter la nouvelle situation. Écoutons les participants au séminaire de développement de l'intuition : « En avion, détendu, je discute avec mon voisin. Au détour d'une phrase, il parle de plate-forme. Je venais de trouver ma prochaine activité, une plate-forme informatique. J'en ai eu des palpitations pendant plusieurs minutes. » « Je me suis levé à deux heures du matin avec l'illustration que je cherchais pour ma campagne de publicité. » « Dès que j'ai une intuition je note les mots-clés qui la résument ». Le processus créatif associé à la pensée intuitive comporte donc trois dimensions :

- le défi : notamment celui de l'apprentissage qui consiste à ouvrir votre champ de perception par le questionnement et la mise à jour de vos compétences conscientes et de vos incompétences inconscientes, afin de vous approprier les enjeux et les différentes facettes de la problématique,
- l'idée : générer des idées de solutions puis choisir les plus pertinentes ainsi que les nouvelles compétences,

- l'action : anticiper sur la mise en œuvre de l'idée, transposer au quotidien et vous projeter dans le réel afin d'agir différemment et de permettre ainsi un changement.

La créativité dans l'entreprise est souvent limitée par un double malentendu : soit elle évoque les clips percutants imaginés par les créatifs des agences de publicité – et la créativité nous apparaît alors réservée aux spécialistes et hors de portée de nos modestes talents –, soit la créativité signifie des séances de remue-méninges organisées dans des pièces sans fenêtre, éclairées par des lumières blafardes dans une ambiance de stress car les conclusions doivent être présentées au patron le lendemain matin, en utilisant uniquement les fonctions analytiques du cerveau gauche et quelques associations intellectuelles ! La créativité se limite souvent à reproduire ce qui existe déjà si le droit à l'expérimentation et à la prise de risques ne sont pas reconnus, si le style de management ne favorise pas l'engagement et la coopération et si le rêve et l'imagination sont perçus comme des pertes de temps. Comment donc avoir une pensée originale et pertinente dans le conformisme ambiant, trouver des repères dans un monde en mutation ou faire face à des problèmes en émergence avec les outils du passé et sans faire appel à l'intuition ? Et si la vraie nouveauté était ce qui ne vieillit pas malgré le temps ?

\*

*Dès aujourd'hui, offrez-vous le plaisir de la création en laissant votre intuition trouver les sujets d'application et les solutions créatives :*

- *quand votre patron, votre conjoint ou votre enfant vous pose une question dont vous avez déjà la réponse, ne répondez pas de suite. Interrogez votre intuition et cherchez une autre réponse ou enrichissez la première : vous allez surprendre vos interlocuteurs et vous aussi sans doute par la richesse et la pertinence de vos réponses !*
- *vous allez maintenant réaliser quelque chose de concret : bricoler, peindre, jouer de la musique, cuisiner ou jardiner. L'important est de produire un résultat qui puisse être constaté par les cinq sens. Ne déterminez pas volontairement ce que vous allez réaliser, confiez ce soin à votre intuition. En cours de réalisation, envisagez d'autres solutions, ne vous contentez pas du premier résultat et demandez à votre intuition de vous offrir un « chef-d'œuvre » !*
- *plus légèrement, commencez la journée en prenant un petit-déjeuner créatif : ouvrez le réfrigérateur, laissez votre main choisir sans vous limiter, regardez dans la cuisine ce qui pourrait vous plaire, allez dans la salle à manger pour chercher des fruits et créez votre petit-déjeuner de fête !*
- *à vous maintenant de créer votre vie en faisant confiance à votre intuition !*

## La synchronicité

*Les événements sont notre visage.  
Ce qui advient, c'est ce que nous sommes.*

Jean Guilton

La **synchronicité** est un terme qui émane des recherches de psychologues et de scientifiques. Elle se définit comme le surgissement signifiant d'un événement physique en analogie et simultanéité avec un événement psychique. C'est une concordance dans le temps de deux ou plusieurs événements sans relation causale et ayant le même contenu significatif. Ce phénomène indique que l'esprit et la matière sont alignés<sup>3</sup> dans un ordre qui n'a rien à voir avec une conception du monde causale et déterministe. Ce serait l'une des clés de cette mystérieuse faculté conscientielle que constitue l'intuition.

L'histoire de la synchronicité débute avec l'épisode célèbre du scarabée doré venant frapper à la fenêtre du psychiatre Jung au moment précis où sa patiente lui racontait son rêve de la nuit précédente... d'un scarabée d'or. En 1952, Jung définit la synchronicité comme l'occurrence simultanée d'événements liés par le sens et non par la cause. Les événements qui se produisent à l'extérieur de nous ne sont donc, dans une certaine mesure, que l'écho et le reflet visible de notre état intérieur, psychologique et spirituel. Ce qui est dedans est comme ce qui est dehors ! Ce qui m'arrive me ressemble<sup>4</sup>. Par exemple, quand je me blesse corporellement par accident, la synchronicité m'indique l'état instantané de ma vie intérieure. Si je me tords la cheville en posant le pied, c'est que ma rectitude intérieure est insuffisante ou que mes fondements, ma relation à la terre ne sont pas clairs à cet instant. Si je me fais renverser en traversant la rue ou si j'ai un accident de voiture, étais-je suffisamment centré, attentif à l'instant présent, ici et maintenant ? Si je suis ruiné, où en suis-je de ma relation à l'argent, de ma vigilance, de mon intuition dans le choix de mes associés ? A l'extrême, et ce point peut être choquant, si je prends un avion qui s'écrase au sol, comment peut-on me déposséder de ma responsabilité personnelle ? D'autres personnes ont bien raté cet avion ou changé de vol au dernier moment ! A l'inverse, si je ne suis pas ambivalent, si mon engagement est clair, il est probable que je favorise alors les événements et les rencontres bénéfiques. Plus légèrement, quand lors des fêtes de fin d'année, je choisis au hasard un papier dans une corbeille de vœux, la phrase qu'il contient a un écho significatif pour moi, pour l'orientation de mes réflexions et de mes actions personnelles.

Avec la synchronicité le déterminisme a vécu : chacun trouve son chemin en marchant et ce chemin se construit en fonction de ce qu'il est au moment où il avance son pied. Les synchronicités font irruption dans sa vie et le poussent à se diriger intuitivement vers des voies porteuses de sens pour lui.

---

<sup>3</sup> Les précurseurs des recherches sur la synchronicité sont **Pythagore** – « Il n'y a qu'une âme, qu'une intelligence et qu'une matière commune, même si elles se distribuent sur une infinité de corps distincts » –, **Leibniz** reprenant à son compte ce concept de monade – substance simple et indivisible constituant les êtres, chacune exprimant la totalité de l'univers, en concordance avec toutes les autres –, et **Schopenhauer** proposant la progression du monde comme une coïncidence entre l'immanence et la transcendance.

