



VICTORIA PELLÉ-REIMERS

LA PUISSANCE DE L'INTUITION.

Descartes affirmait : « Il n'y a pas d'autres voies qui s'offrent aux hommes pour arriver à une connaissance certaine de la vérité, que l'intuition évidente et la déduction nécessaire. » chaque fois que nous prenons une décision, notre intuition est là pour nous guider... mais comment la reconnaître ? prenons-nous le temps de l'écouter ?

Illustration
XXXXXXXX XXXXXXXX

Dans un monde où tout change de plus en plus vite, il nous appartient de faire de notre intuition une ressource évidente. Et si la meilleure façon de vivre la transition de notre monde était de redécouvrir cette faculté universelle et puissante ? Pour cela, il importe d'en comprendre les mécanismes, mais aussi d'observer ce qui la freine, voire la bloque dans notre façon de vivre. Il s'agit aussi de découvrir comment elle s'exprime, singulièrement. De façon sensitive ? Par la vision ? Ou bien par « la petite voix », celle qui nous fait entendre la voie juste ?

UNE RÉALITÉ PHYSIOLOGIQUE

Au siècle dernier, il était encore possible d'entendre : Et vous, vous y croyez à l'intuition ? Ou encore : moi, je n'ai aucune intuition, mais ma femme, oui, c'est incroyable, cette intuition féminine. Voilà bien des idées répandues qui se révèlent très loin de la réalité physiologique de notre fonctionnement. S'il s'agissait d'une question d'opinion au XXe siècle, ce n'est désormais plus un sujet de débat. L'imagerie médicale et l'ensemble des progrès en neurosciences ont en effet permis d'observer de façon formelle que l'intuition est une faculté humaine universelle. Ce qui varie, c'est la posture de chacun à l'égard de ce phénomène. Le crédit qu'on lui donne est parfois si faible que nous ignorons tout bonnement les informations qu'elle nous livre. C'est un processus de sélection que nous faisons pratiquement à notre insu, pour nous orienter dans la vie et prendre des décisions.

Le crédit qu'on lui donne est parfois si faible que nous ignorons tout bonnement les informations que l'intuition nous livre.

L'intuition a cette insolence, parfois, de toucher un individu qui ne possède pas le moyen de démontrer ce qu'il sent.

Repartons de zéro : qu'est-ce que ce phénomène ? Le Larousse en donne la définition suivante : « Connaissance immédiate et directe, sans recours au raisonnement. » Et l'histoire du mot oriente sur la bonne attitude à adopter pour la percevoir ; c'est l'association de in/intus, qui signifie « intérieur, vers l'intérieur », et tueri, « porter son regard ». À ce stade, nous pouvons déjà comprendre pourquoi notre culture – qui prône le contrôle, l'effort et le mérite – a jeté le doute sur ce qui pouvait être aussi immédiat et facile. Le dramaturge Henri Bernstein ne disait-il pas : « L'intuition, c'est l'intelligence qui a commis un excès de vitesse » ?

UN « MOMENT ÉCLAIR » CAPABLE DE CHANGER LE MONDE

Notre civilisation aime les preuves et revendique ce qui est « scientifiquement prouvé ». Ce qui est amusant, c'est justement de constater que les scientifiques sont au moins aussi intuitifs que les artistes, à qui on concède l'inspiration naturelle. En 2010, quatre-vingt-treize prix Nobel de science ont été interrogés sur les facteurs clés de leur succès ; quatre-vingt-deux ont mentionné l'intuition¹. Le mathématicien français Cédric Villani a même longuement décrit son processus intuitif dans son livre *Le Théorème vivant*. Il est convaincu que son intuition a été primordiale pour parvenir à la résolution du théorème sur les plasmas – qui lui a valu la médaille Fields de 2010 (équivalent du prix Nobel pour les mathématiques)².

