

¿QUÉ ES LA INTUICIÓN?¹

MÓNICA DUARTE ARAUJO

Mi interés por el tema de la intuición como herramienta en el trabajo narrativo, surgió de las conversaciones que he tenido con dos personas que me consultan, pues hablan continuamente de la intuición y no hay sesión en que no la mencionen. Una la llama “mi radar” y la otra la llama “mi intuición” y a veces “mi instinto”. En ellas el tema de la intuición no es casual pues observo una capacidad muy desarrollada de un sentido de intuición que no había visto en otras personas. En las conversaciones la intuición se relaciona generalmente con la toma de decisiones respecto a salud o relaciones interpersonales, y de ahí mi curiosidad y deseo de reflexión.

Entonces empezaron mis preguntas: ¿Para mí, qué es la intuición? ¿Por qué es difícil definirla? ¿Por qué me parece que es un concepto que se me “escapa”, que se me “resbala”? Me siento muy identificada con las sensaciones que describen mis consultantes, pero: ¿Qué es? ¿Cómo funciona? ¿Cuándo aparece? ¿Será posible que algunas personas tengan la intuición más desarrollada que otras? ¿Es una habilidad que se puede desarrollar? ¿Cómo está presente en mi vida cotidiana? Y en mi trabajo diario, ¿Está también presente? ¿Cómo lo noto? ¿La utilizo? ¿Cómo la utilizo?

Ante estos cuestionamientos decidí realizar una búsqueda bibliográfica del término y preguntar a mis colegas respecto a su experiencia con la intuición en su trabajo, por lo que realicé un cuestionario rápido de 7 preguntas que fueron contestadas por 9 personas.

HISTORIA DEL TÉRMINO “INTUICIÓN”

¿Qué es la intuición? Una búsqueda por comprender desde varias disciplinas este concepto, nos arroja que, por su etimología, el término “intuición” viene del latín *intueri* «mirar hacia dentro» o «contemplar» y se define básicamente como la percepción cierta e inmediata de algo (Duns Scoto, s. XIV).

Rastreando su historia, encuentro para mi sorpresa que la intuición ha sido estudiada por la Filosofía, pues ya Platón habla de ella como el “ojo del alma”: en su libro La República se refiere a ella como el “ojo de la mente”. Aristóteles también la menciona, pero será hasta San Agustín que se observe cómo “la intuición nos auxilia para comprender lo más elevado, sirve de ligazón entre lo universal y lo subjetivo”. Varios pensadores pertenecientes a distintas corrientes filosóficas hablan de la intuición, especialmente en la Edad Moderna y definen la intuición como un concepto de la epistemología (teoría del

¹ Este artículo fue publicado originalmente en el Blog de Grupo Terapia Narrativa Coyoacán <http://terapianarrativacoyoacan.blogspot.mx/2013/08/que-es-la-intuicion.html>

conocimiento), como una forma de conocimiento que se adquiere de manera directa e inmediata sin la necesidad de pasar por el análisis o la racionalización.

Fue estudiada por los racionalistas, por Descartes, por Kant, por los empiristas y hacia el siglo XVIII se le atribuía el significado de ser un conocimiento inmediato, casi impulsivo. En la Crítica de la Razón Pura el genio alemán distingue la intuición *sensible* de la intuición *intelectual*, pues la primera es la forma en que el ser humano conoce las cosas a través de los sentidos, y la segunda surge dentro del proceso lógico de pensamiento, en ambos casos útil para el conocimiento.

Como precursores del pensamiento actual, Spinoza, Bergson, y Husserl desde una posición vitalista consideraron a la intuición como el verdadero medio de conocer no solo el mundo externo sino también el interior de la vida misma, resultando en la comprensión de un mundo complejo.

Durante el siglo XX la discusión sobre la intuición fue moviéndose del estricto campo de la Filosofía al de la Ciencia moderna, especialmente al de la Psicología y la Neurología, que tomaron la batuta. En la historia del siglo XX podemos ver que la intuición es un término controvertido porque en la cultura occidental se ha privilegiado a la razón como único camino para acceder a la verdad, y desde esa mirada, la intuición está completamente descalificada al verse como subjetiva y poco confiable.

