



Conduire en Inde !



L'INTUITION :

« Nous avons créé une société qui honore le serviteur et a oublié le don »



Mental-Objectif-Perf.

**News Letter
N° 52**

FEVRIER 2019

LE MENTAL INTUITIF EST UN DON SACRE ET LE MENTAL RATIONEL EST SERVITEUR FIDELE (ALBERT EINSTEIN)

Comme chaque mois, Mental-Objectif-Perf tente de vous intéresser par la lecture d'un sujet différent ayant trait à la recherche de la performance.

Cette News Letter n'a d'autres prétentions que de vous faire partager et réfléchir à des thèmes et des sujets qui auront retenu mon attention dans le cadre d'une recherche perpétuelle d'améliorer notre comportement afin de mieux profiter de la vie, de mieux nous connaître et donc de mieux contrôler nos émotions.

Je vous propose ce mois-ci de nous intéresser à ce 6^{ème} sens que l'on nomme l'Intuition.

Qu'est-ce que l'Intuition ?

Selon IRIS (école de formation <https://www.iris-ic.com/>), certains la définissent comme une certitude, une conviction, une évidence, qui peut prendre la forme d'une sensation, d'un ressenti. D'autres la perçoivent comme une petite voix, une sorte de sagesse intérieure. Les créatifs parlent d'inspiration. Pour les scientifiques, c'est l'« Eurêka ! », la révélation, l'éclair de génie. Avoir du flair, faire appel à son instinct ou à son sixième sens, écouter son cœur... Si vous posez la question autour de vous, vous obtiendrez autant

de définitions que de personnes interrogées.

Définition de l'Intuition



Pour comprendre ce qui se cache derrière ce mot mystérieux, ouvrons le dictionnaire. Etymologiquement, l'intuition vient des mots latins in (en, dans) et tueri (regarder attentivement, contempler). Intueri signifie donc l'acte de regarder attentivement à l'intérieur de soi, voir de l'intérieur. Dans le dictionnaire, l'intuition est définie comme une « connaissance soudaine, spontanée, indubitable », une « connaissance directe, immédiate de la vérité, sans recours au raisonnement, à l'expérience ». Elle désigne le pressentiment de ce qui est ou doit être, l'acte de percevoir ce qui nous est inconnu, sans pouvoir l'expliquer ou l'argumenter.

Que nous apprend cette définition ?

D'après sa définition, l'intuition est un mode de connaissance indépendant de la raison. Elle ne provient pas d'un processus rationnel ou logique et n'est donc pas issue d'une réflexion, d'une analyse ou d'une déduction. L'intuition procède de façon immédiate et représente une forme de compréhension directe et spontanée, qui ne s'appuie ni sur l'expérience, ni sur des indices sensoriels. Il s'agit d'accéder à une connaissance qui provient de l'intérieur de nous, et non de l'extérieur. Les racines latines du mot prennent alors tout leur sens.

Ceci sous-entend que nous avons, en chacun de nous, des connaissances que nous recherchons généralement dans le monde qui nous entoure. Et l'intuition serait alors une voie d'accès à cette source d'informations souvent insoupçonnée. Ce précepte amérindien le résume joliment : « La nature toute entière est contenue dans l'esprit d'un seul homme. Attiré par le reflet des apparences, il regarde du mauvais côté. Apprends à tourner tes yeux vers l'intérieur ».

Peut-on se fier à l'Intuition ?

La réponse est oui ! Par définition, une intuition est toujours juste. Elle est « indubitable » et atteint la vérité directement. Si votre intuition n'est pas juste, c'est que ce n'en est pas une. Il arrive généralement que nos émotions, nos jugements, nos interprétations entrent en jeu et se mêlent à nos perceptions intuitives. Ce que nous prenons alors pour des intuitions ne sont en fait que l'expression de nos peurs, de nos désirs, de nos a priori... Pour pouvoir se fier à notre intuition, nous devons donc la distinguer des perceptions provenant de nos émotions et de notre intellect.

La recherche scientifique, ainsi que le vécu que chacun peut avoir à un moment ou un autre, nous révèlent que l'intuition est une capacité que nous possédons tous, que nous pouvons en développer son usage par la pratique, et qu'elle nous permet d'accéder à une perception, à une connaissance plus directe. L'intuition ne serait-elle pas au fond une formidable voie d'exploration de nous-mêmes, et du monde ?

La bonne clef : Diminuer le raisonnement !