Lorsque l'on se penche sur toutes les inventions, et notamment sur toutes les découvertes en médecine, il est troublant de constater à quel point elles reposent sur ce « moment éclair », parfois une idée folle, qui germe avec puissance dans l'esprit de celui qui la reçoit, et qui change sa vie avant de changer le monde. L'intuition a cette insolence,

parfois, de toucher un individu qui ne possède pas le moyen de démontrer ce qu'il sent. Et cela s'est révélé fatal pour certains, comme le médecin hongrois Ignace Semmelweis, qui s'est trouvé rayé de l'Ordre des médecins puis enfermé dans un asile, où il est mort prématurément. Son forfait? Avoir eu l'intuition que si les obstétriciens se lavaient les mains avant d'accoucher les femmes, en particulier après des séances de dissection à l'école de médecine, cela éviterait la mort aux jeunes mères. Sa proposition, qui nous semble tomber sous le sens aujourd'hui, était à son époque, en 1847, une idée saugrenue, fantaisiste, voire une provocation. Il faut voir comme la confiance règne sur le terrain de l'intuition...

Nous sommes au milieu du XIXe siècle et la vie microbienne n'est pas encore connue. Le destin funeste de ce pauvre intuitif, forcément dénué de preuves, diffère de celui de son contemporain, le biologiste Louis Pasteur, qui, lui, aura l'avantage de pouvoir montrer ce qu'il avance : avec le microscope. Cette lutte est celle des pionniers face à la force d'inertie de la pensée dominante, contre le pouvoir établi des savants du moment qui se trouve dès lors ébranlé, voire menacé, par ce qui apparaît d'abord comme une absurdité, puis comme un danger. Dans le registre de l'intuition, selon le moment où nous en sommes récepteurs, il sera plus ou moins aisé de la faire accepter, et c'est ce qui nous freine souvent. Arthur Schopenhauer résume fort bien cette loi du fonctionnement humain : « Toute vérité franchit trois étapes, d'abord elle est ridiculisée, puis elle fait l'objet d'une forte opposition, puis elle est considérée comme ayant été une évidence. »

Cela se vérifie toujours, et quand un visionnaire s'exprime, il a besoin d'une sacrée dose de confiance en lui pour défendre son idée, avant qu'elle devienne... une évidence.

Un visionnaire a besoin d'une sacrée dose de confiance en lui pour défendre son idée, avant qu'elle devienne... une évidence

L'innovation, l'idée qui sous-tend une révolution, est devenue l'opium du cac40 et du Nasdaq.

LE POTENTIEL D'UN OUTIL D'ADHÉSION MASSIVE

C'est vrai en sciences comme dans le monde des affaires. L'idée que chaque personne puisse désirer et acheter un ordinateur personnel relevait d'une rêverie science-fictionnelle en 1975, date à laquelle Steve Jobs sort son Apple I à 25 ans; nous connaissons la suite³. Et les exemples sont très nombreux, y compris en Europe. Le baron Bich et son pari du stylo jetable, Nicolas Hayek et Swatch, l'improbable montre suisse en plastique, Roland Moreno et sa carte à puce. Le succès commercial est simplement venu précipiter l'appréciation de leur idée, de la moquerie à l'adhésion massive, et l'admiration. Alors, s'il est parfois si difficile de faire valoir une intuition avant qu'elle ne se vérifie, le rythme s'accélère, et le temps qui s'écoule entre une idée et sa commercialisation se réduit de manière spectaculaire, entraînant au fur et à mesure des

changements radicaux dans nos modes de communication, de consommation, et dans notre vie en général. Qui aurait imaginé il y a dix ans que nous allions en masse voyager avec des inconnus en partageant leur voiture et leurs trajets? Et pourtant... Blablacar est aujourd'hui valorisée à 1,6 milliard de dollars. Cette success story est bien le fait d'une intuition; le Français Frédéric Mazzella évoque en effet « un flash qui a duré 72 heures », au cours duquel il créa son concept en 2006⁴.

