Автор: admin
27.06.2011 22:12 - Обновлено 29.10.2014 13:25

Как использовать голос нашей души при принятии решения?

Чтобы жить продуктивно, нам надо мыслить, рассуждать, анализировать создавшиеся ситуации, принимать решения, делать выбор.

Нам кажется, что от качества наших рассуждений и количества доводов рассудка зависит успех в решении нашей проблемы. Но практика показывает, что логика часто ошибается.

Мы воспринимаем видимый мир органами чувств: мы его видим, слышим, осязаем, обоняем, можем даже попробовать его на вкус.

Но наш мозг – устройство более тонкое, поэтому он воспринимает и то, что не могут воспринять органы чувств. Мозг – это локатор, который постоянно собирает информацию из окружающего мира. Но не вся полученная им информация может быть доведена до уровня сознания. Большая ее часть, воспринимаемая мозгом, сохраняется в нем на интуитивном, подсознательном уровне.

Такое свойство мозга на подсознательном уровне анализировать самую скрытую, самую тонкую информацию, не замеченную сознанием, называется ИНТУИЦИЕЙ. Интуиция часто пытается донести до нас эту информацию. И мы чувствуем эти подсказки, но легко от них отмахиваемся, не обращаем внимания.

Логика, рассудительность, здравый смысл... Все это очень важные вещи в нашей жизни. Чтобы овладеть ими, мы получаем знания, читаем, наблюдаем. Но это то, что навязано нам извне.

Интуиция же – это голос нашей истинной сути, голос нашей души.
В идеале, логика и интуиция должны существовать в гармонии. Логика не должна мешать интуиции, а интуиция не должна мешать логике. Они должны дополнять друг друга.

В современном мире высоких технологий и конкуренции выигрывает не тот, кто ориентируется только на логику, а тот, кто вдобавок к логике еще и доверяет своей интуиции.

Во время принятия решения, преодоления проблем нам нужно больше доверять себе, полагаться на свою душу, поверить в то, что наша интуиция уже знает ответы на наши вопросы, они уже существуют внутри нас. Нам остается лишь найти, открыть это знание в себе. И только мы сами можем это сделать.

Внутри нас есть часть нашего «Я» – сильная, уверенная в себе. У нашего «Я» есть понимание того, как нам нужно жить и какие действия предпринимать, чтобы реализовать себя в жизни наиболее полно.

Это наше «Я» знает все наши таланты, нереализованные способности и возможности. Оно видит все наши цели, планы, которые мы можем и должны реализовать в своей жизни. У него есть информация о том, как именно, наиболее быстро и доступно, мы можем прийти к желаемой цели. Потому что наше «Я» владеет самым надежным источником информации – интуицией. Интуиция знает нашу индивидуальную дорогу к самореализации и успеху.

Интуиция, проанализировав всю полученную информацию, может подтолкнуть нас к какому-то нелогичному на первый взгляд поступку, который потом оказывается оправданным и единственно верным.

Добиваться высоких результатов, выбирать наилучшую стратегию поведения с коллегами, с начальством, с партнерами можно только с помощью интуиции.
Не менее важна интуиция и в повседневной жизни. Она помогает нам находить простые решения сложных проблем, выход из любой ситуации.

Каждый из нас неоднократно чувствовал что-либо интуитивно, знал, что что-то должно произойти. Это был как бы голос нашей души. Иногда мы поступали вопреки этому голосу. И ошибались. А потом каялись: «Я знала, что это ни к чему хорошему не

приведет!»

У интуитивного голоса души есть как бы два главных ощущения: душевный комфорт и дискомфорт.

В повседневной жизни нам на каждом шагу приходится принимать разные решения: делать то или другое, купить – не купить, продать – не продавать, перейти на новую работу или оставаться на старой.

Душа наша интуитивно знает, что её ждет.

Нам важно научиться определять, что говорит душа разуму в момент принятия решения. Полезно бывает спросить у души, комфортно ли при том или ином решении проблемы. Какому варианту решения душа говорит «да», тот и нужно выбрать.

Или бывает, что нужная информация как бы случайно оказывается на рабочем столе, случайно брошенная фраза или статья в газете предлагают ключ к решению проблемы.

Прежде чем нас осенит «догадка», мы должны «продемонстрировать» страстное желание решить проблему или найти удачную идею. Мы должны собрать всю доступную информацию по нужному вопросу, размышлять о ней, анализировать.

Удача приходит к тем, кто ищет, размышляет, анализирует и спрашивает у своей души, использует свою интуицию.

Вспомните всем известный сон Менделеева, который помог ему открыть и систематизировать его знаменитую таблицу химических элементов.

Мы уже знаем, что готовый ответ на наш вопрос уже существует где-то в подсознании. Но в обычной жизни, в суете дня мы слишком возбуждены, чтобы услышать его. Поэтому, чтобы услышать свои интуитивные мысли, надо расслабиться и поговорить со своим Высшим «Я».

Упражнение, позволяющее встретиться со своим Высшим «Я», услышать голос своей души.

Сядьте поудобнее, закройте глаза и трижды глубоко вздохните.
Расслабьтесь, применив одну из техник релаксации.

Отчетливо представьте себе одну из мирных картин, которые вы действительно видели и можете восстановить, просто представив себе, что вы опять туда попали. Для кого-то это может быть журчащий ручей или морской берег, прибой. Другой вспоминает спокойное озеро или облака, клубящиеся в голубом небе.
Представьте себе входящего в комнату человека. Он совершенно такой же, как вы, только на метр-полтора выше и окутан белым сиянием. Это и есть ваше Высшее «Я».
Трижды мысленно повторите: «Я люблю тебя и нуждаюсь в твоей помощи».
Мысленно встаньте, обнимитесь с этим человеком. Теперь сядьте с ним и побеседуйте с этим человеком о вашей проблеме. Нужно мысленно говорить и слушать. К вам придут мысли относительно того, что вам нужно делать, чтобы решить вашу проблему. Они покажутся вам вашими собственными мыслями, но на самом деле они будут исходить из высшего источника. Вы сочтете их замечательными.
Откройте глаза и энергично скажите себе: «Я в полном сознании и теперь ближе к своему Высшему «Я».

Даже если у вас нет вопросов к своему Высшему «Я», то всегда полезно и приятно пообщаться с умным человеком – своим Высшим «Я». Главное, это пойдет вам на пользу, поднимет на более высокий уровень сознания.

Я желаю Вам прислушиваться к голосу души и принимать верные решения!

Автор - Наталья Червинская
Источник