

P E N N E Y P E I R C E



L'intuition

Une voix qui ne trompe pas

 LES EDITIONS DE
L'HOMME

Table des matières

Remerciements.....	9
Préface.....	11
Note de l’auteur.....	17
Comment tirer le meilleur parti possible de ce livre	29
Que faire ? Outils et mode d’emploi.....	43

PREMIÈRE PARTIE

Le nettoyage de la lentille de la perception	53
--	----

Chapitre 1

La reconnaissance du processus intuitif.....	55
--	----

Chapitre 2

Optez pour une vision intuitive du monde	77
---	----

Chapitre 3

Vivez en harmonie avec le cycle de la création.....	101
---	-----

Chapitre 4

Percez les secrets de votre subconscient.....	129
---	-----

DEUXIÈME PARTIE

Accédez à l'information subtile..... 157

Chapitre 5

Prenez conscience de l'invisible 159

Chapitre 6

Soyez à l'écoute de votre corps..... 193

TROISIÈME PARTIE

L'utilité de l'intuition 221

Chapitre 7

Harnachez vos rêves et votre imagination..... 223

Chapitre 8

Notre guide, le supraconscient..... 255

Chapitre 9

L'intuition dans la vie quotidienne..... 285

Chapitre 10

Suivez le mouvement naturel..... 319

Annexe

Pour en savoir davantage..... 349

Notes..... 369

Chapitre 1

La reconnaissance du processus intuitif

Il semble que nous ayons commis une grave erreur en nous identifiant exclusivement à notre conscience, en imaginant que nous ne sommes que le produit de ce que nous savons sur nous-mêmes. Notre être se compose de beaucoup plus, certains de ses éléments s'adressent à nous en des langues difficiles à comprendre. Pour les apprendre, nous devons prêter une oreille très attentive aux mythes étranges de notre esprit et bien observer les événements qui se produisent, peu importe que ceux-ci obéissent ou non à des explications orthodoxes. Car, ainsi que le dit Jung, « [il] est à la fois important et salutaire de parler aussi de ce qui nous est incompréhensible. »

LYALL WATSON

POUR COMBATTRE LA SURDOSE D'INFORMATION

Ce matin, au réveil, avez-vous tout de suite noté ce que vous deviez faire, vous êtes-vous inquiété de ce que vous parviendriez à accomplir au cours de la journée ? Sentez-vous qu'il vous faudrait être plus intelligent ou plus rapide pour absorber autant d'information et travailler plus efficacement ? Votre esprit s'efforce-t-il, comme un patron tyrannique, d'organiser et de dominer votre entourage et votre environnement pour que la vie soit tolérable ? Nous sommes si habitués à obéir à la logique de notre hémisphère gauche que nous en sommes venus à trouver normales de telles situations de stress. Certains jours, j'ai envie de crier : « Au secours ! Je suis l'otage de ma pensée linéaire ! »

L'intuition ne se distingue pas de la vie. Pour la trouver, il faut pénétrer de plain-pied dans la vie et accorder son pas au sien. Vous vous servez de votre intuition tous les jours, mais vous ignorez sans doute quand et comment. Le chapitre 1 vous permet d'évaluer vos capacités intuitives et vous donne un aperçu de vos possibilités. La première étape d'un processus, quel qu'il soit, correspond à la germination d'une graine: elle s'ouvre mais n'éclôt pas encore. Les idées contenues dans ce chapitre sont comme des graines en germination: elles vous ouvrent à d'autres niveaux de connaissance. Détendez-vous et demeurez réceptif.

Sans doute ressemblez-vous à Cynthia, cofondatrice d'une prospère société de la Silicon Valley; Cynthia se fie largement à son intuition pour prendre des décisions. Chaque jour, elle reçoit plus de cent messages électroniques, télécopies et coups de téléphone; elle a à peine le temps de les déléguer, encore moins celui d'en prendre personnellement connaissance. Elle dit que cette surdose d'information la submerge et nuit à ses facultés intuitives.

Lorsque la raison domine, les rêves, les prophéties, les révélations psychiques et les forces de l'inconscient se terrent pour bouder. La réussite du rationalisme à nous interdire l'accès à nos dimensions psychiques et spirituelles nous prive de la moitié de notre vie.

JEAN HOUSTON

Dans notre monde de vitesse et de complexité grandissantes, il semble devenu indispensable de cultiver une connaissance qui ne dépende pas d'une masse de documents et d'un excès d'information. Imaginez un peu que, renonçant à notre besoin compulsif de dévorer des données, nous nous en remet-

tions à notre intuition, nous obéissions à notre première impression et nous nous laissions guider par une harmonie profonde. Ainsi, ce que nous devrions connaître nous serait révélé, et la personne à qui incomberait une tâche l'assumerait d'emblée.