Sin embargo, otra de las sorpresas con las que me he encontrado en esta búsqueda, es que hay autores que la posicionan en un lugar clave para el avance de la ciencia, argumentando que no debe creerse que la ciencia sólo se basa en el método científico analítico y lógico, pues simultáneamente la intuición ha sido la mayor responsable de su avance. Uno es el científico australiano W.I.B. Beveridge (1908- 2006) que en su libro El arte de la investigación científica reivindica la importancia de la intuición, la define como "...la súbita comprensión o esclarecimiento de una situación, una idea luminosa que brota a menudo en el consciente..." Menciona que la psicología de este fenómeno no ha sido completamente entendida, pues si bien hay un acuerdo de que las intuiciones nacen de las actividades subconscientes de la mente, cuando se incluye a la mente consciente y racional ya no se le presta la misma atención.

Lo interesante del planteamiento de este autor es, en primer lugar, que el libro fue publicado por primera vez en 1950 y a pesar de ello sigue siendo vigente. Por otro lado, a pesar de que el autor tiene como marco de referencia a las ciencias exactas, curiosamente plantea el desarrollo de la investigación científica desde la conjunción de tres factores: **la imaginación, la intuición y la razón**. El capítulo 6 "La intuición" es realmente interesante ya que destaca su papel en el desarrollo de las ciencias, pues su presencia genera saltos cualitativos en los experimentos o en la solución de problemas aportando ideas geniales. El autor comparte fragmentos anecdóticos de científicos destacados como Pasteur y Darwin entre muchos otros, detallando la relación de la intuición en su trabajo, ubicándola como elemento fundamental en el pensamiento creador.

Beveridge relata experiencias como la siguiente: “Había decidido abandonar el trabajo y todos los pensamientos relacionado con él, entonces al día siguiente cuando me ocupaba de otra tarea enteramente diferente, una idea me vino a la mente tan súbita como un relámpago, ella era la solución...”

Explica que el físico alemán Von Helmholtz encontró que las ideas no venían cuando su mente estaba cansada o cuando estaba con el trabajo activo, pero que sí aparecían después de descansar toda la noche o en una caminata. Científicos como Cannon, reportan que las ideas le venían en los sueños, teniendo que anotar con detalle la idea al despertar. Otros reportan que las ideas vinieron cuando estaban convalecientes de una enfermedad, otros en actividades cotidianas como en la ducha. Brunet menciona que a diferencia de otras personas, las ideas le llegan escribiendo.

Graham Wallas dice que las intuiciones siempre ocurren en el lindero de la mente, nunca en el foco. Considera que se debe hacer un esfuerzo para capturarlas y que la búsqueda de esas ideas debe llevarse a cabo en los remansos y orillas del pensamiento y no en la corriente principal.

Beveridge menciona también que los químicos americanos Baker y Platt realizaron una encuesta sobre el tema de la intuición a diferentes científicos y reportaron que el 33% tiene ayuda frecuente de la intuición y el 50% solo ocasional. También los científicos reportaron que no todas las ideas que venían inspiradas de la intuición eran correctas, ni llevaban a un buen resultado.

Albert Einstein, uno de los más importantes científicos del s. XX, también fue defensor de la intuición y se destacan dos frases interesantes: “La única cosa realmente valiosa es la intuición”, y “La mente intuitiva es un regalo sagrado, y la mente racional un leal siervo”.

LA INTUICIÓN EN LA PSICOLOGÍA Y LA NEUROLOGÍA

La información que he encontrado respecto a la intuición en el área de la Psicología es muy vasta y diversa, por lo que resalto los puntos más significativos:

- Es una forma de conocimiento.
- No sigue el camino racional o deductivo, por lo cual es difícil verbalizar o explicar cómo se llegó a ese conocimiento.
- La mayoría de los autores la describen como un proceso inconsciente.
- Se presentan generalmente como reacciones emocionales incluso corporales más que pensamientos o ideas abstractas: “Cuando intuimos notamos que *“sentimos”* esa idea y no que la *“pensamos”* (Moix)
- Un tema clave en la intuición es la experiencia. Fisher (1987) tiene una concepción muy amplia respecto a este tema y menciona que la fuente básica del conocimiento intuitivo es la experiencia acumulada, que contiene tres elementos:

Lo común a la experiencia humana, las experiencias vinculadas a la cultura y al ambiente geográfico en donde la persona vive y, por último, las experiencias particulares propias de la vida de la persona.