L'innovation, l'idée qui sous-tend une révolution, est devenue l'opium du CAC40 et du Nasdaq. Alors, vive l'intuition et longue vie à son règne dans notre siècle encore neuf? C'est possible, c'est même probable. Cependant, cela signifie que nous avons besoin de changer radicalement certains aspects de notre culture et de notre éducation.

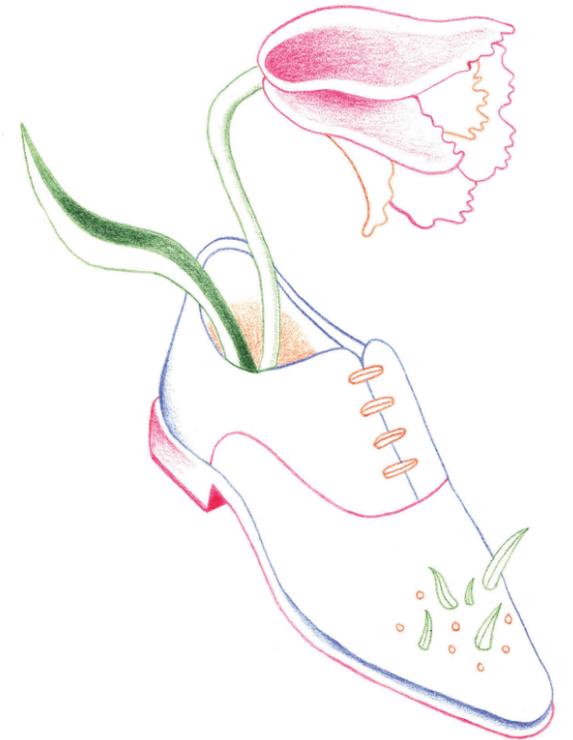
CONTRE LE DIKTAT DE LA RAISON

L'école et les études supérieures ne visent qu'à préparer des adultes très formatés et bien adaptés à un monde ultra rationnel et logique, ne reposant que sur certaines de nos facultés et négligeant voire oubliant complètement notre intuition, notre créativité et notre imagination. En effet, les sciences tout comme les lettres sont transmises de manière très dirigée et cloisonnante. L'état d'esprit de notre société valorise les profils très structurés, qui parviennent à suivre un programme défini et, jusqu'au système d'évaluation, tout, absolument tout, est pensé de manière anti-intuitive. Albert Einstein disait déjà en son temps que « le mental rationnel est un serviteur fidèle et le mental intuitif un don sacré. Nous avons créé une société qui honore le serviteur et a oublié le don ».

Comment retrouver nos ressources intuitives? Que faire pour réveiller cette faculté extraordinaire, gratuite et sans limite? Dans un premier temps, en comprenant son mécanisme, puis en repérant comment nous la bloquons.

L'intuition a besoin d'espace et de liberté dans notre esprit. Elle prend parfois la logique et le raisonnement à contre-courant et nous nous retrouvons alors devant un dilemme. Plus on tergiverse, plus cela signale la lutte entre le côté rationnel et l'intuition. Le premier se caractérise notamment par un certain conservatisme, des références au passé et des jugements de valeur. La seconde est rapide, directe, et se contente de montrer ou de faire ressentir l'évidence, même si elle dérange. Une des clés pour nous ouvrir à l'intuition réside donc dans notre capacité à lâcher prise.

Notre société valorise les profils très structurés [...] et, tout, absolument tout, y est pensé de manière anti-intuitive.



LA CLÉ EST À L'INTÉRIEUR...