<sup>4</sup> Pour **Jean Guilton** (« Mon testament philosophique », Presses de la Renaissance, 1997) : « Les événements sont notre visage. Ce qui advient, c'est ce que nous sommes. Entre l'événement et moi, entre l'autre et moi, il y a le troisième terme, la relation. Je ne peux pas changer l'événement passé et je ne peux pas changer l'autre, tel qu'il est à un moment donné. Je ne peux que commencer à me changer moi-même, et ainsi changer la relation, la façon dont je la vis, et peut-être ainsi faciliter les changements extérieurs. ».

## Ce que l'intuition n'est pas

*Qui connaît la source à laquelle  
nos intuitions vont boire ?*

L'intuition est une **tautologie** : elle est vraie et juste par définition. Si l'information qui me vient soi-disant par intuition se révèle fautive après vérification rationnelle, cette information n'était en fait pas une intuition mais une illusion, un désir pris pour la réalité, une peur qu'un événement se produise, une injonction de la société ou bien une projection psychologique.

Comment qualifier d'intuition l'information qui nous parvient ? A partir d'une situation vécue, il s'agit d'apprendre à faire le tri entre le message intuitif et ce qui ne l'est pas. Par exemple, en recrutement, bien ressentir un candidat et le recruter n'est pas forcément une intuition. Il peut simplement nous ressembler, nous parlerons alors de clonage managérial.

### **L'intuition n'est pas une projection psychologique**

La projection psychologique est l'attribution aux autres, de manière inconsciente, de sa propre vision du monde. La projection est le mécanisme de l'imaginaire qui permet le contact et la compréhension d'autrui. C'est la projection qui alimente la création artistique de l'écrivain qui s'identifie à son œuvre ou à son héros. La projection permet de bien percevoir l'interaction entre l'univers intérieur et l'univers extérieur. Pour soi, l'extérieur n'a pas de réalité, tout vient de ce que l'on est. Quand je rencontre l'histoire de l'autre, elle lui appartient, mais ce qui me fait réagir dans son histoire, c'est uniquement ce qui me concerne. Les qualités que nous attribuons aux autres nous concernent donc. Dans une moindre mesure, il en est de même pour les défauts.

La passion amoureuse peut être une intuition sublime, mais également une projection : ce que j'aime en l'autre est souvent ce que j'aime en moi ou son opposé. Si je rencontre quelqu'un dans une réunion et que cette personne me déplaît, je peux me dire « mon intuition me conseille de me méfier de cette personne », alors qu'il ne s'agit en fait que d'une projection de mes sentiments négatifs sur elle. Si je me lève un matin avec une mauvaise impression quant à la journée à venir, je peux me dire « mon intuition m'annonce que la journée va être mauvaise ». Le soir arrive et j'ai passé des moments excellents, d'ailleurs un peu gâchés par mon impression du matin. Mon intuition supposée n'était en fait que l'expression d'un malaise intérieur, d'une angoisse ou d'une peur.

### **L'intuition n'est pas une capacité logique et rationnelle poussée à l'extrême**

La capacité à intégrer rapidement des éléments dispersés, à calculer, raisonner et comprendre très rapidement, cette capacité n'est pas de l'intuition mais le résultat de l'excellence des fonctions logiques et rationnelles. Quand un joueur d'échecs anticipe les coups de son adversaire et apporte ses réponses, il utilise à la fois son expérience et la logique du jeu qu'il a développée. L'intuition peut intervenir dans un jeu d'échecs, mais elle se manifestera autrement, par exemple sous la forme d'une image globale de ce qui va se passer, d'un coup génial et surprenant – capable de surprendre également son auteur – et se traduira souvent chez le joueur qui vient de recevoir cette intuition, par une émotion, une sensation de chaleur ou des yeux particulièrement brillants.

### **L'intuition n'est pas liée à l'expérience**

Nous sollicitons sans doute davantage notre intuition ou nous y sommes plus attentifs dans les domaines que nous connaissons ou que nous maîtrisons le mieux, d'où l'illusion d'associer intuition et expérience.

L'intuition est la porte ouverte sur notre inconscient et l'inconscient ne trie pas entre les domaines de la vie. L'intuition est implicite : elle s'alimente de l'expérience comme de la non expérience. Elle vient d'une sensibilité à l'environnement, d'une résonance aux informations existantes, quel que soit le domaine concerné.

Pratiquer l'approche intuitive sur un domaine mal connu nécessite de l'entraînement et des précautions pour concrétiser, étayer et valider les résultats obtenus. Par exemple, l'expérience météorologique du paysan n'est souvent valable que sur les terres où il vit habituellement, grâce à l'observation des situations répétitives. Dans une autre contrée, il lui faudra trouver de nouveaux repères avant de réaliser à nouveau des prévisions fiables. Ses informations ne sont donc pas des intuitions. L'intuition ne serait pas liée au passé, donc à l'expérience, mais plutôt créatrice de l'avenir.

### **L'intuition n'est pas l'imagination**

L'imagination est la faculté de créer en combinant des idées, en formant des images mentales. L'imagination se nourrit souvent du psychisme et des fantasmes : une porte qui grince peut me faire penser à un voleur, un cheval au galop au prince charmant. L'intuition peut se manifester également par des images mais elle n'est pas une fonction mentale consciente et vient du plus profond de soi. L'intuition peut alimenter un processus faisant appel à l'imagination : il est possible que certains auteurs de science-fiction aient

l'intuition de l'existence des événements et des personnages décrits et que les romans ou les films ne soient pas simplement le résultat de leurs facultés imaginatives. Une personne peut également être imaginative sans être intuitive.

### **L'intuition n'est pas la créativité et l'innovation**

L'intuition enrichit et fiabilise la créativité et l'innovation. L'intuition facilite la pensée créative en ouvrant de nouvelles pistes de recherche, notamment dans le domaine de l'invisible. Les techniques créatives efficaces font appel en alternance à la pensée rationnelle et à la pensée intuitive, même s'il est encore très dommage que certains groupes de créativité ne fassent appel qu'à la seule logique des participants, au cours de séances appelées indûment brainstorming !

La créativité de l'artiste ou du chef d'entreprise est l'une des applications concrètes de l'intuition.

### **L'intuition n'est pas la transmission de pensée**

En chemin vers mon domicile, il m'est arrivé plusieurs fois en voiture de penser subitement et fortement à des amis que je n'avais pas rencontrés depuis longtemps : à mon arrivée chez moi, ils m'attendaient. Il est aussi assez fréquent qu'au moment où je vais téléphoner à une personne avec laquelle je suis en harmonie, le téléphone sonne et que j'entende sa voix. La transmission de pensée existe entre deux personnes proches et en harmonie à un instant donné. Mais l'intuition n'est pas de la télépathie, même si être attentif aux phénomènes de transmission de pensée et s'entraîner à les développer est un excellent moyen de fiabiliser sa propre intuition et de faire évoluer positivement son système de croyance.

