

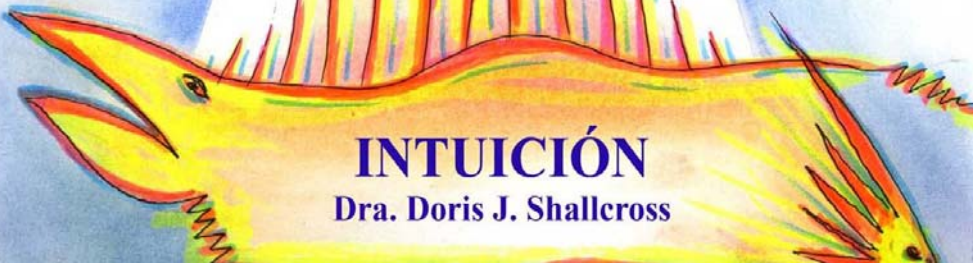


Meubook

**EduCREA**  
Educación Creativa

# INTUICIÓN

Dra. Doris J. Shallcross



# Intuición

Doris J. Shallcross



1ª Edición. Santiago de Compostela diciembre 2001.  
© Doris J. Shallcross  
Edita: Meubook, S.L.  
Praza de Mazarelos, 14  
15703 – Santiago de Compostela  
[www.meubook.com](http://www.meubook.com) / [www.iacat.com](http://www.iacat.com)  
Imprime: Tórculo Artes Gráficas, S.A.

**El precio simbólico de éste libro va destinado enteramente al desarrollo e investigación en creatividad, dentro del proyecto Educrea(te), para reinventar la educación por sus protagonistas.**



Intención	5
Creatividad	7
Intuición como Proceso Primario	15
Niveles de Consciencia Intuitiva	23
Tipos Funcionales de Intuición	29
Investigación Reciente sobre Intuición	35
Algunos Procesos para Evocar la Intuición	47
Una Muestra de Técnicas para Evocar la Intuición	55
Aplicaciones del Desarrollo de la Intuición en las Organizaciones, el Arte y la Educación	59
Conclusión	75
Bibliografía	77



# Intención

*Estás aprendiendo a escuchar a lo que ya sabes*  
Frances Vaughan

Este trabajo está dedicado a la exploración del tema de la intuición. Presenta cómo se ha definido la intuición, las diferentes formas que asume, los valores que se le añaden, sus funciones, sus aplicaciones, la necesidad de tenerla en cuenta para la educación, los distintos métodos que son utilizados para comprenderla y utilizarla y el sentido que tiene en la vida de las personas – su Yo interior- como una fuente de conocimiento válido. De este modo, un principio básico propuesto es el de activar la propia intuición para poner al servicio del individuo esta función preciosa, que, según Roberto Assagioli (1965), generalmente permanece latente e inutilizada, dejando así al individuo incompleto en su desarrollo.

El comienzo de este trabajo versa en torno a una discusión sobre la creatividad, tema central, que provee el contexto para tratar el tema de la intuición.





## Creatividad

Cuando pienso en la creatividad y todo lo que ha llegado a significar para mí a lo largo de los treinta y tantos años que he estado involucrada en este campo, me siento humilde ante su inmensidad y su poder. Cada vez que pensaba que por fin había captado el tema, aparecía otra situación para demostrarme, una vez más, que sólo había dado pasos de bebé en el largo camino de comenzar a entender esta capacidad humana que nos distingue de otros animales. He escrito y he vuelto a escribir definiciones sobre la creatividad a lo largo de los años, basándome en la bibliografía y en las experiencias que he desarrollado, especialmente con el gran número de personas con las que he tenido la buena fortuna de trabajar – estudiantes, colegas, participantes en talleres y seminarios, asistentes a conferencias – personas de todas las edades, historias personales, profesiones y habilidades.

En 1995, se me obligó una vez más a escribir una definición de la creatividad, esta vez para un catálogo para mi Instituto de Creatividad. Aquí está, tres años más tarde y aún me siento cómoda con ella:

**LA CREATIVIDAD** es la expresión del Yo único de un individuo. Se manifiesta de manera diferente en cada persona según las orientaciones personales, el ambiente, el interés, la habilidad o el talento. Para algunos, son las asociaciones novedosas de ideas las que son útiles. Para otros, es el medio principal para liberarse de lo rutinario. Para todos, la creatividad emana de la esencia de quien uno es, permitiendo el crecimiento del universo propio y la profundización en experiencias interiores.

La definición arriba expresada fue elaborada como consecuencia de las experiencias acumuladas con personas y no como producto de la investigación formal. El hecho de trabajar con tantas personas diferentes, me ha permitido observar las múltiples maneras que éstas tenían de ver y utilizar su creatividad. He permanecido conscientemente predispuesta a registrar la variedad de estilos con que las personas interpretaban y expresaban su creatividad. En este sentido, siempre me fascinó observar a las personas en el proceso creativo, reconocer sus preferencias y sus estilos. Para esto es importante establecer el clima óptimo, como zona franca, que permita la libre expresión para crear, acorde con el estilo personal de cada uno. Sólo cuando los individuos asumen quiénes son y cómo se expresan y se sienten totalmente aceptados, es cuando surge su singularidad y su verdadera habilidad creativa.

Gary Davis (1983) distingue entre *la creatividad intuitiva* y *la creatividad forzada*. La creatividad intuitiva se refiere a las inspiraciones impredecibles que pueden o no aparecer cuando y donde se necesitan. “*La inspiración, la intuición y el pensamiento creativo espontáneo no tienen nada de malo; resuelven problemas y mantienen el tema de la creatividad interesante. Con la creatividad forzada, una persona o un grupo decide conscientemente sentarse y atacar un problema creativamente utilizando una o más técnicas con el fin de aclararlo y para generar ideas creativas en torno a su resolución*”(Pág. 87). Davis habla de la diferencia entre recurrir a medios internos o externos para resolver problemas o generar ideas. Cada manera es igualmente válida.

## Creatividad e Intuición

La intuición es considerada por muchos investigadores del área como la primera y la más necesaria fase de la creatividad. En *Intuition: How We Think and Act*, Tony Bastick (1982) dice que la intuición es considerada en la creatividad científica y matemática y en la solución creativa de problemas para luego ser verificada lógicamente. Donald Mackinnon (1962), un conocido investigador de la personalidad creativa (*The Nature and Nurture of Creative Talent*), declara que "*la creatividad conlleva una nueva elaboración de la idea inicial para que sea adecuadamente desarrollada*". Mackinnon identifica esto como un criterio de creatividad. D.K. Simonton (1975), un psicólogo comprometido con la investigación sobre la creatividad y actualmente Editor del *The Journal of Creative Behavior*, llevó a cabo un experimento sobre la relación entre la intuición y el análisis en la solución creativa de problemas. Sus resultados indican que las personas altamente creativas mejoran su habilidad para resolver problemas cuando se guían por la intuición y en cambio, las personas poco creativas mejoran su habilidad para resolver problemas cuando siguen y obedecen instrucciones analíticas.

John C. Gowan (1975), psicólogo e investigador sobre la creatividad, también aseguró que las experiencias creativas implican el proceso intuitivo. Sugirió que un ambiente relajado que alienta la libre asociación tiende a promover estados alterados de consciencia y bajo estos estados alterados, dice, nuestra capacidad para movernos de un control consciente a la pre-consciencia intensifica el procesamiento intuitivo.

