

Emotions et intuition.

by admin - Mardi, avril 26, 2011

<http://www.visu-synect.com/poesis/lache-toi-emotions-et-intuition/>

Même quand nous pensons faire le vide, ne rien penser d'un sujet, notre cerveau pense, agit, calcule. 90% de nos opérations mentales seraient inconscientes. Nous appelons intuition une sensation, souvent indescriptible par les mots, d'un chemin à prendre, d'une direction vers laquelle aller. C'est un outil important. Ne pas freiner son intuition c'est gagner en créativité. Pour Einstein, il était clair que le processus créatif avait un caractère essentiellement non verbal et très visuel "d'abord il y a l'apparition, l'image de la création, puis dans une seconde phase, venait le dur labeur de mettre des mots sur ces images, ces sensations". Cette expérience rappelle les idées philosophiques (depuis Dionysos en passant par Nietzsche ou Derrida) selon lesquelles jamais un langage ne pourra traduire les sensations et les perceptions produites par nos cerveaux. Une présence d'avant les mots, dont le langage nous aurait éloigné et à laquelle nous ne cessons de tenter de revenir (J.C Ameisen). Comme nous l'avons vu, l'école et notre éducation nous enseignent que les émotions doivent être contrôlées et rationnelles et qu'il faut être mesuré avec ses intuitions ... Nous l'avons déjà évoqué sur ce site (voir article sur le [blocage et la perte de créativité](#)).

Stop trying to control everything and just let go. LET GO !

Une récente étude, réalisée par Michael Pham (université de Columbia) vient de démontrer que les décisions prises grâce aux émotions et non de manière rationnelle sont souvent les décisions les plus pertinentes. Le chercheur appelle ce phénomène "l'effet oracle émotionnel" (l'oracle étant, dans la Grèce antique, la réponse d'une divinité à une personne venue la consulter). Attention cependant, il faut que le sujet ait un minimum de connaissance sur un sujet donné. Si c'est le cas, sa prise de décision inconsciente et spontanée sera plus rapide et précise que s'il se concentre et qu'il raisonne. L'inconscient est capable de traiter de grandes quantités d'information sans jamais être dépassé. Comme nous le disions au début de l'article, même votre conscience semble vide de toute pensée, votre cerveau inconscient, dans la pénombre, continue son travail acharné. Faites lui confiance, laissez les sensations vous envahir et ne chercher pas à les nommer, laissez vous aller. Just-let-go. Let go !