

L'Intuition, pour guider notre vie

par Vanessa Mielczarek

Qu'est-ce que l'intuition ? Peut-on réellement s'y fier pour prendre des décisions dans la vie ? Qu'est-ce qui l'empêche de fonctionner et peut-on la développer ? Vanessa Mielczarek, auteur de « L'intelligence intuitive » nous propose des solutions ... A vous de jouer !

Trouver notre guidance intérieure

L'intuition est une source de connaissance et de compréhension qui se manifeste au travers d'images, d'impressions ou de ressentis et de messages verbaux. Quel que soit son mode d'expression, elle manifeste toujours un caractère d'évidence et de vérité pour soi, ce qui impressionne ceux qui sont à l'écoute de ces informations. Par nature, l'intuition va à l'essentiel, vers la réalité « cachée » des choses au-delà de toutes apparences. Grâce à son action anticipatrice, elle donne le sens d'une situation avant que tous les éléments de celle-ci ne soient connus ou identifiés.

Habituellement, lorsque nous avons des choix à faire ou que nous ne comprenons pas une situation, nous avons tendance à demander à notre entourage des réponses et des solutions. Celui-ci peut nous partager sa « vision » des choses mais il faut se rappeler que chacun comprend l'existence à partir de sa propre expérience de vie. Aussi, ce qui est juste pour une personne ne l'est pas forcément pour une autre car chacun d'entre nous a un chemin de vie et une « carte du monde » singulière.

Nous pouvons considérer que chaque personne porte en elle les clés, les réponses, les solutions... dont elle a besoin pour vivre au mieux toutes les expériences qui lui sont proposées.

Chacun peut reconnaître que « tout est en soi », la seule difficulté est d'accéder à ce savoir dont nous sommes détenteur plus ou moins consciemment. Aussi l'intuition devient une passerelle extraordinaire qui nous permet de nous réapproprier cette connaissance.

Sommes-nous tous intuitif ?

C'est une question qui m'est souvent posée en conférence et la réponse est oui car dans notre nature humaine l'intuition ou 6^{ème} sens est une fonction psychique issue de l'hémisphère droit du cerveau (dans le néo-cortex). Elle est en lien avec le principe féminin présent en chacun d'entre-nous. Voyez quelques correspondances du fonctionnement du cerveau dans la liste ci-contre :

Comment se manifeste l'intuition ?

Elle s'exprime grâce à trois moyens de perception :



- La **clairvoyance** signifie recevoir des informations par le biais de sensations corporelles d'impressions qui nous pénètrent pour traduire ce qui se passe autour de nous. L'intuition s'appuie sur le ressenti et nous devenons des « éponges ». Nous pouvons ressentir par exemple l'ambiance d'une pièce dans laquelle nous entrons ou l'état physique d'une personne. Parfois vous avez pu remarquer qu'après avoir passé du temps avec une personne qui n'allait pas bien, vous-même étiez « chargé » d'une impression négative.

Les personnes ayant un ressenti dominant doivent apprendre à se « protéger » afin de préserver leur énergie et se respecter. Très sensibles, empathiques, elles ne savent pas assez mettre des « limites » à autrui. Bien souvent elles en font beaucoup trop pour les autres...

- La **clairaudience** fait référence à notre capacité de recevoir des messages verbaux. Elle se nomme aussi la « petite voix intérieure » et exprime des informations souvent pratiques et concrètes. C'est une conseillère qui nous suggère par exemple : « appelle cette personne » et en le faisant nous nous apercevons que celle-ci nous dit quelque chose d'important, « vas à tel endroit » et en nous y rendant un fait se produit et répond à notre besoin... Nous entendons des informations qui facilitent notre vie quotidienne et parfois peuvent modifier le courant de notre existence. Une femme d'une

cinquante d'années m'a raconté avoir entendu, 3 ans auparavant : « fais des examens » en suivant ce message il lui fut découvert un cancer à l'utérus, la maladie étant au début de son évolution, elle fut opérée et aujourd'hui elle va bien. Les messages intuitifs sont reconnaissables par ce qu'ils présentent un caractère d'évidence. Nous savons que cela est vrai ! Bien souvent nous ne pouvons pas prouver une information intuitive parce qu'elle ne s'appuie pas sur la raison.

- La **clairvoyance** est la capacité de voir clairement des images, des symboles ou des scènes qui s'imposent à nous de manière visuelle comme des « flash ». Elle favorise notre accès au discernement, à la prévoyance et donc l'anticipation. Nous « voyons » les faits avant qu'ils n'arrivent aussi nous pouvons modifier les choses.

Parfois les informations reçues sont claires et compréhensibles immédiatement, d'autres fois elles nous parviennent de manière symbolique et nécessitent un décodage. C'est pour cela qu'il semble difficile pour certaines personnes de se fier à leur intuition. Si elle ne donne pas une interprétation correcte de l'information elles accusent l'intuition d'être fautive. Or, celle-ci par essence et par définition est toujours juste sinon il ne s'agirait pas d'une intuition mais de l'expression d'un désir, de l'imagination, d'une pensée mentale, d'une volonté, d'une peur...

Intuition et synchronicité sont liées

Parfois lorsque nous sommes centrés sur une question ou un problème et que notre énergie est mobilisée pour recevoir la réponse, des synchronicités se produisent. Nous avons tous vécus des « hasards » incroyables, des rencontres imprévisibles, des signes qui apparaissent d'une manière surprenante dans nos vies. Notre psychisme, notre

énergie, nos actes et nos paroles convergent et alimentent une intention qui focalise et rassemble des paramètres d'où émerge la synchronicité.

Développer l'intuition et vivre en confiance :

Cultivez l'état de témoin pour créer la réceptivité.

Activez les cinq sens (vue, auditif, kinesthésique, olfactif et gustatif) pour stimuler le 6^{ème} sens.

Apprenez à mieux vous connaître pour repérer les informations intuitives et décoder le langage des signes.

Maîtrisez et gérez vos émotions pour avoir un ressenti clair.

Affirmez votre intention de voir se manifester votre intuition quotidiennement.

Adoptez une attitude de silence, de calme, et d'écoute chaque fois que vous en avez l'occasion. Amusez-vous à deviner les choses pour intensifier votre ouverture intérieure :

Avant d'aller chercher votre courrier demandez-vous combien il y a de lettres, cartes postales, grandes ou petites enveloppes. Prenez chaque enveloppe entre vos mains et devinez-en le contenu...

Lorsque le téléphone sonne ou qu'une personne frappe à votre porte, demandez-vous si c'est un homme ou une femme, connue ou pas...

Avant toute nouvelle rencontre demandez à recevoir des informations sur la relation possible...

Et surtout amusez-vous !



Vanessa MIELCZAREK

Auteur de « L'intelligence intuitive » et « des Actions pour changer votre Vie » avec Gilles GUYON, Formateur de coach professionnel

Aux Editions Quintessence.

Enseignante du stage sur l'intuition du 2 au 6 août 2004 à TRIMURTI

Tel : 06.80.62.81.08

Hémisphère gauche
Principe Masculin
Logique, cartésien.
Rationnel
Compréhension matérielle
Structure
Action, concrétisation...

Apprentissage
Automatisme
FAIRE

Hémisphère droit
Principe Féminin
Intuition, conscience
Imagination
Quête du sens des choses
Réceptivité
Créativité, ouverture...

Phénomène sensible
Spiritualisation de la réalité
ETRE



« L'Intelligence intuitive »
Editions Quintessence