- El proceso intuitivo articula indicios casi imperceptibles o aparentemente insignificantes tales como gestos, miradas, enrojecimiento del rostro, frases, pausas o quiebres en el discurso, posturas, tono de voz, acciones, movimientos etc. y los devela mediante una percepción holística o gestáltica captando o “leyendo entre líneas” intenciones, deseos o temores.
- En el proceso de la intuición intervienen tanto el sistema neurobioquímico, como las experiencias adquiridas en la vida, “mediante su inscripción en conjuntos articulados de huellas mnémicas (memoria) constituyen nuestro saber ... Ese saber es una imbricación de aspectos sensitivos (somáticos) y discursivos, es decir, de valores, creencias, costumbres formas de vida, juegos de lenguaje entre otros que se hallan incorporados -se han hecho cuerpo- constituyendo el alma propiamente dicha, si la entendemos como cultura encarnada” (Lopera y Moreno).

Una línea fundamental para comprender el funcionamiento de la intuición está en relación con los estudios realizados por la Neurociencia y por la Neuropsicología. El avance en las investigaciones ha sido impresionante en los últimos 30 años con teorías como las Inteligencias Múltiples de Gardner, o el Cerebro Triuno de Paul McLean, entre muchas otras. El Dr. Roger Sperry (1913-1994), neurobiólogo estadounidense que ganó el premio Nobel en Medicina y Fisiología en 1981 por sus investigaciones en el funcionamiento de los hemisferios cerebrales y el cuerpo caloso, y sus colaboradores en el Instituto Tecnológico de California en la década de los sesenta, diseñaron la técnica de la Comisurotomía (corte del cuello caloso) que realizaron en personas con epilepsia crónica y pudieron estudiar el funcionamiento de los hemisferios por separado. Así, ahora se sabe que el hemisferio derecho y el izquierdo procesan la información de manera diferente:

El **hemisferio izquierdo** procesa la información lógica, lineal y secuencialmente, paso a paso, analiza, abstrae y es el responsable del lenguaje verbal y del pensamiento matemático, así como de la memoria.

El **hemisferio derecho** por su parte es intuitivo, piensa en imágenes símbolos y sentimientos. No analiza, sintetiza, para entender las partes necesita entender la imagen global. Tiene capacidad imaginativa, fantástica, espacial y perceptiva. Está más vinculado con la experiencia cinestésica, con lo que no se puede expresar con palabras. A este hemisferio le interesa la relación con los demás y nos conecta con la dimensión emocional y espiritual de nuestra condición humana. Utiliza un estilo de pensamiento llamado divergente o lateral, que no sigue los caminos convencionales sino que para resolver problemas busca alternativas y posibilidades creativas.

Los hemisferios izquierdo y derecho están conectados por el cuerpo caloso, y ningún hemisferio es más importante que el otro. Para poder realizar alguna tarea, especialmente si es complicada, necesitamos utilizar **ambos** hemisferios pues en realidad son complementarios. Sperry nos dice al respecto: “...cuando el cerebro funciona en su

totalidad utilizando la conciencia unificada de ambos hemisferios, rinde más que cuando dispone de las propiedades de cada hemisferio por separado”. Como dato curioso se dice que el cuerpo calloso en la mujer está más desarrollado que el del hombre, razón por la cual se dice que, en general, la mujer está más familiarizada con la intuición.

Así, la intuición “habla y se expresa” con el lenguaje del hemisferio derecho: las imágenes más que las palabras, las experiencias corporales, los indicios o señales develados completando la Gestalt, la familiaridad con el lenguaje artístico, creativo, metafórico, y la conexión con los demás: la empatía.

RESPUESTAS DE LOS TERAPEUTAS NARRATIVOS

Después de la revisión detallada del término en las diferentes disciplinas como la Filosofía, la Psicología y las Neurociencias, conectemos ahora la intuición directamente con la experiencia, para comprender y construir mejor el concepto. Comparto a continuación las respuestas del cuestionario que apliqué a terapeutas narrativos:

1.- ¿Qué es para ti la intuición? ¿Cómo la describes? ¿Cómo la experimentas?