Pour que l'intuition devienne véritablement vivante et accessible, il s'agit d'aller plus loin. Il est vraiment possible de développer non pas son intuition – elle est déjà en chacun de nous –, mais notre conscience de son flux et notre posture pour l'accueillir. Cela conduit à une véritable exploration personnelle des différents modes que notre inconscient utilise pour qu'elle se manifeste, et il est assez curieux de constater que l'expression de notre intuition varie autant d'un individu à l'autre que la couleur de ses yeux. De la même manière que nous avons les yeux bleus, marron ou verts, notre intuition sera plutôt sensitive, visuelle ou encore auditive. C'est en découvrant notre propre « canal » et en créant une véritable complicité intérieure avec notre intuition que nous en récolterons les fruits les plus savoureux.

1. Elena Sender, « Intuition : le cerveau en roue libre », *Sciences et Avenir*, n° 827, janvier 2016.

2. Exemple de Cédric Villani extrait d'un entretien avec Philippe Pajot pour *La Recherche*, novembre 2015.

3. Lire la genèse d'Apple sur https://fr.wikipedia.org/wiki/Histoire_d'Apple.

4. <https://www.blablacar.fr/blog/success-story>

Nous comprenons l'importance de cesser de temps en temps de se brancher sur les informations extérieures pour s'orienter, et placer son attention à l'intérieur de son propre corps, à l'écoute de ses signaux. C'est en pratiquant cette attention régulièrement que progressivement l'on aboutirait au décodage de ce langage, plein de nuances et de précision. Les signaux du corps ne sont parfois pas si faibles lorsque l'intuition a quelque chose d'important à dire ! Pour Georges Soros, par exemple, légendaire trader de Wall Street, spéculateur spectaculaire, c'est une terrible douleur dans le dos, récurrente lorsqu'il se trompait, qui l'a guidé de tout temps dans le choix de ses placements. Ce n'est qu'à la fin de sa carrière, il y a quelques années, à la tête de la 22^e fortune mondiale, qu'il a fait l'aveu de son secret. Loin des calculs de probabilités complexes et des statistiques, Georges Soros doit bien sa fortune à son intuition sensitive.

1. Dossier de Virginie Gomez, *Inexploré*, janvier-mars 2012.
2. Malcolm Gladwell, *Blink, The Power of Thinking Without Thinking*, 2007.

Si nous intégrons que l'intuition est un moyen de communication entre l'inconscient et le conscient nous pouvons comprendre la forme que prend cette communication particulière.

Les indiens kogis ont la particularité de savoir développer cette capacité visionnaire.

La vision

Nous appelons visionnaires ceux dont on reconnaît qu'ils voient l'avenir, et quelque chose s'y inscrit de manière évidente pour eux, inaccessible pour la plupart. Léonard de Vinci se présente comme le chef de file de ces hommes qui ont su accueillir les images qui leur parvenaient non pas comme une absurdité fantaisiste, mais bien comme les premières traces d'un avenir perceptible. En fait, si nous intégrons que l'intuition est un moyen de communication entre l'inconscient et le conscient, nous pouvons comprendre la forme que prend cette communication particulière. Elle va en effet d'abord s'exprimer dans le langage de l'inconscient, qui est avant tout fait de symboles, et donc d'images. De ce fait, notre inconscient choisit parfois ce moyen le plus évident pour lui pour faire remonter à la conscience des éléments qu'il a compris avant le conscient. D'où ces phénomènes de vision, flash, insight, voire de rêve déclencheur de découverte.

Lorsque nous nous réveillons avec le fil d'une scène que notre inconscient a produit dans notre sommeil paradoxal, nous en restons souvent perplexes. Il n'est pas aisé d'en comprendre le sens et nous laissons souvent des messages essentiels nous échapper, uniquement parce que nous ne possédons pas le langage des symboles.

Certaines fois, ils sont plus faciles à décrypter et l'inconscient se montre plus explicite. C'est ce qu'a vécu le chimiste allemand Friedrich Kekulé, qui a révélé en 1890 – vingt-cinq ans après sa découverte de la forme du noyau de Benzène – qu'il en avait eu la révélation en deux rêves qui se suivaient.

