

DE *l'intuition* AUX *prémonitions* EN 3 ÉTAPES

Identifier en nous les informations qui nous viennent des plans physique, mental, émotionnel et spirituel, puis les renforcer à travers des pratiques actives nous permettrait de différencier l'intuition du pressentiment.

Par Julie Klotz



(1) **Mettre de l'ordre en soi**
Olivier Clerc
Éd. Guy Trédaniel,
2012, 17 €

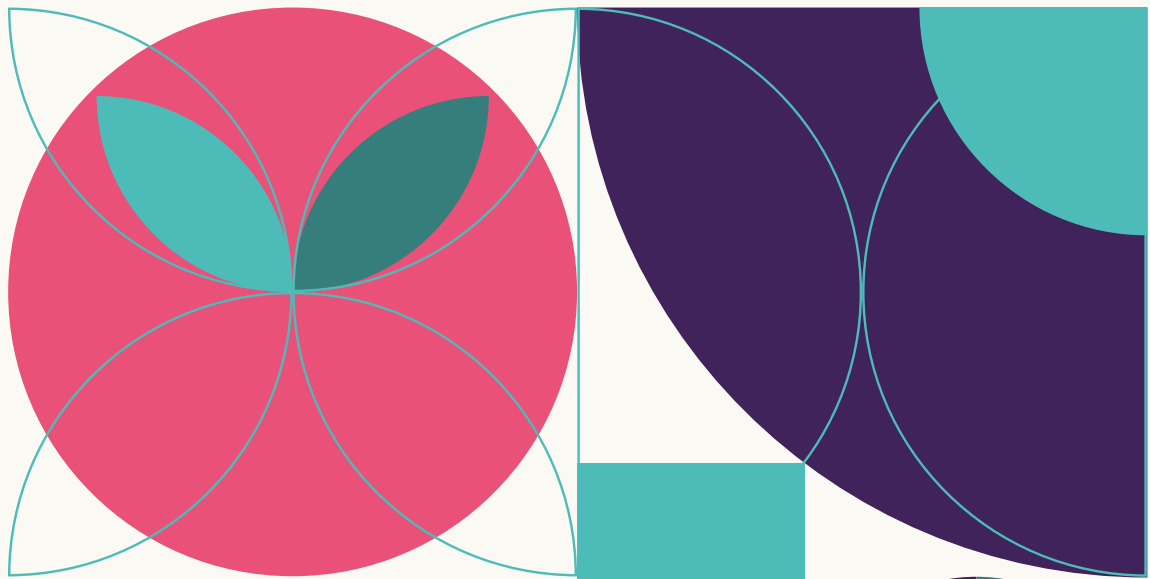
« *Le plus grand des pièges est de confondre pressentiment et intuition. Le pressentiment provient de la dimension affective et se révèle faux une fois sur deux, tandis que l'intuition relève de la dimension spirituelle et se révèle toujours juste* », avertit Olivier Clerc, écrivain, conférencier et formateur, spécialisé dans la spiritualité et le développement personnel. Et de l'intuition à la prémonition, il n'y a qu'un pas, car il s'agit toujours de reconnaître une information qui va pouvoir nous aider à mieux orienter notre futur. Malheureusement, il y a souvent confusion entre les différentes informations qui nous parviennent chaque jour. « *Une information vécue dans mon corps est différente d'une autre à laquelle je crois, qui est encore différente d'un savoir intellectuel. L'enseignement que j'ai reçu à l'école touche le mental, mais la plupart du temps n'a jamais été vérifié. Ces trois niveaux sont encore différents du plan spirituel dont les informations proviennent des intuitions, des rêves prémonitoires, des expériences mystiques...* », résume Olivier Clerc en soulignant que c'est surtout la dimension intuitive qui nous fait défaut.

Pour y voir plus clair, il s'agit de reprendre contact avec son être intérieur, même si notre éducation ne nous a pas encouragés à cela. Enfants, nous ne mangeons pas toujours parce que nous avons faim, mais parce que l'on nous dit de passer à table, et nous ne mangeons pas forcément ce qui est bon pour nous, mais ce que l'on nous suggère de manger. « *Plus on prend le temps d'observer en soi ce qu'il se passe, plus on arrive à distin-*

guer la nature des signaux qui nous sont donnés. Tantôt c'est le cœur qui parle, tantôt le corps qui m'envoie un signal fort, tantôt mon mental qui me suggère des hypothèses, tantôt mon intuition qui me guide. » C'est ainsi qu'Olivier Clerc a mis au point une méthode particulièrement utile et judicieuse, le « Tamis à 4 étages »⁽¹⁾, reposant sur les quatre dimensions de notre être : physique, affective, mentale, spirituelle. Son but est de mettre en conscience les différents plans afin d'améliorer notre discernement à travers la connaissance de soi et de l'autre. De cette manière, nous pourrions renforcer la dimension intuitive de notre être, à travers une pratique assidue, et éventuellement à l'aide d'un guide.

1 – **Trier et reconnaître l'information**

Pour Olivier Clerc, l'une de nos plus grandes richesses est notre « vécu », soit tout ce que nous avons vérifié ou expérimenté personnellement dans notre vie. C'est le premier niveau du « Tamis à 4 étages » qui correspond à ce que l'on plante dans son potager et que l'on incarne. « *Plus les gens sont déconnectés de leur vécu et de ce qui passe par leur corps, plus ils sont manipulables car ils fonctionnent à un niveau de croyance ou de savoir intellectuel, livresque et médiatique. Nous l'avons bien vu lors de la pandémie de la Covid-19. La peur est d'autant plus présente chez eux* », explique l'écrivain. Ce qui nous amène au deuxième plan, celui du cœur qui relève du sentiment, de l'émotion, des croyances et des superstitions. Derrière toute croyance, il y a de l'affect.



“
*Plus on prend le temps
d'observer en soi ce qu'il se passe,
plus on arrive à distinguer
la nature des signaux
qui nous sont donnés.*”