## Notre système de croyance

*Tu ne vois pas le monde tel qu'il est  
mais tel que tu es.*

Le Talmud

Notre expérience intuitive n'est pas complète si nous n'avons pas pris conscience d'une illusion majeure qui nous sépare de la réalité : notre système de croyance. Ce que nous appelons la réalité n'est souvent que le résultat de nos perceptions passant au travers des filtres et des grilles de lecture de notre système de croyances. Nos perceptions sont limitées par des contraintes physiologiques. Pourtant la réalité ne s'arrête pas là où nous cessons de la percevoir. Par exemple, l'homme ne perçoit qu'une partie des spectres visibles et audibles, excluant les rayons X, les ultra sons, les ondes radio qui traversent pourtant notre corps. Nous ne faisons pas de différence entre certains goûts ou parfums détectés par l'oenologue et le parfumeur. Nos croyances, c'est-à-dire l'ensemble des éléments – concepts, opinions, interprétations, convictions, références, possibilités,... – que nous croyons vrais à un moment donné, limitent notre capacité à accepter et interpréter les données fournies par nos perceptions.

Ce qui différencie la vision du monde entre deux personnes, c'est essentiellement leurs systèmes de croyance respectifs et les limites qu'ils leur imposent. La communication est facilitée quand les systèmes de croyance sont analogues, par exemple à l'intérieur de cultures ethniques, religieuses ou d'entreprise. Elles sont aussi l'un des principaux obstacles à la communication quand les systèmes de croyance sont trop différents et que les interlocuteurs n'ont pas pris conscience de leur existence. Une croyance dénonce comme croyance tout élément non conforme à cette croyance ! Il ne suffit pas de se cacher la tête sous terre pour ne plus être vu (paradoxe de l'autruche). Il est inutile de chercher ses lunettes sous la lumière du réverbère si nous les avons perdues plus loin dans l'ombre (paradoxe du réverbère). Notre expérience de l'intuition dépend ainsi d'abord de nos croyances préalables sur l'intuition.

Si nous croyons que l'intuition n'existe pas ou bien qu'elle est réservée aux autres, nous allons tout aussi naturellement ne pas être attentifs à notre intuition, mémoriser les situations où notre feeling aura été mis en défaut et fréquenter des personnes à dominante logique et rationnelle.

Si nous croyons être intuitif, nous allons naturellement expérimenter des situations qui nous donnent l'opportunité de développer notre intuition, nous allons être intéressés par les histoires d'intuition et par les personnes intuitives.

## **Application au « Coaching de la France<sup>5</sup> ».**

Selon la méthodologie du coaching, la France – considérée comme un être collectif – peut être coachée si elle rencontre un ensemble de problématiques à résoudre ayant un fort impact et s’il existe une demande vis-à-vis d’un coach qui accepte la mission. La réussite du coaching de la France dépend donc de l’existence d’enjeux suffisants et de désirs réciproques de cheminer ensemble avec un coach ou plutôt une équipe de coaches.

**Les enjeux sont en effet considérables.** Les évaluer et commencer à réaliser les changements nécessaires impliquent une appropriation collective de la démarche de coaching et des questions pertinentes à se poser, passant par une prise de conscience de nos différents systèmes de croyance qui nous empêchent de décider librement de notre avenir, dont le système économique, médiatique et politique néolibéral dans lequel baigne la France en ce début de 21<sup>ème</sup> siècle. Elevé au niveau d’un dogme non contestable, celui-ci organise la marchandisation du monde qui risque d’aboutir à la destruction de la planète et de l’homme en nous laissant croire que c’est le meilleur et le seul système possible. Cette tendance à voir le monde de façon utilitariste, à l’évaluer en termes de rentabilité et à considérer ses congénères selon son intérêt personnel découle d’un mode de développement cognitif propre aux primates où règne la loi du plus fort. Quand le principal but de l’entreprise est de créer de la valeur pour l’actionnaire, quand les fonds de pensions exigent une rémunération du capital déconnectée de la réalité économique, la principale variable d’ajustement devient la place de l’homme dans l’organisation, engendrant souffrance au travail et stress, insécurité sociale et précarité de l’emploi. Cette perte du lien social provoque ainsi de l’angoisse face à l’avenir et laisse l’individu livré à lui-même. L’être humain se retrouve alors instrumentalisé, ce qui accentue fortement les inégalités entre les plus favorisés et les plus démunis et contribue à l’augmentation exponentielle des maladies professionnelles. Pendant ce temps, les médias, souvent détenus par les marchands d’armes, offrent toujours davantage de temps de cerveau humain disponible, notamment aux vendeurs de produits favorisant l’obésité.

Nous sommes donc collectivement devant un choix de société. Soit nous acceptons le cynisme du darwinisme social et nous devons d’urgence ériger des murs d’enceinte pour nous protéger des exclus du système, comme cela est déjà en cours en France avec la construction de résidences sécurisées ou « ghettoisées », selon le point de vue. Soit nous réussissons à mettre le plus faible au centre de nos préoccupations – en s’inspirant par exemple de la règle de Saint Benoît – en donnant priorité à la solidarité et non à l’individualisme, en prenant conscience que la solidarité est un investissement et non une charge. Pour construire notre avenir, il devient

---

<sup>5</sup> « Peut-on coacher la France », Patrick Dugois, L’Harmattan, 2011.

alors urgent d'inventer une approche efficace pour réconcilier l'humain et l'économie, de considérer l'Être humain non seulement comme la ressource mais également comme la finalité. Ce choix renforce également la pérennité du système France car nous constatons une corrélation positive entre la performance économique et la puissance du lien social.

Contrairement à une possible lecture partisane de ce qui précède, il ne s'agit pas cette fois de rechercher des boucs émissaires (dirigeants, banquiers, politiques, élites ou autres 35 heures) ni d'attendre la venue d'hommes ou de femmes providentiels. Nous ne représentons que 1% de la population mondiale mais notre influence pourrait être supérieure si nous arrêtons de gâcher nos chances pour nous concentrer sur notre principale valeur ajoutée : notre capacité à penser le changement, à trouver du sens au vivre ensemble et à redonner de l'espoir. Notre code génétique – Liberté, Égalité, Fraternité – et notre tradition universaliste, qui préserve l'égalité des droits dans le respect de la diversité culturelle, nous l'autorisent. Dans le cadre d'un contrat de changement pérenne, nous pourrions alors :

- insuffler davantage de conscience de ce qui se passe, par exemple en pratiquant la réconciliation entre les différentes parties de la France,
- renforcer la responsabilité individuelle et collective des conséquences de nos décisions,
- être davantage à l'aise avec la complexité et la rapidité de l'évolution,
- intégrer l'ensemble des données disparates en un tout cohérent et vivant – la culture France –, libérer les énergies et non plus flatter les peurs,
- préciser ce que nous souhaitons collectivement – et ce que nous ne souhaitons pas – afin d'imaginer notre avenir désirable,
- inventer les outils pour lire notre réalité – La France en relation avec le monde –, car les outils d'il y a dix ans ne sont plus adaptés, nous décrivant un monde qui n'existe plus,
- et enfin, mieux contribuer au bonheur de l'humanité en utilisant des indicateurs qui dépassent la seule dimension économique.