Si la creatividad es en nuestro mundo lo que nos separa de los demás animales, entonces es necesario despertar y

encender esa chispa inicial de la creatividad – la intuición. El descubrimiento e intensificación de las habilidades intuitivas ha sido valorado a lo largo de la historia por grandes pensadores de Occidente y de Oriente. La intuición afecta a todos los niveles de nuestras acciones, cada relación que experimentamos – en nosotros, en nuestras relaciones sociales, y conexiones cósmicas. *La intuición es la clave de quién y qué somos.*

## Procesos Creativos

La creatividad es la expresión y el proceso creativo es el medio que uno utiliza para conseguir esa expresión. Existen tres procesos creativos que me gustaría definir con el objetivo de establecer el contexto para poder hablar acerca de la intuición. Estos son: el Proceso Creativo Primario, el Proceso Creativo Secundario y el Proceso Creativo Terciario.

El Proceso Creativo Primario:

- Representa una realidad psíquica (no física)
- Es interno
- Es mente

El Proceso Creativo Primario representa la manera en la que la psique funciona, especialmente la parte inconsciente de la psique. Este proceso prevalece en el subconsciente o pre-consciente, por ejemplo, en forma de sueños. Es quien le ofrece al artista su imaginación.

El Proceso Creativo Secundario:

- Representa la realidad del mundo exterior
- Es externo
- Es físico
- Es materia

El Proceso Creativo Secundario representa la manera en que la mente funciona cuando está despierta. Utiliza la lógica común. Como proceso, es el encargado de proporcionar la noción de localización y el criterio de selección.

El Proceso Terciario:

- Mezcla los procesos primario y secundario
- Es mente y materia
- Guía hacia el producto creativo (resultado, solución)

El Proceso Creativo Terciario combina los dos mundos: el de la mente y el de la materia, lo racional con lo irracional. La mente creativa integra la información primaria con los procesos normales y lógicos creando una síntesis "mágica" (Arieti, 1976) de la que surge lo nuevo, lo inesperado y deseado. Este proceso crea armonía entre la imaginación y la selección.

## **Niveles de Consciencia**

Los humanos operamos bajo diferentes niveles de consciencia según el momento. Los niveles de consciencia tienen una relación directa con los procesos creativos anteriormente mencionados. Los niveles son:

- Consciencia
- Pre-consciencia
- Subconsciencia
- Inconsciencia

El nivel de consciencia está presente durante el Proceso Creativo Secundario cuando la mente está despierta y recurre

a la lógica común. Representa la realidad del mundo exterior. Los niveles pre-consciente, subconsciente e inconsciente están presentes en diferentes momentos durante los Procesos Creativos Primarios. El nivel pre-consciente está justo por debajo de la superficie de la consciencia, listo para entrar, con un poco de ayuda, en el mundo de la realidad física.

El nivel subconsciente es una fase más profunda y algo más difícil de alcanzar. Sin embargo, el nivel más profundo de todos y el más difícil de alcanzar y traer al nivel de conciencia cognitiva es el inconsciente. Carl Jung (1965) se refiere a este nivel como el asiento del Inconsciente Colectivo, la sabiduría y el juicio compartido por toda la humanidad.

Es importante darse cuenta de que el ser humano medio sólo utiliza un diez por ciento del total de su potencial o capacidad para saber. Gran parte del 90 por ciento restante está por debajo de ese nivel de consciencia del conocimiento. Es una fuente enorme y rica de información interna que está para muchas personas todavía sin explotar.

## **Hacia Un Producto Creativo**

Otra manera de clasificar los tres procesos creativos arriba mencionados es observando el papel que cada uno desenvuelve al elaborar un producto creativo.

Proceso Primario: **Necesidad del desorden**  
Aquí la actividad es divergente, libre y no se juzga.

Proceso Secundario: **Necesidad del orden**

La actividad aquí es convergente, incluye el juicio, la selección y la evaluación.

Proceso Terciario: **Nuevo Orden**

Aquí el proceso primario y secundario se unen. Es la integración de procesos primitivos y lógicos en un producto final novedoso y que reúne lo mejor de cada mundo, lo físico y lo no físico. Se crea un producto tangible, una solución o resultado.





## La Intuición como Proceso Primario

Para conseguir un nuevo orden, como el que se erige en el Proceso Creativo Terciario, uno necesita poner en marcha sus procesos creativos más personales, esa chispa interior que empuja a cada uno a buscar una forma de expresión creativa o una nueva solución a un problema.

Stein (1975) comprobó que a principios de los años sesenta se contaba con sólo dos estudios psicológicos que utilizaban el término "intuición". Ahora, a medida que nos acercamos al siglo XXI, el mundo está más preparado para explorar este tema. Estamos más abiertos a la exploración del Yo interior. Pero no debemos olvidar que durante décadas ha habido en Occidente un dominio manifiesto del razonamiento y del modelo científico, junto con los postulados de la escuela psicológica del comportamiento (behaviorist), que ignoraron y declararon irrelevantes el reino profundo de la mente y el espíritu. Después de regresar a la tierra desde el espacio, Edgar Mitchell, un astronauta americano y el sexto hombre que llegó a la luna, declaró que a los humanos les quedaba una última frontera por cruzar – la del espacio interior. Mitchell (1976) es el fundador del Instituto de Ciencias Noéticas (IONS), una organización dedicada a la exploración de las muchas maneras de conocimiento a disposición de los seres humanos. Hoy en día la investigación llevada a cabo por IONS sobre las capacidades humanas representa la vanguardia de la investigación moderna.

La dificultad a la hora de abordar el tema de la intuición radica en el hecho de que nosotros, como especie, dependemos casi por completo de las palabras para comunicarnos el uno con el otro, aunque todos pensemos en imágenes antes de

aprender a pensar en palabras. Gran parte de nuestro conocimiento interior nos llega inicialmente en imágenes. Uno de los motivos por el que los artistas y músicos, por ejemplo, a menudo se sienten cómodos permitiendo que surja su intuición es debido a que ellos se expresan (se comunican con otros) a través de imágenes, no palabras. Para aquellas personas que se expresan principalmente con palabras, el proceso de ir de un estado de imagen a un estado de palabra es a menudo tedioso debido a que posiblemente la imagen inicial no es entendida o creíble.

## ¿Qué es la intuición?

Hay cosas que simplemente *sabes* que sabes. Esto se debe a que experimentamos la realidad dentro de nuestras propias mentes; pero este fenómeno no es nuevo para el ser humano. De hecho, nuestros antepasados le prestaban mucha más atención a la sabiduría interior, es decir, a lo que aquí llamamos intuición. Esta manera interior de saber – este acceder a nuestra sabiduría interior – es diferente a la sabiduría conseguida a través de la experiencia o de fenómenos externos.

En las mentes de nuestros antepasados había una división bien definida entre el estímulo exterior y la impresión interior. Es decir, la sabiduría que provenía de dentro de nosotros se consideraba tan importante como la sabiduría conseguida a través de fuentes externas. Como detallan Nel Noddings y Paul Shore (1984), las visiones o presentimientos entre los antepasados se consideraban funciones de gran importancia. El vidente u oráculo era siempre un miembro eminente de la comunidad. Los presentimientos o experiencias intuitivas se consideraban como fuentes de sabiduría, mensajes de los dioses o evidencia del poder excepcional del vidente.