Plus près de nous, le Français Roland Moreno expliquait au quotidien France Soir son invention de la carte à puce : « J'ai trouvé la solution dans mon sommeil en rêvant. » Steve Jobs s'est également appuyé sur sa vision ; il avait lui aussi parfaitement conscience de percevoir avant tout le monde ce qui allait marcher, ce qui lui a notamment fait dire : « Il est inutile de faire des études de marché. Les gens ne savent ce qu'ils veulent que lorsqu'ils l'ont devant les yeux. »

Ce registre de la vision est un mode spécifique qui se manifeste aux frontières de la conscience, dans ce que l'hypnose désigne comme « l'état alpha » et qui est une sorte d'intermédiaire entre le sommeil et l'état de conscience ordinaire du quotidien. C'est ce que nous expérimentons au réveil, mais aussi lorsque nous sommes plongés dans l'observation d'un feu, ou de l'océan. Les moments où quelqu'un vient vous sortir de cet état pourtant fécond en vous disant : houhou, tu dors ?

Les yogis connaissent cet état depuis des millé-

Vivre dans une réalité partagée par presque tous est notamment dû à notre aptitude à distinguer ce qui est imaginaire et réel.

naires et l'appellent le yoga nidra, ou sommeil lucide. Ils ont développé une pratique visant à accueillir le langage symbolique de notre inconscient. Les neurologues, eux, parlent d'un état de synesthésie. Nous le trouvons dans cet état particulier, comme dans celui de la très grande concentration, dans une partie d'échec ou une compétition sportive de haut niveau. Ce qui est visible par un IRM, c'est la synergie des différentes aires de notre cerveau, avec un effet démultiplicateur de nos sens. Notre acuité par exemple peut s'en trouver augmentée ou transformée.

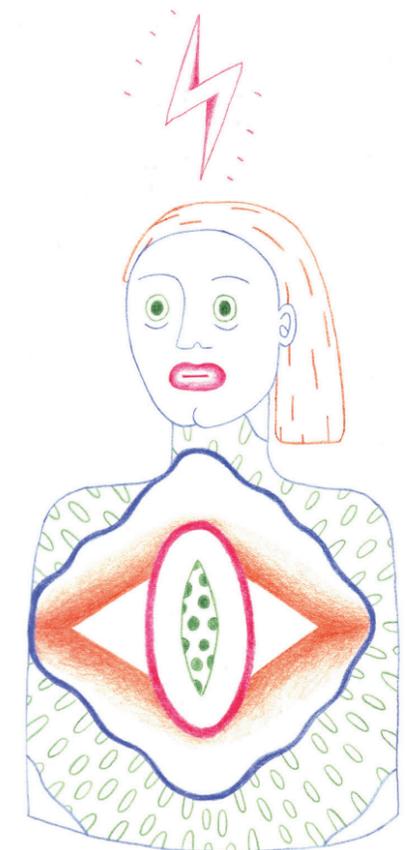
C'est ce qui peut expliquer, notamment, l'étrange phénomène de la vision de Vincent Van Gogh lorsqu'il peignit *La Nuit étoilée*⁷. La consultation du calendrier astronomique a permis de découvrir que les taches jaunes qu'il a peintes dans le ciel,

de tailles différentes, se trouvent à l'endroit précis et dans les proportions exactes de constellations existantes, invisibles à l'œil nu.

Ce qui peut apparaître comme un phénomène marginal est une pratique courante pour les peuples premiers. Les Indiens Kogis⁸, par exemple, ont la particularité de savoir développer cette capacité visionnaire par un entraînement spécifique. C'est ce qui permet à un individu sortant d'un espace fermé – où il est resté pendant ses dix-huit premières années – d'être dépositaire de la Connaissance au sens le plus large et le plus noble qui soit. Nous sommes encore loin d'avoir fait le tour des secrets de ces prodigieuses visions qui changent le monde, mais il paraît intéressant de se pencher d'un peu plus près sur nos rêves et nos flashes, qui détiennent peut-être les clés d'une invention ou d'une innovation.