## Pour aller plus loin avec l'intuition

*Je ne vois pas pourquoi les hommes qui croient  
aux électrons se considèrent moins crédules  
que les hommes qui croient aux anges.*  
George Bernard SHAW

A titre personnel, j'ai réussi à aller plus loin avec l'intuition en recherchant des travaux mathématiques et scientifiques traitant de l'intelligence intuitive et des phénomènes qui s'y rattachent. Douglas Hofstadter (1985) – dans un ouvrage de neuf cents pages – met en parallèle l'œuvre de trois génies : le mathématicien Gödel, le dessinateur Escher et le compositeur Bach. Sa lecture a été pour moi une sorte de révélation qui m'a ouvert le champ des possibles conceptuels et donné les premiers repères sur les phénomènes de résonance. La lecture des travaux de Rupert Sheldrake<sup>6</sup>, puis sa rencontre lors d'un colloque – Le corps énergétique de l'homme – en 1990 m'ont donné les hypothèses scientifiques accréditant l'existence de l'intuition et les grilles de lecture permettant de comprendre son fonctionnement. J'ai ainsi réussi à mieux accepter mon intuition quand elle se manifeste, à être davantage attentif à ce qui se passe, à créer un séminaire pour entraîner mes clients au développement de leur propre intuition et à écrire un premier livre en 1991<sup>7</sup> afin de concrétiser mes recherches et mes réflexions. Cette recherche a répondu à mon souci d'exigence et de précision, à mon désir – plus ou moins conscient – de rationaliser la compréhension de l'intuition et d'y apporter de la cohérence. Ce chapitre vous présente ces résultats tangibles – même si les plus récents sont encore à l'état d'hypothèses scientifiques – confirmés depuis par plusieurs équipes de recherche de différents pays. Ils sont destinés à alimenter votre désir d'approfondir, de partager et de retirer au quotidien le meilleur profit de votre intuition.

---

<sup>6</sup> Spécialiste anglais de la biochimie et de la biologie cellulaire, auteur de l'hypothèse des champs morphiques.

<sup>7</sup> *Développer votre intuition et celle de votre équipe*, Editions ESF, Paris, 1992.

Les trois dernières décennies sont une période faste pour les recherches scientifiques ayant eu des conséquences intéressantes l'intuition. Plusieurs résultats permettent de mieux comprendre la nature du fonctionnement intuitif :

- Les travaux du biologiste californien Roger Sperry<sup>8</sup> ont mis en évidence dès 1975 la spécialisation fonctionnelle des hémisphères du cerveau, l'hémisphère gauche étant plutôt le siège des fonctions rationnelles et l'hémisphère droit plutôt le siège des fonctions intuitives. Notre cerveau droit est ainsi réhabilité, d'autant plus qu'il communique avec le cerveau gauche !
- Rupert Sheldrake – spécialiste anglais de la biochimie et de la biologie cellulaire – publie en 1981 « Une nouvelle science de la vie » qui propose notamment l'hypothèse de la causalité formative : les organismes sont organisés et influencés à partir de champs morphiques ou mémoires d'informations spécifiques collectives – l'inconscient collectif décrit par Jung serait l'une de ces mémoires. L'univers comporterait alors deux constituants, l'énergie-matière et l'information, proposant ainsi une hypothèse du fonctionnement de l'intuition : développer son intuition consisterait à renforcer ses capacités à entrer en relation avec les champs d'information spécifiques des questions que l'on se pose. Il est alors possible d'avoir accès au génie des autres et à l'information de l'univers, sans limite de temps et d'espace, la seule limite étant la faculté de résonance et le niveau de conscience de chacun !
- L'utilisation du tarot occidental et du Yi Jing oriental comme support d'intuition ou de perceptions extra sensorielles se répand en occident depuis les années 1980. Avec ces deux supports, il est difficile de parler de découverte récente – puisque le Yi Jing est connu en Chine depuis plus de deux mille ans et le tarot de Marseille depuis environ cinq cents ans – mais leur cohérence avec les deux découvertes scientifiques précédentes en justifie l'étude afin de mieux comprendre et utiliser l'intuition.

---

<sup>8</sup> Prix Nobel de médecine en 1981.

## Le théorème d'incomplétude de Gödel

*L'attitude juste est l'expression et le soutien d'un état d'être correspondant aux exigences du monde et à celles de l'être essentiel.*

K. G. Dürckheim<sup>9</sup>

La complexité et la rapidité des changements actuels devraient nous conforter dans la recherche d'une pensée divergente pour rechercher des réponses plus pertinentes et plus complètes aux problématiques à traiter. Au contraire, l'idéologie rationnelle et matérialiste qui fonde la pensée occidentale actuelle s'appuie encore sur la philosophie aristotélicienne du tiers exclu : une chose existe ou n'existe pas ; c'est vrai, concret, vérifiable, ou c'est faux ; soit je gagne le match, soit je le perds, sans une troisième possibilité qui serait par exemple de vivre consciemment les sensations procurées par la partie. La pensée occidentale actuelle – notamment celle des entreprises – s'appuie principalement sur cette logique mécaniste de la relation de cause à effet ou de la croyance que toute vérité est démontrable par déduction et calcul.

En particulier, elle ne tient pas compte de la révolution de la **physique quantique**<sup>10</sup> en 1930 ni des apports du scientifique Kurt Gödel<sup>11</sup> qui a démontré en 1931 deux théorèmes mathématiques essentiels :

1. **Le théorème d'inconsistance** : il se peut qu'on puisse démontrer à la fois une chose et son contraire. L'application concrète de ce théorème s'est réalisée conjointement par la physique quantique : la matière peut être à la fois corpusculaire et ondulatoire, selon l'outil d'observation utilisé.
2. **Le théorème d'incomplétude** : il existe des vérités mathématiques et des faits vrais qu'il est impossible de démontrer. La vérité ne peut être démontrée. Une chose prouvable n'est pas nécessairement vraie<sup>12</sup>. Une

---

<sup>9</sup> Pour Karlfried Graf Dürckheim, l'homme a une double origine, céleste et terrestre, il se trouve citoyen de deux mondes : celui de la réalité existentielle, conditionnée et bornée par le temps et l'espace ; et celui de la réalité essentielle, non conditionnée par le temps et l'espace, accessible seulement à notre conscience intérieure et inaccessible à nos pouvoirs.