Para los Griegos y los Romanos clásicos, tanto lo racional (el razonamiento analítico, lógico), como el conocimiento intuitivo eran válidos. De hecho, la intuición se creía algo especial; a menudo reemplazaba a las conclusiones racionales (Shallcross & Sisk, 1989). Noddings y Shore (1984) sugieren que la escuela filosófica del Idealismo, que viene de Platón, se basa en la noción de que la intuición es una fuente fidedigna de conocimiento. El Idealismo sostiene que sólo el razonamiento mental es conocible; por lo tanto, la realidad es esencialmente espiritual o mental.

Aristóteles creía que el pensamiento está formado por imágenes. Dichas imágenes tienen el poder de evocar emociones que revelan sabiduría interior y declaró que el razonamiento intuitivo es el que atrapa los primeros principios del pensamiento. Así mismo, se refirió a la intuición como un salto en la capacidad de comprensión, atrapar un concepto mayor inalcanzable por medio de otros procesos intelectuales, aunque la consideraba todavía un proceso fundamentalmente intelectual.

Buda enseñó que la intuición, no el razonamiento, es la fuente de la verdad y de la sabiduría total. En la filosofía oriental, la intuición es considerada una facultad de la mente que se desarrolla durante el curso del crecimiento espiritual.

En escuelas de meditación en China y Japón – Ch’an en China, Zen en Japón – se enfatiza la búsqueda cándida. La instrucción competente despierta a los sujetos a la experiencia y a la sabiduría que desafía a la explicación a través del habla racional. Para aquellos que aspiran a ser monjes budistas, este despertar es una revelación de su verdad y sabiduría interior.

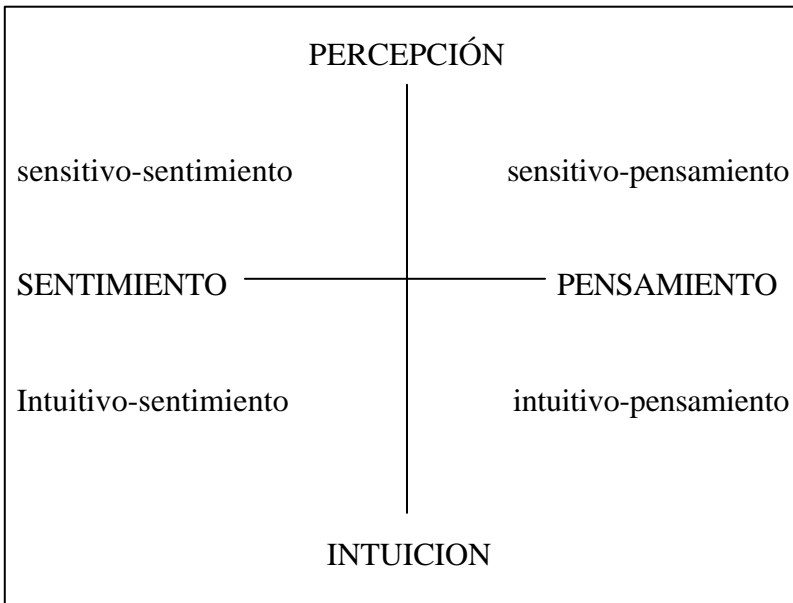
Para los hindúes, la sabiduría intuitiva se alcanza a través de la meditación y del control disciplinado de la mente. La intuición normalmente ilumina temas cósmicos universales y no problemas concretos. Así, la experiencia intuitiva está muy conectada con la espiritualidad y la estética. Uno de los objetivos del yoga, como lo practican los hindúes, es el desarrollo sistemático de la intuición. La intuición se considera una función estable y fiable de los niveles más altos de la conciencia a partir de la cual queda accesible una amplia gama de información.

Carl Jung, uno de los psicólogos más influyentes de los tiempos modernos, recalcó el papel de la intuición en la función intelectual. Declaró que la información se recibe de dos maneras:

1. externamente, a través de los cinco sentidos
2. internamente, a través de la intuición

El autor describe cuatro criterios del comportamiento humano: percepción, intuición, pensamiento y sentimiento. La percepción y la intuición son funciones de percepción - las maneras en las que recogemos la información- mientras que con el pensamiento y el sentimiento procesamos la información. Estos cuatro tipos de funciones corresponden a los medios usuales con los que la conciencia obtiene su orientación para la experiencia. La *sensación* (ej. Percepción de las sensaciones) dice que algo existe; El *pensamiento*, expresa lo que es; el *sentimiento* dice si estás de acuerdo o no; La *intuición* señala de dónde viene y a dónde va (Jung, 1964). Jung añadió también que la intuición es un "presentimiento", no es producto de una acción voluntaria sino de un acontecimiento involuntario que depende de diferentes circunstancias externas e internas y no de una acción de juicio.

Posteriormente, resumió las cuatro funciones de la siguiente manera: "*Bajo la sensación incluyo todas las percepciones a través de los órganos de los sentidos; con el pensamiento quiero decir la unión de la cognición intelectual y la formación de conclusiones lógicas; el sentimiento es una forma de evaluación subjetiva; la intuición la tomo como percepción a través del inconsciente, o percepción de contenidos inconscientes*"(Jung, 1971).



Aquellos que siguen la teoría de Jung sobre los Tipos Psicológicos ven a la percepción y a la intuición como funciones de la percepción y al sentimiento y al pensamiento como funciones de juicio. La *percepción* determina lo que sabemos; el *juicio* determina lo que hacemos con lo que sabemos.

Una de las áreas de influencia más relevantes, consecuencia de los Tipos Psicológicos de Jung, es el desarrollo realizado y llevado a cabo por Isabel Briggs Myers sobre el Indicador de Tipos Meyers-Briggs (MBTI), un instrumento empírico diseñado para clasificar a las personas según los Tipos Psicológicos de Jung. El MBTI y productos de éste han sido ampliamente valorados y aplicados en varios contextos, incluyendo el mundo empresarial y la educación.

Barbara Clark, conocida por su trabajo con niños superdotados en los EEUU, incluye la intuición como dominio en su delineación de los reinos del funcionamiento humano. Clark elaboró una lista de los dominios cognitivo, afectivo, social, e intuitivo (Clark, 1979). El desarrollo cognitivo se basa en el análisis, la integración y la evaluación de una gran cantidad de experiencia del medio ambiente y también en la comprensión de esas experiencias. El desarrollo afectivo demuestra una mayor conciencia del conocimiento emocional. El desarrollo físico incluye, junto con el crecimiento, el cuidado del propio cuerpo. El desarrollo social concierne a la función de cada uno en un mundo social. El desarrollo intuitivo tiene lugar en las acciones de iniciación o de conocimiento interior y en la actividad creativa. Clark afirma: *"Mientras que esto (el dominio intuitivo) es el área menos definida del funcionamiento humano, es probablemente el área que más promete para la continuidad y satisfacción de la raza humana. Todas las demás áreas facilitan el apoyo y son apoyadas por este área de funcionamiento. A medida que cada área se desarrolla hacia unos niveles más altos, las funciones intuitivas y creativas se hacen más disponibles."*(1979).

