ИНТУИЦИЯ

Максимова Е.В.

ООО «Со-творение», Москва, Россия, elena@maximova.org

Интуиция – это способность воспринимать и обрабатывать неосознаваемую информацию, выделять в ней главное и важное, подсказывать, как и что надо делать.

Эта способность в нас вложена. Интуиция говорит нам о том, что жизненно важно именно для вас. Ответы интуиции мы считываем со своего тела - интуиция — это способность человека слышать внутреннего себя.

В интуиции есть - врожденная составляющая, как один из неосознаваемых автоматизмов тела; и приобретенная составляющая, как накопленный опыт профессиональной работы.

Мы часто опираемся на интуицию в межличностных отношениях; при выборе друга, партнера по жизни или партнера в бизнесе. Интуиция помогает находить правильные решения в личной и деловой жизни. Подсказывает значимые для нас направления личностного развития, развития в науке и творчестве. Один из видов интуиции – эмпатия – чувствование эмоций партнера на расстоянии.

Все, что может сказать нам интуиция мы считываем, как сигналы нашего тела. У нас нет другого чувствования – кроме как чувствование собой. Свойства тела нужно уметь слушать. Этому мы можем научить. Это то основное, чему мы учим.

На тренинге мы будем учиться слушать сигналы тела. Интересно, что разные уровни построения движений, подсказывают нам ответы на разные вопросы:

- Уровень А – умение оценить комфортность и значимость для вас той или иной социальной среды;

- Брюшко – чувствует ситуации, опасные для нашей жизни:

 - чувствование другого человека на расстоянии – эмпатия;

- Уровень В – умение «держать нос по ветру», куда поведет;

- Подуровень С1 – выбор варианта пути;

 - умение «видеть» границы;

- Подуровень С2 – выбор реальной цели;

- Уровень Д – подсоединение к коллективному бессознательному;

 - выбор правильного ответа на конкретный вопрос;

 - возможность говорить с телом, со своим бессознательным, с архетипами;

- Уровни Е – решение проблемы, инсайт.