<sup>10</sup> La physique quantique démontre notamment que la trajectoire d'une particule atomique – par exemple, un quanta –, ne peut être déterminée de façon certaine, car l'observation du phénomène est affectée par l'observateur et ce que celui-ci choisit d'observer. La présence d'une particule est probable et non plus certaine.

<sup>11</sup> « Gödel, Escher, Bach », Douglas Hofstadter, InterEditions, 1985.

<sup>12</sup> "Vrai", en maths, qualifie une proposition "dont on peut prouver qu'elle découle logiquement des axiomes de la théorie au sein de laquelle on raisonne". La preuve d'une proposition marque sa véracité, elle est constituée de l'ensemble des sauts logiques permettant de passer de la proposition aux axiomes. En d'autres termes, "vrai" = "prouvable" et par conséquent un chose "prouvable" est nécessairement "vraie" dans ce sens mathématique étroit. En revanche, les axiomes, eux, peuvent changer, et avec eux la notion de

chose vraie n'est pas nécessairement prouvable. Ainsi en est-il de l'intuition qui s'éprouve et se perçoit. Elle n'est pas démontrable ce qui ne la disqualifie pas pour autant.

3. Une illustration logique : le dictionnaire des dictionnaires qui ne se mentionnent pas eux-mêmes se mentionne-t-il lui-même, et donc fait-il partie de l'ensemble des dictionnaires ? Si oui, il doit comporter sa propre mention. Si non, l'ensemble des dictionnaires n'est pas complet.
  - Pour trouver la contradiction, il faut aller un peu plus loin. Généralisons l'exemple en considérant qu'on peut classer l'ensemble des livres existants en deux catégories : l'ensemble des livres qui se mentionnent eux-mêmes (tels le dictionnaire des dictionnaires du paragraphe précédent), et l'ensemble des livres qui ne se mentionnent pas eux-mêmes (la grande majorité, en fait). Il est clair que les deux catégories s'excluent mutuellement : soit un livre se mentionne lui-même, soit il ne le fait pas – nous sommes en plein tiers exclu. Et il semble évident que n'importe quel livre peut facilement être classé dans l'une ou l'autre de ces catégories.
  - Mais voici que Gödel nous invite à considérer « le livre qui liste les livres qui ne se mentionnent pas eux-mêmes ». C'est en fait le catalogue des livres de la seconde catégorie définie plus haut. Puis il nous demande dans laquelle des deux catégories définies précédemment il conviendrait de classer un tel livre. C'est à ce moment-là que la bombe logique explose : si on le classe dans la première catégorie, il se mentionne lui-même, et par conséquent il ne remplit pas le critère même par lequel il est défini. Il convient donc de l'exclure pour le classer dans la seconde catégorie. Mais ce faisant, on qualifie précisément ce même livre comme faisant partie de la catégorie dont on vient de l'exclure... Il ne peut donc appartenir ni à l'une ni à l'autre des deux catégories définies.
  - La proposition « le livre qui liste les livres qui ne se mentionnent pas eux-mêmes se mentionne-t-il lui-même ? » est donc indécidable au sens qu'a défini Gödel : si elle est vraie, elle est fausse, et si elle est fausse, elle est vraie. Ce qu'il a montré dans ses travaux, entre autres, c'est qu'au sein de toute théorie mathématique (= une série d'axiomes et l'ensemble des propositions que l'on est capable d'en

---

vérité. Ainsi, la géométrie euclidienne pose comme axiome que "par deux points passe une et une seule droite". Mais au XIX<sup>ème</sup> siècle, Riemann fonde une autre géométrie sur un postulat différent : "Par deux points passent une infinité de droites distinctes". Ces deux géométries sont différentes et incompatibles entre elles, mais aucune n'est plus "vraie" que l'autre. En réalité, la géométrie euclidienne décrit bien les figures tracées sur un plan, tandis que celle de Riemann s'applique à celle que l'on trace sur une sphère. Lorsque la théorie de la relativité a établi la courbure de l'espace-temps, la géométrie riemannienne s'est trouvée tout naturellement l'outil mathématique adapté pour décrire cette nouvelle réalité.

déduire comme vraies par logique), il existait au moins une proposition indécidable, ni vraie, ni fausse. Bref, Gödel est le Copernic des mathématiques, car il a détrôné la notion de « vérité mathématique » de la place centrale qu'elle occupait dans le système.

## Les champs d'information<sup>13</sup> et la causalité formative

*Prendre conscience d'une chose,  
c'est en amener la réalisation.*

L'intuition n'est pas simplement utile pour nous guider vers la bonne réponse mais aussi pour nous ouvrir à l'invisible. Par exemple, Jacques Benveniste<sup>14</sup> a mis en évidence en 1984 au cours de recherches sur les phénomènes de haute dilution – liés notamment au fonctionnement de l'homéopathie –, que l'eau conserve la « mémoire » d'une particule avec laquelle elle a été en contact, même après sa disparition matérielle. Ces résultats – médiatisés sous le titre de la mémoire de l'eau – ont déclenché une énorme polémique avec le monde scientifique traditionnel accusant Jacques Benveniste de fraude, et entraîné son départ de l'Inserm. Celui-ci est décédé quelque temps après, avant que ses résultats ne soient confirmés en 2001 par d'autres équipes.

**Rupert Sheldrake** propose un champ étonnant, le seul à ne pas être assimilable à une énergie, mais à une information : le champ de forme, champ d'information ou champ morphique. Il est censé traverser l'espace-temps et ordonner l'émergence des formes naturelles, biologiques, cristallines et psychiques. Sheldrake affirme que de tels champs influencent les structures, non seulement des organismes vivants, mais de la matière inanimée. Toute matière posséderait un champ mnémonique associé orientant la formation des structures et des processus.

Si cette hypothèse se confirme, le comportement inédit d'une entité définit les comportements à venir des entités similaires. A chaque fois que nous inventons une pensée ou un geste, nous influençons l'humanité, même incognito. Une fois qu'un rat a trouvé l'issue d'un labyrinthe, tous les autres rats de la planète y arrivent.

La résonance morphique est l'influence qu'exerce tout système auto-organisé sur les systèmes homologues, de l'atome à la galaxie. Chaque système se présente sous une certaine forme, mémorisée quelque part dans

---

<sup>13</sup> Appelés aussi champs morphiques.

<sup>14</sup> Docteur en médecine, biologiste, directeur de recherche à l'Inserm – Institut National Scientifique d'Etudes et de Recherches Médicales.

un champ de forme. Plus il y a d'adeptes d'une pratique, plus cette pratique est facile à mettre en œuvre : planche à voile, internet, coaching, ... Les champs de forme seraient les archétypes divins de Platon, les inconscients collectifs de Jung.