Otros investigadores han definido la intuición de maneras muy diferentes. En los años 60, 70 y 80, hubo

muchísima actividad en torno a los temas de la intuición y de la creatividad. Robert Ornstein, famoso por su trabajo en la investigación cerebral, sostiene que la intuición debería ser debidamente comprendida como *conocimiento sin recurso a interferencia*. Es lo que podríamos llamar comprensión inmediata no lineal, como complemento a la secuencia deductiva, mediada y ordenada del pensamiento "racional"(Ornstein, 1976).

En *The Aquarian Conspiracy* (1980), Marilyn Ferguson, investigadora que ha demostrado interés por la investigación que concierne a las diferentes funciones de los dos hemisferios cerebrales, llama a la intuición "*el saber al que no se le puede seguir la pista*". Ferguson dice que a nivel del sentido común intentamos calcar las ideas de un punto a otro, como tender cables o un hilo de pensamiento. A lleva a B y B lleva a C. Pero, los procesos no lineales en la naturaleza, como la cristalización y ciertos acontecimientos cerebrales, abarcan de la A a la Z simultáneamente. El cerebro no está limitado a nuestros conceptos del sentido común, ya que en ese caso no funcionaría. Continúa diciendo que si esta percepción instantánea es ignorada por la mente lineal, no nos debería sorprender. Después de todo, sus procesos van mas allá del seguimiento lineal y por lo tanto son sospechosos.

Ferguson observa que existe una tendencia a pensar en la intuición como algo separado del intelecto. Cree que, para ser más correctos, se puede decir que la intuición conlleva la intelectualización. Todo lo que hemos intuitido también se archiva y se encuentra disponible. El reino de la intuición es el más amplio, sabe todo lo que sabemos y mucho más. "La Sabiduría Tácita" (el saber silencioso, señales interiores), siempre ha tenido sus defensores, incluyendo a muchos de

nuestros grandes y creativos científicos y artistas. Este saber ha sido el compañero esencial y silencioso de todo nuestro progreso. La parte izquierda del cerebro puede organizar nueva información dentro del esquema existente de las cosas, pero no puede generar nuevas ideas. La parte derecha percibe el contexto y, por lo tanto, el significado. Sin la intuición, estaríamos en la oscuridad. Cada acción rompedora, cada salto hacia adelante en la historia, ha dependido de los hallazgos de la parte derecha del cerebro, la habilidad del cerebro holístico para detectar anomalías, la novedad en los procesos y la percepción de nuevas relaciones (1980).

Goldberg (1983) dice que el sentido básico de la palabra *intuición* sugiere espontaneidad e inmediación; el saber intuitivo no es *mediado* por la consciencia ni por el proceso racional deliberado. Goldberg, al igual que otros escritores, define la intuición según lo que no es.

Se han postulado numerosas clasificaciones sobre la intuición con el objetivo de intentar diferenciar tipos de intuición. Dos de estas clasificaciones son "Niveles de Conocimiento Intuitivo" de Frances Vaughan y "Tipos Funcionales de la Intuición" de Phillip Goldberg. Aquí se presentan como ejemplos de formas en las cuales aspectos de la intuición pueden ser clasificados por diferentes investigadores según sus propios intereses y audiencias. El trabajo de Vaughan refleja su trayectoria en el mundo de la psicología mientras que el trabajo de Goldberg se dirige a clientes empresarios.



## Niveles de Consciencia Intuitiva

Frances Vaughan, en *Awakening Intuition* (1979), facilita, desde su perspectiva como psicólogo, un panorama general. Señala que la amplia variedad de experiencia intuitiva humana se encuadra dentro de cuatro niveles distintivos de consciencia: físico, emocional, mental y espiritual. Aunque estos niveles de experiencia a menudo se solapan, son generalmente fáciles de clasificar según el nivel en el que se perciben conscientemente. Experiencias místicas, por ejemplo, son experiencias intuitivas a nivel espiritual y, como tales, no dependen de indicaciones perceptibles, emocionales, o mentales para ser válidas. La intuición a nivel físico se asocia con las sensaciones corporales, a nivel emocional con sentimientos y a nivel mental con imágenes e ideas.

### El Nivel Físico

Las experiencias intuitivas a nivel físico producen unas sensaciones corporales similares a las de "*la consciencia de la jungla*" que alerta a las personas primitivas sobre posibles peligros. Esta consciencia es diferente al instinto, que es inconsciente. La consciencia de la jungla puede ser experimentada en una ciudad cuando ciertas situaciones nos hacen temblar, tener dolor de estómago o dolor de cabeza. Estas respuestas corporales, o indicadores, revelan información que concierne a uno mismo y a su ambiente. Vaughan sugiere que prestar atención a lo que nos dice el cuerpo, puede ayudarnos a tomar decisiones sobre situaciones en las que nos encontramos. Si, por ejemplo, una situación específica genera siempre tensión, puedes evitar la situación o hacer los cambios apropiados para aliviar el nivel de tensión. El prestar atención a los mensajes físicos e intuitivos puede ser significativo en

cuanto a tu relación con el ambiente. Haz una lista de reacciones físicas que has experimentado mientras conduces o en el trabajo, por ejemplo. ¿Puedes reconocer algunas reacciones que ocurren una y otra vez bajo circunstancias similares? ¿Crees que estas circunstancias provocan tensión en ti? Si es así, ¿Qué cambios harías para aliviar estas situaciones?

## **El Nivel Emocional**

En el nivel emocional, la intuición se convierte en algo consciente a través de los sentimientos. Vaughan describe el nivel emocional de la intuición como la capacidad de ser sensible ante las "vibraciones" (las vibraciones de energía) de otras personas, como puede ser el que te guste o te disguste alguien o algo sin ninguna justificación aparente, o el tener una sensación vaga e inexplicable de que deberías estar haciendo algo en un momento determinado. Anota experiencias en las que te hayas sentido sensible hacia las vibraciones de energía de otras personas. Si es posible, comprueba con los involucrados si ellos experimentaron lo mismo.

Los mensajes intuitivos a nivel emocional a menudo implican relaciones con otras personas y parecen poseer una cualidad casi telepática. ¿Has llamado alguna vez a un amigo o un familiar que estaba a punto de llamarte a ti?

## **El Nivel Mental**

El nivel mental de la consciencia intuitiva a menudo se hace aparente a través de imágenes o a través de lo que se podría llamar "visión interior". Dado que la intuición a nivel mental se relaciona con el pensamiento (aunque todo tipo de intuición radica en la mente), a menudo se asocia con la

solución de problemas, las matemáticas y la ciencia (pero no está limitada a estos campos). La intuición a este nivel puede reconocerse cuando súbitamente hay orden donde antes había caos. Esto puede ocurrir en forma de estallido después de haber estado trabajando intensamente. Las culturas occidentales tienden a valorar este último enfoque. Primero hay una aplicación exhaustiva de lógica y razonamiento, seguido después de un consecuente estallido intuitivo. Este enfoque está asociado con el descubrimiento y la invención que supone el proceso tecnológico. ¿Puedes recordar alguna situación en la que hayas trabajado arduamente durante mucho tiempo y en la que después te haya parecido que la solución te venía repentinamente de "la nada"?

