



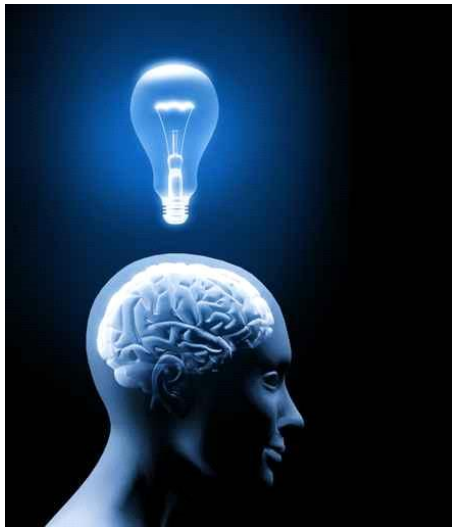
CEL MAI RAPID

Dezvoltare personală și profesională

Performanță și excelență

INSTINCT – INTUIȚIE – INSPIRAȚIE. **Crezi că se influențează reciproc?**

Să vedem ce ne spune DEX-ul despre cele trei cuvinte:



INSTINCT, s. n. Complex de reflexe înnăscute, necondiționate, proprii indivizilor dintr-o anumită specie și care le asigură dezvoltarea organismului, alimentarea, reproducerea, apărarea.

INTUIȚIE s.f. Capacitatea gândirii de a descoperi nemijlocit și imediat adevărul pe baza experienței și a cunoștințelor dobândite anterior, fără raționamente logice preliminare.

INSPIRAȚIE, fig. Idee, soluție apărută spontan în conștiință; stare psihică ce contribuie în cel mai înalt grad la crearea unor bunuri spirituale; forță lăuntrică creatoare; avânt; sentiment, cugetare ce însuflețește pe poet, pe artist; starea sufletului inspirat de divinitate; starea sufletului aflat sub influența directă a unei puteri supranaturale; entuziasm [!] creator; dezlegarea imediată a unei probleme mult timp cugetate.

Oare am putea atribui instinctul – fizicului, intuiția – sufletului și inspirația – spiritului?

Cât de mult ne ajută sau ne împiedică să ne dezvoltăm, mediul în care trăim? Aici părerile sunt împărțite. Să luăm doar două exemple: imaginează-ți o grădină în care sunt câteva flori invadate de buruieni care au crescut împreună. După ce începi să faci curățenie, smulgând buruienile, constai un lucru ciudat. Ori buruienile au rădăcini mai viguroase și, prin smulgere, afectează rădăcinile florilor ori florile, fiind mai plăpânde, neavând pe ce să se mai sprijine, se vor lăsa într-o parte.

Acum imaginează-ți o pădure foarte deasă. După 10 ani va fi atât de deasă încât copacii se vor sufoca reciproc până se vor usca. În acest caz, dacă se aerisește spațiul dintre ei, nu le va fi afectat echilibrul ci, dimpotrivă, le va favoriza dezvoltarea atât pe orizontală cât și pe verticală.

Este ușor să sesizezi o diferență majoră între cele două exemple. **Dacă esența este diferită, atunci atât scopul cât și rezultatul va fi diferit.** Îmi amintesc de un proverb care se potrivește în acest context: „din stejar, stejar răsare.”

Misiunea noastră este diferită. Cât de bine știm asta? Iar dacă știm, cât de mult suntem de acord cu acest aspect?

Am întâlnit persoane care își doreau să fie alte personaje în alte contexte istorice sau chiar să imite anumite personalități contemporane. Ce crezi, dacă s-ar putea concretiza pe loc dorința lor, ar fi mai fericite?



CEL MAI RAPID

Dezvoltare personală și profesională

Performanță și excelență



Cum aș putea înțelege, de ce uneori ne dorim să fim buni la ceva pentru care nu am fost creați, **în timp ce am putea excela în altceva pentru care avem toate resursele necesare?**

Și pentru a închide bucla, știm deja că mintea și corpul se influențează reciproc. Aș adăuga și spiritul, pentru a face un trio perfect.

INSTINCTUL - Cercetătorii canadieni susțin că subconștientul poate fi un factor motivant în atingerea obiectivelor pe termen lung și că, ascultându-ne instinctul, vom lua o decizie bună. *În ultimii ani, s-a constatat că unele dintre ideile cu privire la instinct au fost corecte și că o mulțime dintre*

deciziile și sentimentele noastre sunt bazate pe lucruri de care nu suntem cu adevărat conștienți – Sarah Moore, profesor asistent la Universitatea Alberta din Canada.

Instinctul este o funcție atribuită creierului uman, este o trăsătură genetică și este legată de subconștient.

