



Thierry Saussez

Créateur du Printemps
de l'Optimisme,
Incubateur d'énergies positives.



Cultivez votre sixième sens !

Validons nos intuitions. Avant de raisonner et de décider, ce sont souvent nos intuitions qui déclenchent émotions et pensées et jouent donc un rôle dans notre manière d'être et d'agir. Certains scientifiques estiment que lorsque ces intuitions nous poussent à l'empathie, à la gratitude, au réconfort, c'est-à-dire à des attitudes morales, notre cerveau libère des neuropeptides. Ils ont, en complément de la sérotonine, une fonction de neuro-modulation et interviennent en particulier dans la régulation du sommeil, l'éveil, la récompense.

On peut définir l'intuition comme une impression brusque, une vision directe et immédiate, sans médiation, un pressentiment. Les femmes, plus sensibles, les suivraient davantage que les hommes, plus rationnels, plus prudents à l'égard de l'expression de leurs sentiments. Les qualités dites féminines progressent néanmoins dans la gence masculine du fait notamment d'une paternité mieux assumée, source de grandes émotions positives.

Pour les uns, c'est un sixième sens, le raisonnement inconscient de nos pensées, un indicateur central, un être en soi qui, à lui seul, peut déclencher confiance et action. Steve Jobs a déclaré que l'intuition est plus puissante que l'intellect.

Pour les autres, l'intuition s'oppose à la connaissance par le raisonnement, une dimension paranormale voire mystique, une pulsion incertaine. À leurs yeux la sécrétion des substances bénéfiques évoquées plus haut serait classiquement celles des émotions positives. La science nous en apprendra sans doute plus avec le progrès spectaculaire des recherches sur le cerveau. Elle nous dira si notre esprit est capable d'anticiper un petit saut dans le futur.

Dans cette attente, convenons par expérience que nous avons, en tous cas, un instinct qui peut nous faire imaginer ce qui va se passer ou qui nous pousse à agir comme un avertissement ou une opportunité à saisir. On peut le nommer comme on veut. Reste qu'il est déterminant dans nos attitudes et nos choix.

Nous, les optimistes, n'avons pas plus à accepter la tutelle de nos intuitions que celle de nos émotions. Nous avons à les entendre, à les décrypter, à les valider par une intense capacité d'observation et d'analyse, même rapide, du maximum de données disponibles.