El acierto, la formulación de hipótesis y nuevas teorías, se hallan dentro de la categoría de la intuición a nivel mental. Einstein fue uno de los que apoyó el dar "saltos intuitivos" en la formación de nuevas teorías. En *The Universe Within* (El Universo Interior), Morton Hunt (1982) cita al psicólogo Donald Norman en relación con el tema de los saltos intuitivos:

*Damos el salto a la respuesta correcta antes de tener suficientes datos, intuimos, cogemos, saltamos a conclusiones a pesar de la falta de evidencia convincente. El hecho de que la mayor parte del tiempo nos salga bien y no mal es el milagro del intelecto humano.*

Fritjof Capra en *The Tao of Physics* (1984) subraya el importante papel que la intuición representa para el pensamiento científico y para el descubrimiento:

*La parte racional de la investigación, de hecho, sería inútil si no estuviera complementada con la*

*intuición que facilita a los científicos nuevas perspectivas y les hace creativos.*

Capra dice que "la lucidez espontánea" es como "captar" un chiste.

Podemos dar un salto intuitivo, podemos trabajar duro y durante mucho tiempo con procesos racionales y después encontrar una solución a partir de un momento de inspiración; o podemos decidir "sentarnos a trabajar sobre el asunto" (o consultar con la almohada). La incubación puede ser un buen complemento al proceso intuitivo. La incubación le da tiempo a la mente para permitir que el caos se convierta en un "patrón" de orden. Sid Parnes, investigador y consultor en la solución creativa de problemas, llama a este proceso "permitir que suceda".

Cualquiera que sea el camino o los caminos que sigas para utilizar el proceso mental de consciencia intuitiva, es importante continuar con su alimentación para asegurar que este precioso complemento no se pierda. En *The Intuitive Edge (El Lado Intuitivo)*, Phillip Goldberg (1983) declara:

*Cuando no nos fiamos de la intuición y permitimos que se atrofie, insistiendo con patrones de pensamiento exclusivamente racionales y empíricos, terminamos sintonizando en mono en un mundo en estéreo.*

## **El Nivel Espiritual**

El nivel espiritual de la consciencia intuitiva está asociado con la experiencia mística y, en este nivel, esta consciencia se considera "pura". Según Vaughan, *"La intuición*

*pura y espiritual se distingue de otras formas a raíz de su independencia de otras sensaciones, sentimientos y pensamientos".* El destacado filósofo Spinoza definió la intuición espiritual como la sabiduría de Dios. El filósofo James Bergenthal compara esta sabiduría con la experiencia del hombre con su propio ser y añade que los hombres conocen a Dios a través de sus intuiciones más profundas sobre su propia naturaleza.

En yoga, la intuición espiritual se conoce como la guía del alma. Surge espontáneamente cuando la mente está silenciosa. La intuición espiritual es la base sobre la cual radican todas las demás formas de intuición. El activar la intuición espiritual significa ahondar en lo transpersonal y no en lo personal de los dominios de la intuición. Lo personal y lo transpersonal pueden ser considerados como dos modos de conocer o como dos niveles diferentes de consciencia. En el pensamiento occidental, el modo personal es el estado normal de consciencia en el que el mundo se percibe como objetos y acontecimientos que existen separadamente en el tiempo y en el espacio. Lo transpersonal significa "más allá de lo personal". En la consciencia transpersonal, lo esencial del universo se hace aparente y los confines ordinarios del tiempo y el espacio son trascendidos a través de la experiencia. Ambos dominios de la función humana están disponibles para nosotros. La razón es el modo de saber propio del nivel personal. La intuición es el modo de saber propio del nivel transpersonal. Necesitamos aceptar ambos, expandiendo nuestra comprensión y experiencia de la consciencia para poder incluir ambos niveles.



## Tipos Funcionales de Intuición

Es beneficioso examinar otra manera de organizar el cómo se piensa sobre la intuición. Phillip Goldberg (1983) clasifica los tipos funcionales de la intuición en: descubrimiento y creatividad, evaluación, operación, predicción e iluminación.

### Descubrimiento e Intuición Creativa

*La intuición del descubrimiento* es similar al descubrimiento en su naturaleza reveladora; pero cuando el descubrimiento revela verdades singulares, hechos o información verificable, *la función creativa de la intuición* genera alternativas, opciones o posibilidades. De hecho, las ideas generadas pueden ser correctas o incorrectas, pero serán más o menos apropiadas a la situación. De manera parecida a una sesión de torbellino de ideas, la intuición creativa produce una cantidad de ideas de las cuales puede ser seleccionada la solución ideal, mientras que la intuición del descubrimiento reproduce la respuesta única buscada en una situación determinada, como por ejemplo, "*¿Cual es la estructura de un modelo de DANN?*". La única respuesta "correcta" aparece en un momento de inspiración.

### Intuición de Evaluación

*La intuición de evaluación* señala "si" o "no" cuando uno se enfrenta a decisiones. Goldberg (1983) distingue entre el análisis racional y la intuición a la hora de evaluar utilizando un ejemplo de Tom Duffy, un planificador financiero, que asegura:

*Puede que haga planes de contingencia basados en*

*un análisis formal de datos técnicos pero, la decisión en sí – cometer, aguantar o abandonar – es cuestión de calcular el momento, y para eso me fío de mis sentimientos.*

A veces, la lógica puede que dicte el movimiento en una dirección, pero la intuición señala hacia otra. Un amigo mío todavía tiene sobre su cómoda un billete de avión que "algo dentro" le dijo que no tomara, incluso cuando suponía un importante viaje de negocios. El avión chocó y todo los pasajeros murieron.

Para estimular tu intuición de evaluación, intenta lo siguiente: Haz un análisis lógico de un acontecimiento que esté a punto de llevarse a cabo (un partido de fútbol, una ceremonia de algún premio). Basándote en tu análisis, predice el resultado. Después, ignorando tu decisión racional, apuesta según tu "presentimiento" por el resultado. Más tarde, comprueba los resultados. Observa la comparación entre los dos enfoques.

## **Intuición de Operación**

*La intuición de operación* actúa como el sentido de la dirección, guiándonos por un camino u otro. La intuición de evaluación funciona cuando hay algo que evaluar, la intuición de operación a menudo precede a cualquier cosa específica, empujándote hacia una situación o alejándote de ella. La situación podría ser potencialmente peligrosa o quizás un importante punto de inflexión en tu vida. A este tipo de intuición a menudo se le llama un accidente con suerte, o el estar en el sitio adecuado y en el momento adecuado, o el responder a una sensación desde tus entrañas sin mucha información en la



que basarse, o simplemente pura coincidencia. Piensa en tus recientes experiencias, ¿te ha sucedido algo a lo que atribuyes una afortunada coincidencia?

## **Intuición de Predicción**

*La intuición de predicción* nos permite predecir lo que podría ocurrir en el futuro. Formulamos hipótesis, prevemos futuros acontecimientos, predecimos resultados de situaciones. Las predicciones pueden ser herramientas de advertencia o sentimientos positivos sobre una actividad en el futuro. Por ejemplo, puede que seamos más cautelosos conduciendo un coche porque la intuición de la predicción nos advierte que hay un posible peligro. O, puede que nos sintamos agradablemente emocionados ante un acontecimiento al que vamos a ir, sin saber de antemano que veremos allí a alguien a quien apreciamos.