Colette, analyste de systèmes au sein d'une grande société de haute technologie, avoue que, lorsqu'elle se rend mentalement disponible, chaque personne qui s'arrête à son bureau pour bavarder lui apporte quelque chose. Jean lui tend comme par magie le rapport dont elle a besoin pour mettre au point ses tableurs; Sylvie lui procure une information clé; Hervé connaît la personne avec laquelle devrait communiquer pour en savoir davantage sur un nouveau secteur de l'industrie.

Nous sommes sur le point de découvrir une façon de travailler plus vite, plus harmonieusement et plus efficacement, sans subir la tyrannie de notre hémisphère gauche. *Se pourrait-il que l'ère de l'intuition se profile derrière l'ère de l'information ?*

Peu importe la somme de données que nous recueillions, si nous nous contentons de faire appel à notre rationalité, nous n'utilisons qu'un faible pourcentage de notre potentiel (dix pour cent à peine, selon certains scientifiques) – et nous resserrons les limites de notre univers. La perception de notre hémisphère gauche est terne et ennuyeuse si on la compare à la connaissance directe, à la révélation et à la sagesse. Ces modes de connaissance éclosent comme par magie en surgissant d'une puissance plus vaste. Je suis convaincue que l'intuition correspond à quatre-vingt-dix pour cent de nos facultés cérébrales. L'intuition nous donne un tableau plus complet de la situation; elle nous permet d'accéder à cette compréhension simultanée qui nous place, en même temps que les faits, en relation avec un univers situé au-delà de nous-mêmes. Une amie de ma mère, qui a commencé à développer son intuition vers le milieu de la soixantaine, a très bien su résumer cette pensée: « Si je revenais à mon ancienne façon de voir les choses, j'aurais l'impression de régresser au stade du *lombric* ! »

Par le passé, on considérait que l'intuition était l'apanage des femmes, des artistes, des mystiques, des poètes, des oracles, des lunatiques ou des autres éléments marginaux de notre société. Si, de nos jours, la connaissance intuitive est encore méprisée par certains intellectuels qui n'y voient que mollesse et complaisance, plusieurs indices nous montrent que la perception du public est en train de changer. Des auteurs tels que John Bradshaw, Marianne Williamson et Carolyn Myss contribuent à accroître la popularité du retour sur soi et nous incitent à nous pencher sur le rôle que nous confions au cerveau dans la création de notre réalité.

AIDE-MÉMOIRE

Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise façon d'être intuitif !

Les défenseurs de la perception extrasensorielle et des autres domaines de la parapsychologie, notamment l'astronaute Edgar Mitchell, le D^r Deepak Chopra et l'expert en expériences de mort imminente, Raymond Moody, nous invitent à améliorer notre qualité de vie en explorant les royaumes transpersonnels de la conscience. En outre, certains physiciens tels que Fritjof Capra affirment que, pour comprendre notre univers holographique et résoudre les problèmes complexes de notre époque, nous devons transcender nos théories mécanistes. L'intuition, semble-t-il, a enfin trouvé son utilité.

Reconnaître l'intuition

Le savoir, comme l'ouverture à une plus grande connaissance, emprunte des chemins tortueux. Il n'est pas dans nos habitudes de reconnaître et d'accorder autant de valeur à la vérité intuitive qu'à ce qui est scientifiquement et concrètement démontré. Par exemple, avez-vous déjà eu des papillons dans l'estomac parce que vous étiez certain de connaître une personne ou un lieu que vous n'aviez encore jamais vus ? Avez-vous déjà tout tenté pour vous lier d'amitié avec une personne dont la photo vous aura troublé ou dont le nom éveillait en vous un souvenir confus ? Il nous suffit parfois d'approcher quelqu'un, de tenir un objet dans

nos mains ou de nous rendre en un lieu précis pour qu'un schéma de connaissance prenne (ou reprenne) forme en nous. Soudain, une image se présente à notre esprit, ou notre corps nous transmet un signal de danger ou de bien-être.