Selon Martin Gislser, l'intuition est plus précise que l'analyse, et plus rapide, c'est ce qui la rend si précieuse.

Dans un monde où l'agilité est omniprésente, le fait de savoir : **qu'en se tablant sur l'intuition nous prenons des meilleures décisions que si nous l'ignorons, peut en surprendre plus d'un.** Pourtant il en est bien ainsi...

Les neurosciences le confirment : **l'intuition est une forme d'intelligence présente en chacun de nous. Elle se cultive, se travaille et s'aiguisé au quotidien.** Y donner suite, c'est faire confiance à notre boussole intérieure et à nos ressentis qui ont très souvent raison.

C'est un peu à l'image d'une **sensation au bout des doigts**, un ressenti fin et en même temps très puissant. Peut-être vous le percevez comme une petite voix intérieure qui vous guide, **une certitude puissante** qui s'impose ou une **autre réaction corporelle** plus ou moins forte.

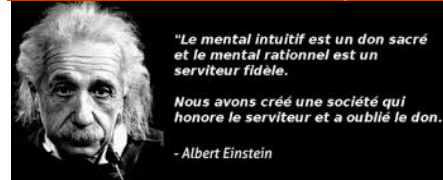
La vie devient plus simple

En étant ouvert et réceptif à l'intuition, elle peut ainsi trouver sa place. De la refouler ou de l'ignorer est une perte certaine ! Car, aujourd'hui, nous le savons - même si nous ignorons une bonne partie de son fonctionnement - elle est une alliée utile qui facilite grandement notre vie.

L'intuition, le sixième sens, n'est ni magique ou un don réservé à quelques élus privilégiés. Bien au contraire : c'est une faculté à la portée de chacun d'entre nous.

Lorsque l'intuition nous bouscule, nous harcèle, c'est pour nous faire bouger, nous faire comprendre quelque chose. Elle le fait jusqu'à ce que nous nous mettions en route pour régler le sujet qui semble tant nous tenir à cœur.

Abert Einstein le disait déjà...



L'intuition est la seule valeur qui amène une vraie richesse. C'est comme un don du ciel que nous ferions bien d'utiliser et en toute confiance. Elle nous permet de prendre des décisions rapides et justes, même si nous ignorons souvent leurs origines. Mais, en avons-nous besoin ?

L'intuition est un outil tellement puissant et précieux dans notre vie. **Pourtant, souvent, nous la repoussons car nous n'avons aucune explication logique à y opposer.** Quelque chose qui nous rassure. Une preuve irréfutable, que personne ne peut de bonne foi mettre en cause.

Finalement, nous pourrions reconsidérer notre manière de fonctionner : à l'image du surfeur, qui choisit une vague pour

être en osmose avec elle. Cette cohésion, parfaite, va nous permettre de poursuivre notre chemin plus librement et rempli de confiance.



En développant et en faisant confiance à notre intuition, nous pouvons transformer la façon dont nous menons notre vie personnelle et professionnelle. Elle nous permet de trouver des solutions simples à nos problèmes et d'accélérer nos prises de décisions...

Selon le magazine « Reine des temps modernes »

(<https://reinesdestempsmodernes.com/>) appelée petite voix intérieure ou encore sixième sens, l'intuition fait partie de nous. Les enfants sont dotés d'une capacité intuitive surprenante qui leur permet d'agir sur le moment présent et de satisfaire leurs envies. D'ailleurs une fois adulte, nous avons tous entendus cette fameuse phrase : « retrouver son âme d'enfant ». Alors pourquoi s'en priver ?

L'intuition est une véritable boussole intérieure. Elle nous indique quel chemin ou décision prendre lorsque nous sommes face à une impasse. Elle permet d'adapter notre comportement face à quelqu'un et d'être suffisamment clairvoyant devant n'importe quelle situation. Cependant, nous sommes dans une société de consumérisme et matérialiste où les valeurs humaines sont refoulées et mises à l'écart. Nous ne prenons plus le temps d'apprécier ce qui nous entoure et ce que nous avons. Nous sommes de plus en plus distraits et cela nous empêche d'être en connexion avec son moi intérieur. De plus, la rationalisation de la pensée a pris le dessus sur nos émotions. Nous agissons plus en fonction des règles reçues par la société et de notre éducation (qui nous sont nécessaires aussi) mais qui ne sont pas forcément en adéquation avec nos valeurs et nos envies du moment.