## **Intuición de Iluminación**

*La Intuición de iluminación* es similar a lo que Frances Vaughan (1979) llama el nivel espiritual de la consciencia intuitiva. En otros sitios se le ha llamado, según Goldberg (1983), *samadhi*, *satori*, *nirvana*, *consciencia cósmica*, *autorealización*, o *unión con Dios*. El entender la intuición de la iluminación nos ayuda a entender todas las formas de intuición; cultivándola simultáneamente se cultiva los otros tipos funcionales de intuición.

## **¿Cuáles son las características de las personas intuitivas?**

Carl Jung y los psicólogos jungianos, según Isabel

Briggs Meyers, declaran que las personas intuitivas son opuestas a las personas que asimilan la información según la manera en la que perciben. Aquí tenemos alguna de esas diferencias:

Cuando *percibe*, una persona

- percibe con los cinco sentidos
- presta atención al detalle práctico y fáctico
- está en contacto con las realidades físicas
- ratifica lo que se dice y lo que se hace
- ve "cosas pequeñas" en la vida cotidiana
- presta atención a la experiencia paso a paso
- deja que los ojos hablen a la mente

Cuando *utiliza la intuición*, la persona

- percibe con la memoria y la asociación
- ve patrones y significados
- proyecta posibilidades para el futuro
- imagina o lee entre las líneas
- busca una visión general
- tiene "corazonadas" o ideas que vienen de la nada
- deja que la mente hable a los ojos

(Sisk & Shallcross, 1986)

Malcolm Westcott (1968) llevó a cabo una investigación exhaustiva (once estudios en total) durante un período de diez años en el que investigó a más de 1000 sujetos. Él y sus colegas averiguaron que las personas intuitivas tienden a:

- Ser anti-convencionales y sentirse cómodos dentro de esa no convencionalidad

- Ser seguros de si mismos
- Ser Auto-suficientes
- Involucrarse emocionalmente en temas abstractos, bien sea en términos intelectuales o académicos o en valores humanos
- Estar dispuestos a explorar incertidumbres y resolver dudas, capaces de hacerlo sin miedo
- Estar dispuestos a exponerse a la crítica y el desafío
- Ser capaces de aceptar o rechazar la crítica según sea necesario
- Estar dispuestos a cambiar en la forma que consideren apropiada
- Resistirse al control y la dirección externa
- Ser independientes
- Ser previsores
- Ser espontáneos

Los resultados de Westcott complementan los datos de Carl Jung sobre los tipos intuitivos vistos en Goldberg (1983). Ambos concuerdan bien con los datos sobre estilos de solución de problemas y con los datos sobre las medidas de cualidades asociadas a las personas intuitivas – creatividad, originalidad e independencia de juicio. Los retratos describen una constelación de características: seguros de sí mismos, no conformistas, altamente motivados, tolerantes a la ambigüedad, al cambio y a la incertidumbre, dispuestos a arriesgarse a parecer tontos o a no tener razón.

Morris Stein hace una observación interesante en cuanto a la inspiración o intuición que se percibe antes de obtener la solución a un problema. Es la sensación agradable que acompaña al sentimiento de tener razón en alguna hipótesis

o la solución antes de que se pueda probar que es correcta. Estos son elementos estéticos y agradables que vienen a ser llamados, según J.J. Gordon (1971) en su trabajo sobre la **Sinética**, *respuesta hedónica*. La persona intuitiva no tiene miedo a fiarse de este sentimiento y de actuar según él. Uno de los factores en Sinética implica el juego con "irrelevancias aparentes". Este juego se utiliza para generar energía para la solución de problemas y para evocar nuevas formas de ver los problemas. Una de esas irrelevancias es el factor emocional llamado la *respuesta hedónica* que sirve como "filtro de irrelevancia". El sentimiento implicado es muy sutil. Stein sostiene que Gordon ha sido hasta ahora incapaz de desarrollar un mecanismo operativo que haga aflorar este sentimiento. Es obviamente de gran importancia y, si un individuo pudiera aprender a reconocerlo, entonces él o ella probablemente no perdería tanto tiempo y energía en el proceso creativo; el individuo tendría ese "sentimiento"- estético o no- que le "diría" cuándo seguir adelante con una hipótesis o cuándo perseguir una idea enfocada hacia la solución. Las personas del mundo del arte son más propensos a reconocer y aceptar que este "sentimiento" es fiable. Experimentan una sensación de bienestar acerca de su proceso creativo y siguen adelante con él.

Vaughan (1979) hizo esta declaración acerca del sentido intuitivo que el artista tiene en relación con su propio trabajo:

*La intuición en el arte no se limita a la visión creativa o a imágenes a las que consecuentemente se les da forma. El proceso creativo en sí es guiado por la intuición del artista que le deja saber cuándo está "bien"...A diferencia del matemático, el artista no necesita justificar racionalmente sus percepciones intuitivas de lo que está "bien".*

## Investigación reciente sobre la Intuición

Es interesante subrayar que, en los años 90, la investigación sobre la intuición está descubriendo una gran variedad de campos temáticos. En los comienzos, la investigación confinaba a la intuición al campo de la psicología como parte del estudio de las ciencias cognitivas. A continuación encontraremos ejemplos de investigación en los diferentes campos y se demostrará el amplio espectro de aplicaciones de la intuición. Este es un tema al que anteriormente se le concedía escasa validez y que ahora llama la atención de una amplia audiencia.

### Tecnología

Un estudio presentado en la Reunión Anual de Tecnología Educativa y Formativa (Annual Meeting for Educational and Training Technology) en Gales – *Competencia en la Cabina del Piloto (Competency in the Cockpit)* de H.M. Brown (1992) – examina cómo la tecnología moderna está redefiniendo las competencias, particularmente aquellas competencias requeridas por tripulaciones aéreas en cabinas de pilotos ultramodernas, y cómo las descripciones basadas en reglas quizás no sean siempre tan prácticas como los esquemas y marcos cognitivos y el razonamiento basado en casos. Concluye que una perspectiva más amplia de sistemas debe incluir un equilibrio entre la actuación intuitiva y analítica, sobre todo cuando requiere de habilidades motoras.

En *Medir la Intuición (Measuring Intuition)*, Milton Glaser (1995) sostiene que la intuición tiene un papel vital para la Investigación y el Desarrollo (R&D, Research and Development) exitoso. A menudo el técnico no conformista

es el más intuitivo y este atributo contribuye a su productividad innovadora. El autor atribuye cierta productividad superior e innovadora de ciertos individuos en sus laboratorios a su intuición. Compañeros en la misma institución y similar experiencia en un campo, conocimiento, educación, motivación e inteligencia, generalmente fracasaban con proyectos comparables en grado de dificultad. La Encuesta de Objetivos (Aim Survey) de Weston Agor, que establece la relación entre intuición y la actuación exitosa de gerentes de alto nivel, puede ser utilizada para evaluar el papel de la intuición en la actuación de personas de R&D. La puntuación de intuición subjetiva en la Encuesta de Objetivos de 18 de los viejos colegas de Glaser fue razonablemente congruente. Esta encuesta, por lo tanto, parece ser un camino significativo para asesorar el potencial de intuición en personal de R&D.