95 % de l'hérédité échappe à la génétique. Si les enfants prennent la taille de leurs parents, ce serait par mise en résonance de leurs champs de forme respectifs. Les gènes jouent un rôle crucial, mais comme des antennes qui captent les champs de forme. Ces derniers ne sont pas fixés pour l'éternité. Ce sont des matrices remodelées en permanence par le feed back que leur renvoient leurs matérialisations. La forme d'une rose et l'instinct d'une panthère se sont répétés des milliards de fois, leurs champs sont donc très stables. La structure de nos comportements humains est bien plus récente.

Nous pouvons faire nos propres expériences de télépathie. En effet, celle-ci fait entrer en résonance différentes parties d'un système et constitue une force de cohésion entre ces parties. Elle fonctionne très bien entre des êtres liés affectivement : deux personnes amoureuses, une mère et son enfant, un maître et son chien.

Le projet de Sheldrake est de trouver un modèle scientifique de la réalité montrant que les différentes dimensions de la vie sont reliées. Et que nous vivons sur une planète vivante et non pas mécanique et inerte.

Écoutons l'univers raconté par Rupert Sheldrake (Editions du Rocher, 2004) : « Les champs morphiques aident à comprendre la télépathie et l'intuition. Ils éclairent les liens à distance entre les gens et entre les groupes vivants. L'idée de base est que tout groupe social a un champ, qui inclut tous ses membres : meute de loups, banc de poissons, vol de canards. Même chose pour une famille d'humains, qui inclut visiblement les animaux domestiques. Quand l'un des membres s'en va, le champ le suit, s'étendant aussi loin que lui. La télépathie ne fonctionne jamais aussi bien qu'entre des êtres, humains ou animaux, ayant des liens puissants entre eux.

**La mémoire est inhérente à la nature.** La résonance morphique a trait à la mémoire du champ. C'est elle qui donnerait aux êtres l'intuition de ce qu'il convient de faire dans des situations qu'ils n'ont jamais connues eux-mêmes mais que d'autres de leur espèce ont connues avant eux. Certains animaux domestiques ont cette capacité étonnante de deviner à quel moment leurs maîtres prennent la décision de rentrer chez eux, et ceci, même quand ils se trouvent à des centaines de kilomètres et suivent un emploi du temps irrégulier. Des chats décrochent le téléphone, mais uniquement quand c'est leur maîtresse qui appelle. Les animaux ont de l'intuition, en grande partie de nature biologique.

Quand les mésanges bleues<sup>15</sup> apprennent un comportement nouveau – par exemple, voler du lait en perçant la capsule de la bouteille – toutes les mésanges bleues, où qu'elles soient, même hors de portée des moyens de communication normaux, révèlent une tendance croissante à apprendre le même comportement. Lorsqu'une activité nouvelle devient à la mode parmi les hommes, le surf par exemple, son apprentissage est de plus en plus aisé au fil du temps, pour la simple raison qu'un nombre toujours plus important d'individus s'y adonnent.

Si la mémoire est inhérente à la nature des choses, l'héritage d'habitudes collectives et le développement d'habitudes individuelles – le développement de la seconde nature de l'individu – peuvent être considérés comme des aspects différents d'un même processus fondamental : le processus par lequel le passé devient, en un sens, présent sur la base de la similarité. Ainsi, nos habitudes personnelles peuvent-elles dépendre d'influences cumulatives de notre comportement passé, avec lesquelles nous entrons en résonance. Si tel est le cas, il est inutile que celles-ci soient conservées sous une forme matérielle dans notre système nerveux. Il est donc possible que nos souvenirs ne soient pas conservés dans notre cerveau, comme d'autres sont enclins à le supposer.

L'apport des travaux de Sheldrake est important car il éclaire le processus de transmission de l'information entre soi et soi, entre soi et les autres hommes ou entre soi et la nature, sans limite de temps et d'espace : par résonance morphique, je peux me mettre au diapason et en harmonie avec l'objet de connaissance, consciemment ou inconsciemment, et communiquer avec le champ d'informations correspondant. Cette hypothèse scientifique, qui rejoint la compréhension du monde des philosophes spiritualistes orientaux et occidentaux, propose à notre cerveau gauche une explication de la nature et du fonctionnement de l'intuition : l'accès à des champs d'informations. Il est alors possible de mieux comprendre pourquoi les techniques de développement de l'intuition réussissent – l'état alpha, la relaxation, la méditation, l'écoute des rêves,... : elles faciliteraient notre résonance morphique avec ces champs.

---

<sup>15</sup> Cet exemple concerne l'ouverture des bouteilles de lait par des mésanges bleues. Celles-ci perçaient les capsules des bouteilles de lait livrées le matin à domicile et buvaient le lait. Cette habitude fut enregistrée pour la première fois à Southampton en 1921, et sa progression a été suivie à intervalles réguliers de 1930 à 1947. Les mésanges ne s'aventurent généralement pas à plus de quelques kilomètres de leur nid : on a pu suivre la propagation de ce nouveau comportement dans d'autres îles, en Suède, au Danemark et en Hollande, la propagation s'accélérait avec le temps. En Hollande, les bouteilles de lait avaient disparu pendant la guerre pour ne réapparaître qu'en 1947. Il est improbable que les mésanges ayant appris cette habitude avant la guerre aient survécu à celle-ci, pourtant les attaques des bouteilles reprisent et il semble établi que l'habitude fut le fait de maints individus en maints lieux différents.

## Conclusion : les étapes du processus intuitif

*Ce n'est pas en succession que j'entends les différentes parties d'une oeuvre de mon imagination. Je les entends toutes à la fois.*

Mozart

Ce qui suit ne vous concerne pas si vous êtes déjà intuitif, si vous saisissez globalement la réalité d'une situation ou bien si vous êtes déjà expert de l'approche holistique<sup>16</sup>.

Si vous êtes convaincu que le cerveau gauche joue également un rôle dans le fonctionnement intuitif et qu'une méthode rationnelle peut vous servir d'accompagnement dans votre apprivoisement de l'intuition, alors vous pouvez continuer la lecture de ce chapitre.

Le processus intuitif suit habituellement trois étapes : la préparation, l'incubation et l'illumination, étape au cours de laquelle jaillit l'intuition. Dans les cas d'intuition fulgurante, ces trois étapes peuvent se dérouler simultanément. Par ailleurs, il est fortement recommandé de vérifier les résultats de l'intuition afin de les rendre utilisables rationnellement et de les communiquer aux autres en complétant le processus par une quatrième étape, la vérification.

### 1. La préparation

La préparation concerne autant la personne elle-même que la question à se poser. L'art de la question est la porte d'entrée pour dialoguer avec son intuition. Elle est cette moitié de la route pour trouver votre vraie question et attirer votre vraie réponse.