“Se relaciona con mi sensibilidad, recursos y habilidades, y mi sabiduría como persona y como terapeuta” - “Sensación de alerta en el estómago” - “Información de experiencias previas difícil de explicar” - “Personaje que me ayuda a decidir cuando la mente no está clara” - “Percibir en la mente algo que está más allá de la apariencia” - “Es como otro sentido, pero que no tiene órgano” - “Intuición es como la voz de mi sabiduría interna que se siente en el cuerpo... esa voz es un acumulado de las voces de mis abuelas y mi mamá”.

2.- ¿En qué momentos se hace presente la intuición en tu vida?

“En todos los momentos, cuando estoy con otra persona, o cuando estoy viviendo una situación diferente, nueva, crítica” - “Yo creo que siempre está presente, pero no siempre le pongo atención”- “Al estar escuchando un relato en donde hay algo que no se está diciendo o se está diciendo de manera disfrazada” - “Generalmente aparece cuando menos lo espero” - “En los momentos en los que dudo de mi conocimiento intelectual o de experiencia para abordar algún dilema” - “En casi todos los momentos, por ejemplo, cuando estoy en el consultorio y decido hacer ciertas preguntas, en lugar de otras, o en la vida cotidiana cuando tomo decisiones”.

3.- ¿Me podrías platicar si la intuición aparece en tu trabajo? ¿En qué momentos? ¿Cómo crees que opera la intuición en tu trabajo?

“Ojalá pudiera. En realidad no sé cómo sucede” - “Pues la verdad no puedo describir y menos con detalle” - “En general la he invitado a sentarse cerca pues para mí es quien es capaz de leer entre líneas e informarme mejor sobre la manera en la que estoy relacionándome con las personas”.

4.- Cuando piensas en la intuición y la forma como opera en ti, ¿qué imagen viene a tu mente que la pudiera representar?

“La intuición es como una red de colores que se entrelaza con mis conocimientos sobre la terapia narrativa (azul) y otras técnicas y recursos terapéuticos (verde) y mi experiencia (rojo). La intuición tendría un color brillante (dorado) que significaría esa chispa de luz que guía mi camino. Es una red que me sostiene, a mí y al consultante” - “Un viento ligero que me envuelve” - “Una estrella muy brillante” - “La imagino como un pequeño pájaro, como un colibrí que me susurra al oído y también pasea por mi estómago. Creo que tiene su nido ahí, en mi interior, en el centro de mi cuerpo” - “Auténticamente como una `alerta emocional`”- “Como si de repente se prendiera una luz que te hace mirar hacia otro camino” - “Como una luz (especie de linterna) que ilumina y visibiliza posibilidades, que facilita la conexión conmigo y con otros” - “Un angelito que me va diciendo por ahí, por ahí. Otra la de mi corazón bombeando más fuerte cuando las cosas no me laten...”.

5.- ¿Consideras a la intuición como una herramienta de trabajo?

“Sí, muy útil. Ahí está, pero a veces no es tan palpable” - “Por supuesto que sí. A mí me ha servido mucho en mi práctica profesional ya que me ha facilitado la detección de situaciones en riesgo vital” - “Pienso que es una de las herramientas más valiosas para preguntar con curiosidad” - “Necesito entenderla más y reconocerla” - “Muchas veces llega ella primero que la razón. Como la poesía llega antes de ser escrita”.

6.- ¿Consideras que la intuición es una herramienta que buscas que las personas que te consultan desarrollen como herramienta de vida?

“No había pensado propositivamente desarrollar la intuición como herramienta de vida en los consultantes. Sin embargo, al mostrarles nuevos caminos y abrir su mirada a nuevas alternativas, desarrollan sus habilidades y recursos, entre los que podría estar incluida la intuición” - “Siempre trabajo con mis consultantes sobre incomodidad o comodidad en diferentes momentos, trabajo sobre aprender a escucharse y poder fluir; utilizo frases como `¿si te escuchas a ti mism@, qué te parece mejor hacer?`”.

7.- En tu opinión, ¿qué diferencia puede hacer en tu práctica tener presente la intuición como herramienta de trabajo?