## Arte y Diseño

Nick Udall en *Transformación Creativa: Una Perspectiva de Diseño* (*Creative Transformation: A Design Perspective, Journal of Creative Behavior, 1996*) delinea un programa de investigación que busca el desarrollo de estrategias para facilitar el desarrollo creativo a través de la transformación paradigmática. El Anillo Mobius se usa como metáfora de la intuición y el intelecto, cíclicamente alimentando el uno al otro, y traza un continuo entre los modos de pensamiento, desarrollándose del "Convirtiéndose" al "Siendo". Estas estrategias pueden ser utilizadas para ayudar a transformar la consciencia de los diseñadores.

La siguiente declaración hecha por Thomas R. Lightfoot (1993) fue parte de la ponencia *Dr Artist* dictada en la Annual Conference of the International Visual Literacy Association:

*El mundo está en medio de un cambio de paradigma importantísimo, a medida que el paradigma de dominio sobre naturaleza llega a su fin con la aceptación de artistas y sus tecnologías subjetivamente orientadas como útiles en nuestros esfuerzos para vivir en el universo. Poco a poco, está surgiendo la consciencia del cambio fundamental en cómo vemos el mundo. La importancia del arte en este nuevo panorama es evidente. Los principios que guían el arte son precisamente esos que faltan en el enfoque científico. El reconocimiento de los valores de la intuición; los sentimientos; la percepción personal; y las partes más suaves y cálidas de la vida, nos traerá un enfoque más humanístico de todo. La ciencia y el arte no deberían estar separadas, sino que deberían ser comprendidas como exploradoras de la naturaleza esencial del gran misterio de la vida. La educación también debería cambiar para acomodar este nuevo paradigma y sin duda lo hará, a medida que las personas no puedan prolongar la división entre las realidades internas y externas.*

## **Psicología Cognitiva**

En *From Tools to Theories: A Heuristic of Discovery in Cognitive Psychology*, Gerd Gigerenzer (1991) explora cómo las herramientas científicas han dado forma a las teorías y enfatiza en cómo los métodos de inferencia estadística se han convertido en metáforas de la mente. En esta obra, se explica la aparición de una gama de teorías cognitivas y puede aplicarse a los enfoques actuales que consideran la mente como un estadístico intuitivo.

You-yuh Kuo en *Psicología Taoísta de la Creatividad* (1996) reinterpreta la filosofía del Taoísmo y la aplica a la creatividad. La cognición Taoista es descrita como intuición o conocimiento personal. La creatividad Taoista se explica como algo que involucra la incubación, el pensamiento sinéctico y la unificación a través de los opuestos. Se tratan los temas del pensamiento dialéctico, la meditación Taoista, la intuición y el pensamiento simbólico.

## Terapia

Eichler y Halseth en *Intuition: Enhancing Group Work* (1992) describe cómo líderes de grupos pueden reconocer y utilizar su propia intuición y aumentarla en relación con los miembros del grupo. El proceso de acceder a la intuición consiste en fiarse de uno mismo. El líder intuitivo es capaz de ver la *gestalt* del proceso en grupo, percibir los patrones que están surgiendo, saber qué estrategias utilizar y cuándo estar callado. La intuición del líder aumenta si conoce el proceso intuitivo, las fases de la intuición y las prácticas que estimulan la intuición. Facilitando un ambiente auspiciador, permitiendo tiempo para reflexionar y viendo a los participantes como colaboradores, el líder del grupo ayuda a cada uno de los participantes a acceder a su propia intuición.

*The Use of transpersonal Empathy with Child Abuse Survivors* por Michael J. Gilewski (1993) destaca que los adultos supervivientes a una infancia de abusos y maltratos son algunos de los pacientes más difíciles y desafiantes de la psicoterapia. Gilewski aplica un modelo transpersonal de empatía en el trabajo terapéutico con estas personas. El modelo transpersonal de empatía se extiende a los modelos humanísticos tradicionales que luchan hacia la "empatía



avanzada y precisa" hasta el punto en que, a través de la intuición y el crecimiento espiritual personal, el terapeuta es capaz de crear un lazo profundo, unitario y curativo con el paciente.

Marchais, Grize y Randup en *Intuition et Psychiatrie* (1995) hablan sobre la diversidad de intuición, los niveles de organización mental e integración y los procesos de autorregulación y auto-organización. Presentan un modelo general de la intuición que está formado por subgrupos descriptivos, dinámicos y estructurales. Este modelo puede ser corregido y redefinido progresivamente, basándose en las evaluaciones recíprocas y sucesivas de diferentes observadores.

## La Ciencia

Robert Domaingue en *Learning for Discovery: Establishing the Foundation* (*Journal of Scientific Exploration*, 1992) examina la posibilidad de facilitar el proceso de descubrimiento para los investigadores científicos a través del aprendizaje emocionante. Este es de gran importancia para el aumento de las habilidades intuitivas en el reconocimiento de patrones entre investigadores. Habla sobre la intuición, el pensamiento metafórico y la estética como papeles muy significativos en el desarrollo del reconocimiento de patrones. Sharon Parsons en *Making Sense of Students' Science: The Construction of a Model of Tinkering* (1995) investigó los conceptos de los niños sobre fenómenos científicos y métodos intuitivos aprendidos a partir de sus propias experiencias cotidianas. También exploró el origen de la acción de "hacer chapuzas" en temas referidos con la electricidad.

## Matemáticas

Lauren B. Resnick en *From Protoquantities to Operators: Building Mathematical Competence on a Foundation of Everyday Knowledge* propone una teoría que puede explicar las diferencias entre el conocimiento de las matemáticas cotidiano y el formal, así como también un conjunto de procesos con los que el conocimiento informal se transforma en matemática formal. Sostiene que, para los niños y personas que no han ido a la escuela, las intuiciones fuertes y fiables no tienen cabida en las matemáticas escolares. Una hipótesis es que el enfoque escolar de la manipulación formal de símbolos desalienta a los niños a la hora de utilizar sus intuiciones para soportar el aprendizaje escolar de las matemáticas. La autora habla sobre la enseñanza de las matemáticas basándose en la sabiduría intuitiva y para ello organiza situaciones y casos prácticos y de discusión que ayudarán a los niños a elaborar sus esquemas a niveles sucesivamente cada vez más altos de conocimiento.

Michael Otte en *Intuition and Logic* (1990) compara y contrasta los conceptos de intuición y lógica. Las ideas del pensamiento conceptual y el pensamiento algorítmico se discuten en términos del mundo como laberinto, intuición y tiempo y estructura del conocimiento.

McCarrell y Calanan en *Form-Function Correspondences in Children's Inference* (1995) hablan de dos estudios en los que exploraron las creencias de niños de preescolar en torno a la relación entre la similitud basada en la percepción de las cosas y los comportamientos predecibles para cada caso, centrándose en las correspondencias entre forma y función. Se encontró que la similitud perceptiva, si

estaba motivada por creencias intuitivas sobre correspondencias entre forma y función, era suficiente base para la inferencia.

## Música

Mary J. Reichling en *Images of Imagination* (1990) explora la noción del desarrollo imaginativo. Define la imaginación a través de una revisión de escritos musicales, religiosos y estéticos. Sugiere que la imaginación precede a la creatividad e involucra a la percepción, a la intuición, al pensamiento y al sentimiento. El artículo describe una secuencia evolutiva basada en investigación y propone maneras de cultivar la imaginación a través de la música.