1. Interview de Jean Becchio, médecin hypno-thérapeute, *Inexploré*, janvier-mars 2012.

2. Association Tchendukua : <http://www.tchendukua.com/agenda-actualite-revue-de-presse/#.VzyizOS0ma7>



La « petite voix »

Ne dit-on pas souvent : j'aurais dû m'écouter ? C'est souvent l'influence de la pensée dominante du moment, ou la peur qui nous fait négliger ce qui s'exprime de manière pourtant claire et nette dans notre pensée, lorsque nous nous trouvons devant un choix. Mais est-ce si clair pour tous ? Il est vrai que dans la cacophonie de notre pensée, nous sommes la plupart du temps ballottés par les courants contraires des différentes parties de nous, qui se mettent souvent toutes ensemble à débattre lorsqu'une décision nous échoit. Mais si on se met à entendre des voix... ne serait-ce pas là un signe de démence ?

La question est intéressante. Il s'agit de distinguer ce qui relève de la pathologie, du mode de pensée ordinaire. Si les personnes souffrant de schizophrénie décrivent, par exemple, le fait d'être assaillies par des voix, il s'agit pour elles d'une altération de leur capacité à vivre dans notre espace de réalité. Notre capacité à vivre dans une réalité partagée par presque tous est notamment due à notre aptitude à distinguer ce qui est imaginaire et réel. Ce qui se déroule dans la pensée de tout le monde se révèle cependant proche de voix que nous entendons également, mais dont on sait qu'elles sont « nous » et qui sont animées de propos dits « normaux ». C'est tellement vrai – que nous écoutons bien notre pensée – que c'est également un phénomène qui a pu être mis au jour par l'imagerie médicale. En effet, une personne placée dans un espace parfaitement insonorisé montre bel et bien une activité au niveau de l'aire auditive de son cerveau. Or, il n'y a rien à entendre... La personne est donc bien en train d'écouter sa propre pensée. Cette propriété de la pensée s'appelle l'endophasie.

« je ne sais rien.
Et quand je parle,
ce n'est pas moi
qui parle, mais
mon daïmon. »

Le mathématicien Cédric Villani¹ a décrit ce phénomène qu'il a vécu dans l'une de ses démonstrations qui allait le conduire à recevoir la médaille Fields en 2010, l'équivalent d'un prix Nobel en mathématiques. Il raconte qu'après s'être engagé auprès de ses amis à résoudre une erreur complexe, il a passé des heures acculé à sa table de travail à chercher sans relâche, sans résultat. Il s'était couché épuisé à trois heures et demie du matin, bredouille. C'est lorsque son réveil sonne quelques heures plus tard que, dans un demi-sommeil, il entend une voix intérieure dire : il faut prendre la Transformée de Fourier et faire passer le second terme de l'autre côté... et ça a marché !

C'est également ainsi que Thierry Boiron, dirigeant du laboratoire éponyme, décrit sa décision soudaine de créer une filiale en Russie. Et il se félicite de rester fidèlement à l'écoute de cette sagesse intérieure.

Nous bénéficions d'un haut patronage dans le domaine. Socrate lui-même disait : « Je ne sais rien. Et quand je parle, ce n'est pas moi qui parle, mais mon daïmon. » Daïmon ne trouve pas réellement de traduction valable en français, mais tentons une approximation : la notion de guide, ou d'esprit aidant au discernement. Cette notion datant de l'antiquité se retrouve aussi au Japon, avec le Kami, et en Perse, actuel Iran, avec une notion qui a traversé le temps, le « Daerna », et continue de signifier « l'inspiration », pour cette contrée qui a porté aux nues ses poètes.

1. Exemple de Cédric Villani extrait d'un entretien avec Philippe Pajot pour La Recherche, novembre 2015.