Se préparer avant d'écouter son intuition afin d'être plus intuitif peut surprendre car l'intuition survient spontanément, sans préparation apparente. Pourtant, se préparer avant d'agir ressort d'une saine logique : l'homme d'action se prépare, définit les objectifs et les moyens avant de les mettre en oeuvre, quel que soit le domaine concerné, économique, sportif, ou culturel.

Le coût économique de la préparation est important dans l'approche intuitive, comme le montre Henri Mintzberg (1990) quand il compare le coût de l'analyse et de l'intuition dans le management des entreprises : « Demandez à n'importe qui quel est le processus le plus coûteux et l'analyse sera la réponse rapide que l'on vous fera, car cela prend du temps pour analyser alors qu'une simple réponse suffit pour l'intuition. Tout compte fait, cela pourrait être un bel exemple où l'intuition peut conduire à une

---

<sup>16</sup> Selon l'approche holistique tous les éléments de l'univers sont reliés entre eux, la connaissance d'un phénomène ne peut être que globale et non partielle, tout est dans Tout – et réciproquement ! –, le temps n'est pas linéaire et séquentiel et chaque partie d'un ensemble contient l'image de l'ensemble.

conclusion erronée. En fait, l'analyse a un coup opérationnel élevé, mais son coût d'investissement est relativement bas. L'intuition n'a presque pas de coût opérationnel – Dis donc, Fred, devrions-nous nous implanter en Guadeloupe ? – mais son coût d'investissement est élevé : Fred a fait de nombreux voyages aux Antilles, il consacre une partie de ses loisirs à l'écoute de sa vie intérieure. »

Dans le processus intuitif, la préparation concerne à la fois la finalité et les moyens.

**La finalité.** Il s'agit de déterminer ce qui est essentiel pour soi à un instant donné, pour ensuite l'oublier et ne plus lui accorder d'importance. *L'essentiel* est paradoxalement une notion relative : quelle est ma mission sur terre ? quel est le sens de ma vie ? quel métier me correspond et à quel moment je dois en changer ? quel est l'homme – la femme – de ma vie ? à quel moment téléphoner à mon client ? quelle impasse faire lors de la révision de mon examen ? est-ce que ma formation va être accordée ? est-ce que ..?

Dans un deuxième temps, je passe commande à ... mon intuition – selon ma représentation de l'instant, il peut s'agir de communiquer avec mon inconscient, d'interroger mon guide intérieur, de laisser faire la résonance – en formulant ma question le plus clairement et le plus précisément possible. Par exemple, une question du type « est-ce que je vais trouver un emploi ? » n'est pas suffisante car il manque le type de poste recherché, l'environnement et la date. Une meilleure question serait « vais-je trouver au deuxième semestre 2008 le poste de chef de produit dans l'entreprise que je vois souvent dans mon imagination ? » L'essentiel étant déterminé et ma question clairement posée, je change maintenant consciemment de préoccupation, je ne mets pas de pression sur le résultat, je me persuade que tout ceci n'est pas important, afin de laisser faire mon processus intuitif, de lui faire confiance et de me faire confiance. Un excellent entraînement pour apprendre à poser de bonnes questions, est d'interroger ses rêves. Dans d'autres domaines le fonctionnement du psychisme est identique : quand je prépare une réunion dont l'enjeu est objectivement important pour moi, la meilleure façon de trouver l'état d'esprit adéquat et d'atteindre mes objectifs est de considérer que cette réunion est banale et habituelle et de diminuer ainsi la pression intérieure.

## **Les moyens.**

En synthèse, pour vous préparer il suffirait de trouver et d'appliquer les trois éléments suivants :

- **Votre attitude juste** corporelle, émotionnelle et mentale, permettant de se connecter à une question, à une situation, à une personne ou simplement d'écouter votre intuition.
- **Votre lieu magique** où l'univers vous parle : près d'un arbre ou d'une rivière, en montagne à trois mille mètres ou ... installé confortablement sous votre couette.
- **Votre heure magique** : le moment de la journée où l'écoute de votre récepteur à intuitions est la plus nette et la plus confortable.

## **2. L'incubation**

L'incubation est la période de croissance, de germination, de fécondité au cours de laquelle interviennent des phénomènes inconscients physiques, psychiques ou spirituels pour créer l'intuition, l'oeuvre ou ... la maladie. L'incubation est sans doute la phase la plus difficile à accepter bien qu'elle soit la mieux connue, comme le montre la précision de ses définitions : « Action de couvrir des oeufs, de développer l'embryon dans l'oeuf. Période pendant laquelle un événement, une création se prépare sourdement, sans se manifester au grand jour. Temps qui s'écoule entre l'époque de la contagion et l'apparition des premiers symptômes d'une maladie.» L'incubation est difficile à accepter parce qu'il ne se passe rien de visible.

Dans cette étape d'incubation de l'intuition, nous ne savons pas exactement ce qui se passe – mais l'éleveur a-t-il besoin de comprendre comment l'oeuf devient poussin ? Les témoignages des praticiens de l'intuition concordent : « Après avoir posé ma question, quand je la sens bien, je quitte le lieu où j'ai posé cette question, je change de pièce dans mon appartement ou bien je vais acheter le journal et prendre un café au bar en bas de chez moi. Je vais marcher, si possible dans la forêt. Si je ne peux pas le faire, le soir par exemple, je me vide l'esprit en regardant un feuilleton américain à la télé. Je me concentre sur ce que je suis en train de faire et les idées me viennent de mieux en mieux. »

L'incubation de l'intuition est facilitée si je n'interviens pas consciemment, si je laisse faire le vide en moi, si je favorise l'apparition de l'état alpha où je communique le mieux avec mon inconscient, si je prends du recul par rapport à la question – dont la réponse est très souvent importante pour moi – en me donnant du temps et de l'espace, en proposant d'autres sensations à mes récepteurs sensoriels, si je n'y pense plus, si je fais autre chose et si je

change mes habitudes. Cette constatation est vraie mais insuffisante, car elle n'explique pas pourquoi certaines intuitions émergent parfois alors que vous êtes très concentré sur une tâche particulière. Par exemple, un chef d'entreprise, au cours d'une négociation serrée avec des syndicalistes, perçût soudain l'image d'un des responsables syndicaux s'adressant à une foule, une urne posée à côté de lui. Il interpréta cette image par l'hypothèse que ce responsable allait être en difficulté lors des prochaines élections. Il changea alors totalement sa stratégie de négociation, pour l'aider – sans le montrer explicitement – à trouver des arguments à présenter à ses électeurs. L'issue de la réunion fût positive pour le syndicaliste – son image allait donc s'améliorer – et pour le chef d'entreprise – celui-ci s'était fait un allié, au moindre coût économique. La meilleure hypothèse de compréhension serait que notre activité psychique fonctionne à différents niveaux : pendant qu'une partie analyse un problème, une autre est en état d'incubation de l'intuition ou en état de résonance morphique avec le champ correspondant, selon l'hypothèse de Rupert Sheldrake.