Développer son intuition



Lorsque nous prenons le temps de développer notre intuition, c'est-à-dire de prendre le temps de s'écouter, de se débarrasser de tous ces parasites qui nous empêchent d'être nous-même, la Vie met sur notre chemin ce qui est le mieux pour nous et participe à notre épanouissement. C'est compliqué d'écouter notre petite voix intérieure et de passer à l'action car nous ne sommes pas toujours au clair avec nous-même. Nous sommes habités par ces peurs et confrontés à ces fameuses règles établies par la société... Mais il existe des « méthodes » pour se recentrer et être au clair avec ses émotions comme la méditation, le yoga, la pratique d'une activité sportive... Il faut pouvoir aérer son cerveau et laisser de la place à notre pensée intuitive.

Développer son cerveau droit

Il semblerait que les personnes hypersensibles disposant d'un cerveau droit plus développé que la moyenne soient très intuitives. Ces personnes apprennent par l'émotion qu'elles ressentent. Et elles vont visualiser des images liées à leur ressenti pour aller stocker le tout dans leur mémoire.

Le cerveau droit fonctionne par association d'idées en arborescences et non de façon linéaire. C'est ce qui rend assez incompréhensible le lien de cause à effet entre deux informations. Mais l'intuition ainsi reçue par l'inconscient est bien fiable. Vous n'avez qu'à vérifier par votre expérience.

Le Tir, l'Intuition et... l'Inde !!

Le lecteur assidu de mes news letters que vous êtes n'aura pas manqué de se poser la question sur le rapport entre l'Intuition et les photos du trafic routier en Inde illustrant en 1^{ère} page cette news letter.

Je suis convaincu depuis longtemps que le tir de haut niveau nécessite, après l'acquisition de la technique, de revenir en compétition sur une part importante de créativité et que seule une créativité produite par le subconscient peut répondre à notre besoin de coordination rapide. J'ai souvent exprimé mes convictions quant à l'existence de 2 mondes dans le tir :

Le monde de l'entraînement (le monde de l'apprentissage par la répétition en mode conscient) et le monde de la compétition (utilisation subconsciente des compétences)

L'intuition correspond parfaitement à l'expression de la créativité en mode subconscient (non réfléchi, non analysé car la conscience est un filtre qui ralentit le process de décision et d'exécution).

Et le rapport avec la conduite en Inde !?

Je reviens de la Coupe du monde de New Delhi et j'y ai vécu une expérience de la conduite et du code de la route inédite : Le trafic est tel que le code de la route se résume à conduire au milieu (volant à droite) et à gérer uniquement ce qui se passe devant soi au présent (éviter le véhicule devant vous ou se rabattre à gauche pour éviter le véhicule), à ne pas utiliser ses rétroviseurs, à ne pas se poser de question sur l'avenir (ce qui peut se passer dans la seconde qui suit le dépassement dans un virage) et à klaxonner en permanence pour prévenir que l'on est là !!

Et cela fonctionne parfaitement car les embouteillages sont relativement fluides, le principe étant d'avancer dans chaque espace possible, la route n'étant pas une limitation à l'espace (le trottoir en fait partie !).

Le trafic routier est composé de camions, voitures, touc-touc, motos, charrettes, vélos et piétons (sur les 4 voies également) mais aussi de vaches, chiens, singes...

La conduite se fait donc totalement d'une manière intuitive : Gérer au présent la situation : Avancer pour combler le premier espace se libérant et éviter le véhicule ou l'animal devant vous ou venant en face !

Quand Albert Einstein déclarait :

« Nous avons créé une société qui honore le serviteur et a oublié le don »

Il était loin de penser combien nos sociétés modernes allaient réglementer la totalité de nos actions au point de nous déresponsabiliser entièrement de nos actes et de notre créativité et donc de l'intuition.

Nous sommes des serviteurs asservis à la réglementation de l'état et de ses représentants, et la prise de risque liée à la décision intuitive a disparu du fonctionnement de notre cerveau.

Au-delà de la stratégie sportive de l'Inde en tir, tellement opposée à celle de la FF Tir, on peut se demander si le quotidien du tireur indien ne l'amène pas naturellement à utiliser et à développer son cerveau droit, siège de la créativité et de l'intuition ?

Il m'apparaît donc important de replacer, dans notre conception du tir et dans son accompagnement, la notion d'intuition et de valoriser celle-ci car quand le tireur de bon niveau fait un 10 sans savoir comment, inévitablement il a agi par intuition !