



ДЖОН СМИТ

ИНТУИЦИЯ

Как развить интуицию
за 30 дней

КНИГА-ТРЕНИНГ

Джон Смит
Интуиция. Как развить
интуицию за 30
дней. Книга-тренинг
Серия «Личностный рост
и саморазвитие», книга 2

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68977410

SelfPub; 2023

Аннотация

Книга "Интуиция. Как развить интуицию за 30 дней" от автора Джона Смита представляет собой уникальный 30-дневный тренинг, который поможет читателю развить свою интуицию и научиться принимать наилучшие решения для себя, прислушавшись к внутреннему голосу. В течение 30 дней автор предлагает ряд практических упражнений и техник, которые помогут улучшить восприятие мира и развить интуитивные способности. Книга ориентирована на широкую аудиторию, включая как начинающих, так и продвинутых практиков. В ней вы найдете понятные и доступные объяснения теории интуиции, а также множество упражнений, которые можно выполнять в любом месте и в любое время. Благодаря книге Джона Смита, вы

сможете узнать больше о своей внутренней мудрости и научиться использовать ее в повседневной жизни.

Содержание

Что такое интуиция и как она работает	5
Невероятные случаи, когда интуиция спасла жизнь или принесла удачу	9
Препятствия на пути развития интуиции	12
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Джон Смит

Интуиция. Как развить интуицию за 30 дней. Книга-тренинг

Что такое интуиция и как она работает

Добро пожаловать, друзья! Интуиция – это ваша способность чувствовать, что происходит вокруг вас без явного знания или доказательства. Это может происходить в форме внезапного ощущения, мысли, предчувствия или даже голоса в голове.

Интуиция – это некая сила, которая помогает нам принимать решения и делать выборы, даже когда мы не уверены в том, что нам нужно делать.

Все люди обладают интуицией, но у некоторых людей она более развита, чем у других. Интуиция – это как мышцы, которые нужно тренировать, чтобы они были сильными и готовыми к использованию в нужный момент.

Как же работает интуиция? Давайте представим, что вы стоите на перекрестке и хотите перейти дорогу. Вам необходимо оценить, когда вы сможете безопасно перейти дорогу. Может быть, вы посмотрите на светофор или находящиеся рядом машины, но если у вас хорошо развита интуиция, то вы можете просто почувствовать, что сейчас безопасно перейти дорогу, даже если на первый взгляд ничего не указывает на это. Ваше тело может дать вам знак, например, у вас может заболеть живот или у вас может побелеть лицо – это все могут быть знаки вашей интуиции.

Как я уже упоминал, интуиция – это некая сила, которую нужно развивать. Вы можете тренировать свою интуицию, задавая себе вопросы, на которые у вас нет явного ответа, и затем обращая внимание на то, что вы чувствуете в своем теле. Интуиция может проявляться в разных формах – у одних людей это может быть внезапное ощущение, у других – ясновидение или даже голос в голове. Но независимо от того, как проявляется ваша интуиция, ее можно развивать и использовать в повседневной жизни.

Так что, друзья, у вас есть интуиция, и теперь вы знаете, что это такое и как она работает. Но почему интуиция так важна? Ведь у нас есть рациональное мышление и способность к анализу информации.

Дело в том, что наше рациональное мышление не всегда может решить все проблемы и дать нам оптимальное решение. Иногда мы сталкиваемся с неожиданными ситуациями,

когда нужно быстро принимать решения, а все данные недоступны. В таких случаях интуиция может стать нашим главным инструментом для принятия решений.

Более того, интуиция помогает нам ощущать эмоции и настроение окружающих нас людей, что может быть очень полезно в коммуникации и межличностных отношениях. Она также может помочь нам распознавать сигналы опасности и избегать рискованных ситуаций.

Для того чтобы интуиция стала действительно сильным и надежным инструментом, необходимо дать своему подсознанию понимание того, что для нас важно и какие цели мы ставим перед собой. Когда мы определяем свои жизненные цели, мы задаем определенный курс нашей жизни и даём четкую инструкцию нашему подсознанию. В свою очередь, наше подсознание может использовать эту информацию, чтобы фильтровать входящую информацию и выделять те сигналы, которые могут помочь достигнуть наших целей.

Когда у человека нет четких целей или жизненного курса, интуиция может работать только в очевидных направлениях. Например, подсознание может посылать нам сигналы о том, что мы должны избегать определенных людей или ситуаций, чтобы сохранить свою безопасность. Однако, без четкой направленности, наша интуиция не сможет помочь нам в других важных жизненных областях.

Поэтому, для того чтобы развивать свою интуицию, необходимо определить свои цели и направления. Мы можем на-

чать с маленьких шагов, чтобы достигать небольших целей, и постепенно двигаться к более крупным. Можно составить список того, что мы хотим достичь в жизни, и периодически пересматривать его, чтобы уточнять свои приоритеты и регулярно направлять наше подсознание в нужном направлении.

Таким образом, определение своих целей и направлений – это ключевой шаг в развитии интуиции. Если мы дадим нашему подсознанию понимание того, что для нас важно и какие цели мы ставим перед собой, то оно сможет лучше фильтровать информацию и находить те сигналы, которые помогут нам достигнуть наших целей.

