

Интуицията е важна за всеки човек, за да открие своя път в живота. Тя е функция на нашето съзнание и може да се развива“, казва Димитър Русев, а Александър Попов обяснява: „Хората залагат предимно на логиката. Стават сутрин и си пишат графика за деня, но почти винаги той не се изпълнява по една или друга причина. Логиката ни казва какво трябва да се вършим, но понякога се случват непредвидени ситуации – например отиваме на уговорена среща, но тя не се състои. Ако се вслушваме в интуицията си, тя може да ни подсказва да звъннем по телефона и да проверим дали ще има среща. Така няма да губим време“. Всички си приличаме по това, че независимо дали сме заможни или не – времето тече еднакво за всички и разполагаме с 24 часа в денонощието. Най-важното е какво правим с тях. „Милионерът Ричард Брансън например сключва бизнесделки и реализира уникални идеи за своите 24 часа, и то като използва интуицията си, която сам е развил. Когато обяснява как печели милиони, казва, че просто го прави“, подчертава Алекс Попов.

Двамата млади мъже Алекс и Димитър са наясно, че всеки усеща интуицията си по различен начин. Те помагат на курсистите, които обучават, сами да започнат да я чуват или да я стимулират, така че да са успешни в кариерата или в любовта. „Интуицията е като нов език, който просто трябва да се изучи“, казва Димитър Русев.

■ Той ли е правилният за мен?

Специалистите съветват да се научим да правим разлика между желанието „аз искам“ и интуицията. Ако видим привлекателен мъж и го пожелаем, да можем чрез интуицията си да разберем дали е подходящ за семейство или за невинен флирт. Тя може да ни подсказва доколко си струва да инвестираме от своето време и

Техники за събуждане на интуицията

Вместо да ходим по гледачки, които да ни казват какво ще ни се случи в бъдеще, е по-добре да се научим да чуваме интуицията си и сами да градим успешния си живот, твърдят НЛП специалистът Александър Попов и тренерът по успех Димитър Русев.



усилия. Но има и друго, що се отнася до партньорските взаимоотношения. „Някои хора се чудят дали са срещнали правилния партньор за себе си. Всъщност те могат да го направят правилния, но може и да не го направят. Въпросът е дали искат? Срещата с всеки човек е като шахматна партия. Важно е как ще изиграем фигурите си“, казва Димитър Русев.

„Усещам интуицията с втора и трета чакра – обяснява Алекс Попов. Оранжевата е малко над слабините, а жълтата малко над пъпа. Благодарение на тях разбирам, че нещо ме привлича или отблъсква.

Ако искам да направя нещо, дори да ми изглежда тотално алогично и всички да ми повтарят, че съм луд – го правя“. В една от книгите си милионерът Ричард Брансън казва, че

взема решенията си на база gut feeling, което буквално означава „усещане, което идва от стомаха“. Доналд Тръмп също се опира на интуицията си. Въпросът е човек да започне да се наблюдава и да разбере как тя се проявява при него – дали като мирис, като образ, като усещане.

„Много хора ползват хороскопи, врачки и услуги на посредници на нашата интуиция. В практиката си се срещам с бизнесмени на високо ниво, които не сключват сделка без да са се допитали до своята лична ясновидка или астролог, а е много по-добре просто да се ослянат на интуицията си“, обобщава от практиката си Димитър Русев и добавя: „Хората търсят кой е успешният бизнес, за да започнат да го правят, а всъщност е обратното – човекът прави бизнеса. Трябва да проявим интерес към нещо, да поискаме да се занимаваме с него и то ще ни донесе доходи.“

Много мъже и жени казват: „Искам нещо да се случи“, а трябва да направим така, че ние да предизвикаме то да се случи, като не обръщаме внимание на предразсъдъците, мнението на другите и страхът.

■ Техники за усилването ѝ

Александър Попов прилага шаманска техника, която е адаптирал, за да спре вътрешния си диалог и да чуе интуицията си. Когато вечер си ляга, слуша звъците в помещението около себе си, първо с едното си ухо, след това с другото и накрая с двете. Тогава се чувства нещо като статичен шум и като се фокусира върху него, вътрешният му диалог постепенно спира. Когато това стане, се отваря връзката с интуицията. Добре е преди това упражнение човек да зададе въпрос, на който иска да получи отговор или разрешение на проблем. Така се дава команда на подсъзнанието какво да извлече като информация. И обикновено на другия ден Алекс се събужда и започва да прави точно това, което е необходимо, за да разреши своя казус. Една от техниките за усилване на интуицията, които Димитър Русев предлага, изхожда от популярната детска игра „Камък, ножица, хартия“. На един лист написваме проблема или въпроса към интуицията, например: „Имам нужда от постоянен месечен доход от 1000 лв., който да ми осигурява споко-

ен живот, но не мога да го направя“. Думите са като хвърлен камък. Ножицата е нашата способност да коригираме ситуацията и започваме да изрязваме всяка дума поотделно и да отстраняваме тези, които смятаме, че пречат на това, което искаме да се случи. Махаме: „но не мога да го направя“, след това: „имам нужда“, за да се получи положително утвърждение. След това разбъркваме останалите думи, избираме произволна и от нея започваме да търсим решение, например от „постоянен доход“. Тя може да започне да ни впечатлява по определен начин и да получим послание от нашата интуиция в каква посока да работим, за да стигнем до разрешение на проблема. На двудневен семинар „Отприщете креативния си потенциал и работете с интуицията си“ на 14 и 15 юни Александър Попов и Димитър Русев ще покажат различни техники как да се случи това.

Интуицията е като нов език, който просто трябва да се изучи.