A vous de vous laisser choisir la voie d'incubation de votre intuition qui vous correspond le mieux, à un instant donné !

### **3. L'illumination**

L'illumination est le moment où la lumière jaillit, où tout s'éclaire, où les doutes deviennent certitudes, où l'évidence apparaît si nettement que l'on se demande pourquoi on ne l'a pas vu plus tôt. L'instant de l'illumination se manifeste souvent par des expressions fortes, l'« Eurêka ! » d'Archimède étant la plus célèbre. On ne choisit pas l'instant où l'intuition apparaît. Il n'est pas possible d'avoir une intuition sur commande, du moins dans mon système de croyance actuelle. Je peux me préparer et laisser se dérouler l'incubation. La suite ne dépend plus que de ma capacité de confiance et de lâcher prise. Le moment le plus intense du processus intuitif est cette illumination, les quelques secondes où l'intuition reste lumineuse. En fait, tout se joue à cet instant : l'esprit analytique se trouve stimulé par l'intuition qui vient d'apparaître et commence à envisager toutes les impossibilités, les difficultés de réalisation, les conséquences négatives qui s'expriment par les « Bôf ! » et les « A quoi bon ! » Il est alors essentiel de balayer ces objections en les ignorant, pour se concentrer sur la perception de l'intuition, sur la sensation et les images qu'elle apporte, de se laisser inonder par elle sans essayer de comprendre ou de trouver une cohérence et un « rationnel » à ce qui se manifeste. Le tueur d'intuition vient d'être lâché : " **le rationnel** " ! Il est à l'oeuvre dans beaucoup d'entreprises et de cabinets conseils en stratégie, organisation ou communication. Quand vous venez présenter à votre patron ou à votre collègue les résultats de votre intuition, encore tout frais sortis de leur période d'incubation, la réponse assassine survient, aussi soudainement que l'intuition : « quel est le rationnel de votre proposition ? »

Surpris et déçu que votre interlocuteur ne partage pas votre enthousiasme, mais commençant à penser que, tout bien réfléchi, il a sans doute raison, que vous vous êtes précipité un peu vite, que cette idée n'est finalement pas réaliste, vous retournez à vos occupations habituelles en ayant quand même la perception d'avoir perdu une partie de vous-même !

Une autre façon efficace de tuer l'intuition est la peur : la peur de l'échec, la peur de l'opinion des autres ou, parfois, le vertige devant l'ampleur de sa découverte et des conséquences concrètes sur sa vie. La peur est un vaste domaine qui justifierait un autre livre. Pour vous exercer à reconnaître votre peur et à l'appivoiser, voici quelques réflexions dégagées au cours d'un séminaire que j'anime sur la peur :

- Il y a davantage de risques à ne pas prendre de risques.
- Ma peur est souvent l'expression de mon désir.
- Entreprendre, c'est sublimer sa peur, notamment celle d'échouer.
- Sublimer sa peur, c'est accepter de vivre pleinement, de mobiliser toutes ses ressources rationnelles et intuitives et de s'engager dans l'action.
- Je n'ai plus peur si je crois que l'échec n'existe pas, quand j'ai confiance en moi, quand cela n'a pas d'importance, quand je n'ai pas à prouver et à démontrer ma compétence.

Votre peur identifiée par rapport à votre intuition, il vous est alors possible de la sublimer en transformant l'énergie qui vous bloque en une énergie d'action, et de passer à l'étape suivante : la vérification. Vérifier votre intuition est encore la meilleure façon de construire l'habillage rationnel et de transformer votre peur en enthousiasme.

#### **4. La vérification**

Pour vérifier concrètement la validité de votre intuition, la meilleure réponse est sans doute spirituelle : élargir votre champ de conscience, élever votre niveau de conscience, développer votre discernement et votre vigilance. Aussi évidente soit-elle, cette réponse renvoie au chemin initiatique de chacun et à ses voies d'évolution spirituelle, qu'elles soient d'inspiration orientale ou occidentale.

Plus concrètement, cette étape de vérification de l'intuition poursuit deux objectifs principaux :

- **Vérifier la validité de votre intuition.** Certaines intuitions peuvent se vérifier rapidement : l'intuition qu'un ami va vous téléphoner, vous rendre visite ou vous écrire ; l'intuition du prochain numéro gagnant à la roulette du casino. Au cours d'une relation d'aide, amicale ou thérapeutique, la pertinence de votre attitude ou des mots qui vous viennent intuitivement se vérifie à l'émotion produite chez l'autre personne – sensation de chaleur ou de froid, larmes,...

L'intensité du flash intuitif et de votre émotion, quand vous prenez conscience de l'intuition, est le meilleur indicateur intuitif dont vous disposez : « Mon intuition est vraie parce que je le sais ! J'ai un bon sentiment ». Au-delà de la vérification immédiate et de la certitude que votre intuition est vraie, vous allez passer votre intuition au travers de la moulinette rationnelle, mener des expériences pour tester vos hypothèses et rechercher des informations analytiques. Votre principal obstacle à cet instant pour y voir clair est votre subjectivité et l'émotion qui s'y rattache. Prenez alors de la distance, considérez qu'il s'agit de l'intuition de quelqu'un d'autre, demandez-vous ce que vous en pensez et quelles sont les opérations concrètes à mener pour vérifier cette intuition.

- **Transformer votre intuition en action.** « Si seulement j'avais suivi ma première impression ! J'avais envie de le faire et je n'ai pas osé. Il y a trente ans je sentais bien que je n'étais pas fait pour ce métier, mais je n'ai pas eu le courage de m'opposer à mes parents. » Que de regrets s'expriment ainsi quand une intuition n'a pas été écoutée suffisamment pour devenir une action de transformation, d'un échec en réussite ou d'une vie morose en vie pleine. Si l'intuition existe au plus profond de soi, si le risque d'illusion ou de mensonge personnel est écarté, si les vérifications rationnelles sont positives, quels sont les derniers éléments de blocage ? Peut-être le manque de foi dans la vie, le manque de confiance en soi et en son intuition ou bien la difficulté naturelle à passer à l'action.

Certains scientifiques et religieux ont parlé de leur doute profond sur la découverte issue de leur intuition, devant l'immensité de la remise en cause des théories existant alors : Galilée découvrant que la Terre tourne autour du Soleil. Newton mettant plusieurs années à publier sa théorie sur la gravitation universelle. Saint François d'Assise ne comprenant pas tout de suite que la voix intérieure qui lui disait « va et restaure mon église » ne parlait pas d'une petite chapelle à restaurer.