La perception intuitive s'écarte souvent de notre conception habituelle du temps, de l'espace ou de l'identité. Au début, il se peut que nous n'y comprenions rien. Quand j'ai commencé à étudier les sociétés anciennes et spirituelles, notamment celles des Égyptiens et des Esséniens, j'avais l'impression d'être née par erreur à notre époque, de m'être trompée de siècle, car il me semblait savoir depuis toujours ce que je lisais. J'étais alors une jeune directrice artistique, je ne savais pas à quoi correspondaient mes perceptions mystiques, mais ces aperçus d'une connaissance que je croyais déjà détenir m'intriguaient. « Que pourrais-je devenir, songeai-je, s'il m'était possible de réintégrer toutes mes anciennes vies ? » Cet étrange sentiment de déjà-vu m'a insufflé le courage de quitter mon poste de direction et de sauter à pieds joints dans l'enseignement spirituel et la pratique de l'intuition.

Si nous faisons preuve de patience et si nous attendons qu'un univers plus vaste nous soit révélé, les pièces du casse-tête finissent par s'assembler, nous livrer leur signification et nous émerveiller.

COMMENT L'INTUITION S'EST-ELLE MANIFESTÉE DANS VOTRE VIE ?

Notez dans votre journal deux ou trois de vos expériences les plus étonnantes en matière de connaissance intuitive :
« J'ai fait un rêve qui s'est réalisé. J'ai évité un accident de _____ de justesse. J'étais justement en train de penser à Georges quand je l'ai croisé au cinéma. » Quelles questions ces occurrences ont-elles soulevées ? Comment avez-vous réagi à ces événements ?

L'intuition peut nous transmettre des réponses précises et terre-à-terre ; elle peut nous dire, par exemple, en qui nous pouvons

avoir confiance, ce que nous devrions éviter de manger, et nous inculquer une compréhension immédiate de schémas intellectuels complexes. Les domaines de la mathématique et de la chimie regorgent d'anecdotes au sujet de découvertes extraordinaires à la suite de rêves ou d'illuminations. Voici ce que relatait le mathématicien Jacques Hadamard : « Un bruit venait de me réveiller quand, tout à coup, la solution à un problème, que je cherchais depuis très longtemps, m'est venue en tête sans que j'aie eu le temps d'y réfléchir. » Même Pythagore a eu une révélation intuitive en observant les différents sons émis lorsqu'un forgeron battait des fers de différentes longueurs : il a découvert que la fréquence vibratoire d'une corde dépend de la longueur de cette corde.

*L'intellect a peu à voir avec la découverte.
L'inconscient bondit – appelez cela l'intuition
ou donnez-lui le nom que vous voulez –, la solution
vous est dictée, mais vous ignorez comment ou pourquoi.*

ALBERT EINSTEIN

Même si vous n'avez jamais fait d'expérience intuitive inhabituelle, sachez que votre intuition est toujours à l'œuvre dans votre vie. La perception intuitive est un phénomène normal. Pourquoi avez-vous décidé ce matin de porter du jaune sans savoir que la personne avec qui vous aviez rendez-vous pour déjeuner en portait aussi ? Pourquoi avez-vous pris la route panoramique pour rentrer chez vous, évitant ainsi un carambolage sur l'autoroute ? Était-ce dû au hasard ou à votre intuition ?

Il se pourrait que ce que nous qualifions de « pure coïncidence » corresponde en réalité à une perception tout à fait normale à laquelle nous ne sommes pas encore habitués. Imaginez un peu qu'il soit habituel pour vous d'entrer en communication avec n'importe qui, n'importe où, n'importe quand et à quelque niveau que ce soit. Imaginez qu'il soit *normal* pour vous de savoir *immédiatement* tout ce que vous désirez savoir.

L'intuition s'active lorsqu'une personne est si absorbée dans une occupation qu'elle en perd la notion du temps. Quand vous étiez enfant, vous dessiniez des animaux ou des avions, vous vous laissiez emporter par la magie des traits, des formes, des couleurs que traçait votre main. Quelles sont les activités qui vous captivent à ce point aujourd'hui ? Oubliez-vous le temps qui passe quand vous faites du jardinage ? Oubliez-vous de déjeuner quand vous travaillez dans votre atelier, que vous êtes à votre table à dessin ou devant votre ordinateur ? Lorsque vous êtes totalement absorbé par votre moyen d'expression, votre intuition se déploie. Vous n'hésitez pas devant le geste à faire, devant vos choix, vos idées ou les résultats de votre travail. Vous suivez le courant. Lorsque vous savez reconnaître les sensations subtiles de l'intuition à l'œuvre, où qu'elle se manifeste, il devient plus facile d'étendre ces caractéristiques à d'autres domaines de votre vie.