Так что, если вы хотите принимать лучшие решения и быть успешными в жизни, то развивайте свою интуицию. Тренируйте ее, доверяйте своим ощущениям и используйте ее как дополнительный инструмент в принятии решений. И помните, что интуиция – это не что-то волшебное или недоступное, это ваша внутренняя мудрость, которая всегда готова помочь вам в любой ситуации.

Невероятные случаи, когда интуиция спасла жизнь или принесла удачу

Интуиция – это способность человеческого разума быстро оценивать ситуации и принимать решения на основе неосознаваемых данных и опыта. История знает множество примеров, когда интуиция помогла людям сохранить жизнь, приносить большие деньги или найти счастье. Рассмотрим несколько из них.

Ховард Хьюз – бизнесмен, инженер и кинопродюсер, считается одним из самых богатых людей в истории США. В 1935 году Хьюз решил инвестировать в производство нефтяных скважин в Техасе. После нескольких неудачных попыток, Хьюз уже решил сняться с проекта, когда его интуиция сказала ему, что он должен попробовать еще раз. Хьюз нашел новую область добычи нефти и через несколько месяцев его компания принесла огромные доходы.

В 1983 году летчик-истребитель ФА-18 Роберт Гилмор получил задание пролететь в круговую область во время тренировочного полета. Вскоре после взлета он заметил неисправность в одном из двигателей, но индикаторы на панели показывали, что все в порядке. Гилмору пришлось принимать решение на основе своей интуиции и опыта, и он решил

вернуться на землю, не долетев до места назначения. Именно тогда другой двигатель отказал, и летчик смог совершить неудачную посадку, но спастись без серьезных травм.

Майкл Берри является одним из самых успешных инвесторов в истории США. В одном из интервью он рассказал, что принятие интуитивно правильного решения привело его к большой прибыли. Он рассказал, что в 1987 году, когда рынок акций США переживал крупнейший обвал за всю историю, он решил продать все свои акции. Хотя по мнению большинства аналитиков, ситуация складывалась в пользу роста рынка, Берри доверился своей интуиции и смог избежать огромных потерь.

В 1972 году на американской военной базе во Вьетнаме оператор Джерри Муррей отклонился от протокола и сумел перехватить сигнал, который позволил вовремя оповестить военную базу о наступающем налете вражеских самолетов. Благодаря его интуиции и быстрому действию, воздушное противостояние было успешно отражено.

В 1979 году американский пилот Джерри Мок управлял самолетом, когда внезапно его двигатель вышел из строя. Вместо того чтобы следовать протоколам и пытаться вернуться на аэродром, Мок решил довериться своей интуиции и пролететь через горную цепь, чтобы достичь небольшой поляны. Его рискованное решение принесло успех, и он сумел приземлиться на поле без серьезных повреждений.

В 2009 году американский инвестор Джейсон Треватта

случайно получил письмо, адресованное другому человеку, с деталями о том, что компания GameStop была занижена на рынке. Его интуиция подсказала ему, что это может быть выгодной инвестицией, и он решил вложить свои деньги в акции GameStop. Это привело к тому, что другие инвесторы также начали покупать акции GameStop, и цена на них взлетела более чем на 90%. Треватта сумел заработать огромную сумму денег благодаря своей интуиции и риску

В этих историях мы видим, что интуиция может быть не только полезной, но и спасительной в различных ситуациях. Важно научиться доверять своей интуиции и уметь различать ее от других форм восприятия мира.

Препятствия на пути развития интуиции

Когда мы начинаем развивать свою интуицию, мы часто сталкиваемся с препятствиями. Эти препятствия могут быть как внешними, так и внутренними.

Одним из наиболее распространенных внешних препятствий является современный мир, полный различных информационных шумов и перегрузок. Все эти новости, социальные сети, реклама, работа и домашние дела могут отвлечь наше внимание и помешать нам сфокусироваться на нашей интуиции.

Например, вот история Джона, который регулярно играл в футбол на выходных. Он заметил, что когда он сильно переутомлялся перед игрой, его интуиция начинала "зависать" – он не мог решить, куда бить мяч или какую стратегию выбрать. Как только он начал использовать техники релаксации и снизил свой уровень стресса, его интуиция начала работать гораздо эффективнее.

Интуиция также помогала многим людям в бизнесе. Так, известный бизнесмен Ричард Бренсон, основатель корпорации Virgin Group, рассказывал о том, что его успех в бизнесе был связан именно с его способностью доверять своей интуиции. Он говорил, что часто принимал важные решения на

основе своего "желудочного чувства" и не жалеет об этом.

Наконец, можно привести историю о том, как интуиция помогла человеку найти свою вторую половинку. В 1971 году американский психолог и писатель Бэрри Нилсон рассказал историю о том, как он встретил свою жену. Когда он приехал на вечеринку, он сразу же почувствовал, что она находится в этой комнате. Он даже смог описать ее внешность и одежду, хотя до этого ее никогда не видел. Он начал искать ее по всей комнате, и в конце концов они встретились и начали общаться. Вскоре они поженились, и Бэрри уверен, что их встреча была благодаря его интуиции.

Кроме того, внутренние препятствия также могут стать причиной затруднений в развитии интуиции. Одним из таких препятствий является наше собственное отрицание интуиции. Мы можем считать, что наши интуитивные ощущения неправильны или необоснованны, и игнорировать их. Это может привести к тому, что мы не будем использовать свою интуицию и упустим многие возможности в жизни.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.