“Pienso que podría acelerar los procesos, por lo que me parece fundamental el recordarlo en cada sesión” - “No veo una práctica de terapia ni de conversación sin la intuición presente. Creo que la curación en las conversaciones está en despertar a la conciencia y a la intuición cuando están dormidas” - “Creo que al tenerla más presente como herramienta de trabajo me dará más seguridad y confianza” - “Creo que esta posibilidad podría enriquecer mucho las conversaciones”.

8.-Por último, ¿cómo ha resultado para ti contestar estas preguntas sobre la intuición? ¿Habría algo que te gustaría compartir?

“Interesante... no había pensado tan específicamente en el papel de la intuición como herramienta de vida en mi trabajo y el de los consultantes” - “Me pareció muy útil poder poner por escrito y reflexionar sobre algo que me acompaña en el consultorio siempre” - “Me parece muy importante abordar este tema por la importancia que tiene la intuición en la relación terapéutica. El contestar las preguntas me hizo reflexionar sobre mi forma de intuir y trabajar” - “Me llevaste a pensar en cosas que nunca había pensado y eso me gusta mucho. Creo que pondré mayor atención a la intuición de ahora en adelante”.

BIBLIOGRAFÍA

“Definición de intuición” *Definición.DE*. Recuperado en julio 2013
<http://definicion.de/intuicion/>

“Hemisferios cerebrales y el procesamiento de la información”. Recuperado en julio 2013
<http://www.personarte.com/hemisferios.htm>

“Intuición- Glosario de Filosofía” *Webdianoia*. Recuperado en julio 2013.
http://www.webdianoia.com/glosario/display.php?action=view&id=187&from=action=search%7Cby=l%7Cnr_page=2

“Intuición” *Wikipedia, La Enciclopedia Libre*. Recuperado en julio 2013
<http://es.wikipedia.org/wiki/Intuici%C3%B3n>

Beveridge, W.I.B. (1996) “El arte de la investigación científica” EBCV, Caracas,.

Diaz Barreiro, Paulina, La intuición (publicación en línea) disponible en
<http://www.instituto-integra.com/intuicion-1.html>

Enebral, J. “La intuición y los directivos” *Psicología Online*. <http://www.psicologia-online.com/colaboradores/jenebral/intuicion.shtml>

Equipo Starviewer (2009) “Reflexiones científicas: La intuición como elemento indispensable del método científico. Investigación y creatividad” Recuperado julio 2013. <http://fundacion-eticotaku.org/2009/09/03/reflexiones-cientificas-la-intuicion-como-elemento-indispensable-del-metodo-cientifico-investigacion-y-creatividad/>

Galindo, S. A. (1996). “Ciencias. La intuición en la investigación científica”. Recuperado julio 2013 <http://insumisos.com/LecturasGratis/galindo%20almanza%20-%20la%20intuicion%20en%20la%20investigacion%20cientifica.pdf>

KOSTOVA, G. E. (2009) “Intuición, vistas de una realidad experimental y su razón de ser teórica”. Tesis de Doctorado, Universidad Complutense de Madrid.
<http://eprints.ucm.es/8391/1/T30730.pdf>

- Lopera, Echavarría J D. (2009) "La Intuición en la psicología y en la psicoterapia" *Revista de psicología. Universidad de Antioquia*. Vol. 1. No. 1. Enero-Junio
<http://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/psicologia/article/viewFile/10029/9246>
- Lopez , C. (sin año) "La intuición y la matemática" *Universidad de Palermo*. Recuperado en julio 2013. <http://www.palermo.edu/ingenieria/downloads/CyT6/6CyT%2004.pdf>
- Moix Queraltó. J. (2010, domingo 14 de noviembre) "¿Podemos fiarnos de la intuición?" *Periódico El País*.
http://elpais.com/diario/2010/11/14/eps/1289719613_850215.html
- Romero, G. (2006) "¿Existe un lugar para la intuición en la psicología?" *Revista electrónica de psicología*, Año 1- Edición 1-
<http://www.iue.edu.co/sec/pub/psicoespacios/docentes/intuicion.htm>
- Vargas Monroy, M.A.(sin año) "Reseña bibliográfica" *Revista Salud Bosque*.
- Vilaseca y Borja. (2013 17 de febrero) "La hora del hemisferio derecho" *Periódico El País*.
http://elpais.com/elpais/2013/02/15/eps/1360927595_598327.html