*L'âme a le devoir d'être fidèle à ses désirs.
Elle doit s'abandonner à sa passion première.*

REBECCA WEST

APPRENEZ À RECONNAÎTRE ET À INTENSIFIER LA SENSATION INTUITIVE

1. Pendant quelques instants, remémorez-vous tous les détails sensoriels liés à une occupation qui vous captive. En vous les remémorant, vous recréerez les sensations et les émotions agréables que cette occupation vous fait vivre. Prenez votre temps ; franchissez chaque étape de cette activité. Par exemple, si vous aimez jardiner, respirez l'odeur de l'humus et du fertilisant, regardez et manipulez la truelle, les feuilles de la plante, observez les couleurs et les textures, sentez la chaleur du soleil sur votre visage et votre dos, enfiler vos gants, imaginez que vous creusez la terre et que vous la retournez, que vous

plantez des graines, que vous arrosez, que vous sarclez.

2. Remémorez-vous maintenant une activité qui vous déplaît, par exemple parler en public. Imaginez les sensations qui naissent de votre anxiété.
3. Enfin, tout en vous imaginant en train de prononcer un discours, recréez les sensations agréables que vous associez au jardinage et juxtaposez-les à cette activité déplaisante. Notez comme vous vous détendez, comme vous vous ouvrez à la réaction du public, comme vous devenez sensible à l'ambiance qui règne dans la salle. Imaginez que chaque instant de votre discours est aussi enrichissant et intéressant que le jardinage. Perdez-vous un peu la notion du temps ? Vous sentez-vous plus détendu ? Remarquez combien les idées vous viennent facilement, notez l'aisance avec laquelle vous répondez aux questions que l'on vous pose, et votre sens de l'humour.
4. Décrivez votre attitude et les conditions que vous avez su recréer qui vous mettent à l'aise, qui vous donnent de la souplesse et vous rendent plus intuitif.

AIDE-MÉMOIRE

Tout est possible.

L'étude des mécanismes de l'intuition et des sensations qu'elle entraîne nous éveille aux principes énoncés ci-dessous :

L'intuition nous permet de savoir ce que nous devons savoir, quand nous devons le savoir. L'univers n'a pas de temps ni d'énergie à perdre. Notre intuition nous procure l'information dont nous avons besoin quand cela s'avère nécessaire, jamais trop tôt ni trop tard ; tous les moyens sont bons pour qu'elle parvienne à nous atteindre.

Mariette, une de mes étudiantes, avait en vain cherché du travail pendant plus d'un mois en suivant la filière habituelle.

Chaque semaine, elle planifiait une stratégie qu'elle respectait à la lettre, sans succès. « Cette semaine, je vais proposer mes services au service des ressources humaines des grandes sociétés, je vais placer trois petites annonces dans les journaux, prendre contact par téléphone avec douze employeurs potentiels, participer à cinq rencontres d'orientation... » Elle était envahie par l'anxiété. Pourtant, au beau milieu de sa quête, elle décida de s'inscrire à un atelier de création poétique. Là, elle céda à l'impulsion de faire lire à la dame assise à ses côtés un poème qu'elle avait écrit. Au cours de leur conversation, les deux femmes se découvrirent des intérêts communs et constatèrent qu'elles en étaient toutes deux à un moment charnière de leur vie. La voisine de Mariette lui dit qu'un poste *venait tout juste de se libérer* au sein de la société bien connue qui l'employait. Mariette pouvait être la première à poser sa candidature.

Si Mariette avait su qu'elle pouvait se fier à son intuition pour lui ouvrir des portes, elle se serait épargné bien des angoisses. Heureusement, elle s'est montrée suffisamment disponible pour obéir à son désir d'écrire des poèmes et ne pas rejeter cette impulsion avec désinvolture. Quand vous faites confiance à votre intuition, les solutions que vous trouvez ne correspondent pas toujours à vos attentes, et les expériences que vous vivez ne sont ni bonnes ni mauvaises – elles sont tout simplement celles que vous êtes appelé à vivre.

Lorsque vous posez sur le monde un regard intuitif, questions et réponses se confondent et surgissent simultanément. Vous roulez en voiture et, sans raison, vous vous dites : « Je me demande comment se porte ma copine Nicole. Je ne lui ai pas parlé depuis une éternité. » Vous rentrez à la maison, et vous constatez que Nicole a laissé un message sur votre répondeur. Avez-vous pensé à elle parce qu'elle vous a téléphoné ? Vous a-t-elle téléphoné parce que vous avez pensé à elle ? Le décorateur concentre son attention sur un plan de maison un peu complexe. Tout à coup, son esprit vagabonde ; il est dans la lune. Et voilà que l'image d'une vague océanique se présente

à son esprit. C'est la solution qu'il cherchait : il faut à cette pièce des murs incurvés, non pas angulaires. Est-il possible que le supraconscient du décorateur ait connu la réponse depuis le début et que, pour que celle-ci se manifeste, il ait semé un *dilemme* dans son esprit rationnel ? L'esprit rationnel croit à l'existence d'une cause dans l'espace et le temps. Lorsque nous faisons appel à notre intuition, nous devinons que le conscient possède des caractéristiques supérieures ; la simultanéité et l'omniprésence.