Etienne de Greeff este de părere că *instinctele nu se opun inteligenței și nu pot fi separate de aceasta. La om nu se poate identifica o manifestare instinctuală pură, în sensul că mai multe instincte, mai multe tendințe acționează și își produc efectele asupra conduitei umane în același timp. Acest ansamblu de tendințe instinctive organizate între ele potrivit preocupărilor inteligenței formează structura afectivă.*

INTUIȚIA – este probabil cea mai de dorit manifestare a inteligenței creative. După unii, este al șaselea simț. Intuiția este o percepție diferită a informațiilor și deseori nu poate fi explicată. **Este o abilitate fără de care nu am putea evolua.** Se pare că subconștientul alimentează raționalul cu un flux de informații, concentrate exact pentru o situație tensionată, în care ești pus în postura de a avea o anumită reacție sau de a lua o decizie corectă sub un anumit impuls ori senzație.

Stimulii exteriori, trecuți prin filtrele proprii, formează o reprezentare mentală proprie. În funcție de această reprezentare proprie, **la anumiți stimuli au loc anumite emoții specifice care determină un comportament.** Acestea sunt stocate în subconștient. Astfel, se explică de ce, în unele situații în care ești nevoit să dai răspunsuri rapide și precise ori situații inedite sau modificate instantaneu, reușești să ai un flash, care să te lumineze pur și simplu, ajutându-te să faci o alegere.

Ce-ți rămâne de făcut? Alege o stare calmă și relaxată, în care să reflectezi în liniște acele momente tensionate în care ai fost nevoit să iei o decizie ori să ai un comportament, și analizează-l dacă acum este în regulă atât pentru tine cât și pentru cei din jurul tău. Dacă este „ecologic”, continuă și vei obține ceea ce-ți dorești.

Ești o persoană care își imaginează ușor un scenariu sau mai degrabă ești concentrat pe ceea ce este predictibil?

În situații limită, imprevizibile, când ești într-un conflict sau o stare sub mare presiune, raționalul ori va întârzia reacțiile ori te va bloca. **Ceea ce te va ajuta să gestionezi și să depășești mult mai bine o**



astfel de situație este intuiția. Ar fi extraordinar să putem dezvolta această abilitate – intuiția – care ne poate fi utilă în orice situație cotidiană.

Larry Dossey spune: *Abilitățile cognitive se găsesc în afara conștiinței raționale și au un limbaj specific, care nu este și limba noastră obișnuită.*



INSPIRAȚIA – este condiționată de starea în care se află o persoană. Atunci când ești activ, sănătos, **când accepți diversitatea la fel de ușor ca asemănările, când studiezi și asimilezi informațiile, ești din ce în ce mai inspirat.** Este foarte important să-ți faci obiceiul de a-ți nota ideile care îți vin pe parcurs, dimineața, în liniște, sau noaptea, sub flux inspirațional, și realizezi că ideile parcă devin mai clare și mai rafinate.

Atunci când faci cu plăcere ceva, când te confunzi cu munca de care ești pasionat și mai ales când ești apreciat pentru ceea ce faci, inspirația te însoțește ca o diademă.

Când ești inspirat, parcă totul vine pe bandă rulantă, fără să faci eforturi semnificative și fără să-ți forțezi mintea să-ți aducă idei noi și utile, atât pentru tine cât și pentru cei care te urmăresc interesați să afle ceva nou, cu care s-au obișnuit deja.

Marii artiști, compozitori... au adunat în sticlute mici toată esența inspirațională. Au realizat puțin în comparație cu alții, însă este esența cea mai concentrată, din care urmașii au diluat câte puțin, construind volume impresionante în artă. **Arta de a crea ceva util și rezistent în timp, poartă blazonul inspirației.**

Când te pasionează ceva, când faci cu multă dăruire și dragoste, când ești convins că ești capabil de ceva mareț, fără să te impresioneze descurajările celor din jur, când ești perseverent chiar dacă rezultatele întârzie să apară, ai toate șansele să deschizi larg porțile inspirației. După ce se întâmplă asta, îmbrățișează-o și construiește-ți un mod de viață din asta. Cu siguranță vei avea succes și tot ce vei începe, vei duce la bun sfârșit.

După ce am condensat câteva ideii esențiale despre cele trei cuvinte, sunt curios dacă cineva le-ar putea separa, chiar cu precizia unui neurochirurg, punând o graniță precisă între cele trei cuvinte.

Aștept cu mare interes părerea ta pe această temă.

Cu drag,

Gigi FILIP

PS - Așa cum te-ai obișnuit deja, dacă ai găsit informații importante, te rog să trimiți mai departe celor din lista ta. Este foarte posibil să găsească un răspuns de care au nevoie în prezent.