L'intuition transcende les limites ordinaires du temps et de l'espace. Notre conscient peut connaître le passé et le futur comme s'ils avaient lieu *maintenant*. Ou encore, nous pouvons nous trouver ailleurs comme si cet ailleurs était ici. Toute science nous devient accessible. La connaissance intuitive est la connaissance directe ; elle ne s'embarrasse pas de rationalité et de linéarité ; c'est une connaissance qui se passe de preuves. Grâce à l'intuition, la bulle qui renferme votre expérience immédiate se dilate et se contracte et, comme la lentille d'un appareil photo, elle renferme plus ou moins de temps et d'espace. Voici que toute votre attention se concentre sur le rapport que vous devez rédiger ; votre univers se resserre et s'axe sur la tâche à accomplir. L'instant d'après, vous vous appuyez au dossier de votre chaise et vous regardez par la fenêtre. Votre esprit vagabonde, il absorbe le panorama en voyageant dans le temps. Quelques minutes plus tard, vous imaginez une solution ingénieuse pour illustrer votre point de vue.

Une anecdote palie relate une remarque typiquement acerbe de Bouddha, témoin de la prodigieuse lévitation de l'un de ses disciples. « Ceci, dit-il, ne contribuera pas à la conversion des infidèles ni au bien-être des convertis. » Puis il se remit à parler de la délivrance.

ALDOUS HUXLEY

Lorsque vous faites appel à votre intuition, votre réalité et le savoir auquel vous pouvez accéder se transforment en fonction de l'ampleur du paysage intérieur que vous contemplez.

SI JE PARVENAIS À DÉVELOPPER MON INTUITION...

Notez dix choses que vous feriez si vous jouissiez d'une intuition active, disponible, prête à vous rendre service : « Je saurais qui m'appelle avant même de répondre au téléphone. Je guérirais les gens par simple imposition des mains. Je me souviendrais de mes rêves et je serais en mesure de les influencer. Je peindrais davantage... » Activez votre imagination et visez les étoiles.

L'INTUITION N'EST PAS UN TOUR DE PASSE-PASSE

L'intuition, c'est plus que l'éclair de génie, l'inspiration des Muses ou l'accès direct à un savoir illimité. Dans l'absolu, le processus intuitif clarifie et précise votre perception quotidienne et vous permet de faire l'expérience exaltante de votre propre divinité. Malheureusement, l'on réduit souvent l'intuition à un tour de passe-passe.

Si vous faites appel à votre intuition pour gagner au jeu de société Docte Rat ou pour lire dans le passé et l'avenir, vous devenez ce que j'appelle un *clairvoyant*. Les clairvoyants ont parfois des visions justes, mais ils se concentrent habituellement sur le quoi, non pas sur le comment ni le pourquoi, sur la forme, non pas sur le processus. Lorsque nous nous limitons à la forme, nous négligeons le processus qui précède la forme et crée celle-ci, ainsi que l'être profond, ou l'esprit, qui sous-tend ce processus vital. Nous parvenons de la sorte à trouver rapidement des réponses qui nous paraissent crédibles, mais nous demeurons aveugles à la structure qui procure à ces réponses une signification profonde. Lorsque la forme seule nous fascine, nous nous laissons facilement captiver par les phénomènes psychiques (ou parapsychologiques) et nous négligeons d'apprendre à maîtriser une façon de vivre plus enrichissante.

L'INTUITION EST UNE VOIX INTÉRIEURE QUI SERT DE GUIDE.

Elle inspire, rend créatif et pousse à faire confiance aux bonnes personnes. À son écoute, les décisions s'imposent d'elles-mêmes et l'on fait de meilleurs choix. Pourtant, la logique et la raison font que ce don naturel reste peu utilisé. Inspiré par divers courants philosophiques, psychologiques et spirituels, cet ouvrage propose une méthode accessible pour réveiller ce sixième sens endormi. Vivre au rythme de l'intuition, c'est accueillir la réussite dans tous les domaines.

PENNEY PEIRCE anime des ateliers de développement intuitif dans le monde entier. Depuis près de 35 ans, elle forme et conseille des particuliers ainsi que des professionnels de tous horizons, autant chefs d'entreprise et dirigeants gouvernementaux que scientifiques et psychologues.