## Educación

Lynne Schwab en *No Static in your Attic: Tapping into Your Creative and Intuitive Abilities* (1991) describe un proceso para incrementar la calidad del pensamiento del estudiante por medio de la transformación desde un estado intuitivo silencioso al procesamiento lógico racional. El artículo nos facilita sugerencias pedagógicas específicas para utilizar la imaginación guiada con estudiantes desde la escuela primaria hasta que terminen los estudios.

En *Explicit News Writing Rules and the Intuitive 'Good Ear'*, Abbott y Slattery (1990) declaran que enseñar a escribir noticias basándose en reglas explícitas no es adecuado porque: (1) las violaciones de las reglas son comunes, (2) algunas reglas funcionan bien sólo en situaciones particulares y (3) algunas reglas generalizan demasiado. El artículo compara la dificultad para enseñar a los estudiantes con el desarrollo de un "buen

oído" para escribir. Los autores concluyen que la enseñanza debe equilibrar enfoques basados en reglas y en procesos intuitivos.

Janice Cook en *Listen to your Inner Voice: Using Your Intuition in Outdoor Leadership* (1996) afirma que la intuición es conocimiento de algo sin el uso consciente del razonamiento. La cuestión sobre de dónde viene el conocimiento intuitivo puede ser tratada desde enfoques neurofisiológicos, espirituales o filosóficos. En algunos casos, las "corazonadas" pueden ser el resultado del procesamiento inconsciente del input sensorial inmediato junto con un conocimiento previo. En otros casos, la fuente de conocimiento intuitivo no es aparente. Dos anécdotas sobre el esquí y los miedos a las avalanchas ilustran estos tipos de conocimiento intuitivo. Para el organizador de un programa al aire libre o un monitor, la intuición puede incrementar la efectividad en el área de solución de problemas, juicio y toma de decisiones, encontrar rutas, seguridad, manejo y evaluación de peligro, asesoramiento de capacitación de los estudiantes para las actividades de aventura, selección de plantilla y procesos en grupo. Sin embargo, el conocimiento intuitivo debe ser utilizado junto con el pensamiento lógico. Los métodos de desarrollo de la intuición exigen la capacidad de sobreponerse a obstáculos como el miedo a hacer el ridículo o a parecer irracional; el pensar sobre la intuición propia como una ayudante metafórica; practicar varias técnicas como la relajación, la escucha de la voz interior propia durante periodos deliberados de silencio, el prestar atención al simbolismo en los sueños de uno, juegos de memoria, visualización creativa y meditación.

*Thematic Organizers as a Tool for Teaching from a Whole Theme Perspective* de Asghar Iran-Nejad (1994) dice

que el aprendizaje dentro del enfoque global del tema se define como la reorganización de la base propia de conocimiento intuitivo, por contraposición al almacenamiento de hechos. Esta obra analiza varios organizadores temáticos para ilustrar su papel como herramienta de enseñanza para ayudar a los aprendices a reorganizar su propia base de conocimiento intuitivo. La base del conocimiento intuitivo (IKB) del aprendiz está íntimamente vinculada con los procesos cerebrales básicos. Se pueden crear organizadores temáticos que sean particularmente adecuados para alcanzar y poner a prueba la IKB de los aprendices. Una sugerencia es generar un organizador del tema global en base a sus elementos o componentes parciales, un tema de lanzamiento de distintas categorías o dominios (a Domain Launching Theme - DHL), que constituye un curso entero del que fluye una fuente indefinida de ideas. Un organizador DLT puede ser una herramienta para enseñar a los estudiantes el papel del conocimiento profundo, la transferencia de este conocimiento y la solución compleja de problemas. Un segundo organizador DLT es ejemplificado con una definición de tema global de psicología educativa que sirve como herramienta para organizar los propios IKB de los estudiantes para una comprensión de lo que es la psicología educativa.

## Organizaciones

En *Intuitive Development: Communication in the Nineties*, Johnson y Daumer (1993) afirman que la comunicación es a la vez cognitiva e intuitiva, aunque la escolarización enfatice las habilidades del lado izquierdo del cerebro. Se presentan maneras para desarrollar habilidades intuitivas (cerebro derecho) que incluyen mandalas, la técnica de Jung para concentrar el lado derecho del cerebro; escritura con la mano no dominante; y afirmaciones positivas.

Weston Agor en *Brain Skills Development in Management Training* (1983) declaró que más de 500 directivos del sector público y privado de diversas áreas, completaron un cuestionario diseñado con el fin de medir la capacidad potencial para utilizar la intuición orientada a la toma de decisiones, así como para observar las habilidades cerebrales que él o ella utilizan a la hora de tomar decisiones en el trabajo. Las respuestas fueron estratificadas por niveles de dirección y gobierno, sexo y especialización ocupacional. Los resultados demuestran que los gerentes de nivel alto, en cualquier ocupación, puntuaron más alto en la escala del lado derecho del cerebro que mide la intuición y también en la escala de integración intuitiva (II) que refleja el estilo de dirección, que los gerentes de rango inferior en el mismo contexto organizativo. Los gerentes de nivel alto del sector público y privado se basaron en el estilo (II) más que en cualquier otra escala para tomar decisiones de administración. Hubo una variación significativa en el estilo de dirección según la ocupación de los entrevistados: aquellos en sanidad, administración general y en recursos humanos puntuaron por encima de la media en las escalas II y de intuición, y aquellos en profesiones en el campo de las fuerzas del orden y la milicia puntuaron por debajo de la media en las mismas escalas. Las mujeres puntuaron más alto que los hombres en la habilidad de intuición del lado derecho del cerebro y en el estilo de dirección II en todas las profesiones. Es más, aquellas mujeres que trabajaban en departamentos de personal o sanidad parecían poseer niveles más altos de la media en habilidad intuitiva y utilizaban el estilo II más a menudo que otras categorías profesionales.

Agor en *How Intuition Can Be Used to Enhance Creativity in Organizations* (1991) traza metas y técnicas que

pueden ser usadas para buscar y utilizar habilidades intuitivas enfocadas hacia la mejora de la toma de decisiones. El artículo describe el programa de Dirección de Habilidades Cerebrales, que ayuda a las organizaciones a identificar recursos y necesidades de talento intuitivo, a integrar este talento con los enfoques tradicionales de dirección y a desarrollar talento intuitivo para la solución de problemas aplicada.

En *Enhancing Intuition for Navigating the Mysteries of a Chaotic Environment*, Robert J. Holder (1992) sostiene que las organizaciones están experimentando un cambio en la naturaleza de su ambiente de un estado estable hacia uno caótico. Este nuevo entorno requiere que las organizaciones se concentren en los seres humanos y consideren sus facultades mentales, físicas, sensoriales y espirituales y, así, reconozcan que la intuición es la habilidad clave y que debe ser desarrollada por los miembros de una organización. Se identifican cuatro tipos de intuición: mental, física, sensorial y espiritual. Se describen maneras de aumentar estos tipos de intuición y se hace hincapié en la importancia de reconocer que estas estrategias no son mutuamente exclusivas.

Lynn Rew en *Intuition: Concept Analysis of a Group Phenomenon* (1986) aclara el concepto de la intuición como fenómeno de grupo a través de procesos de análisis de concepto utilizando el proceso analítico trazado por L.C.Walker y K.C.Avant (1983). Aquí se examina la intuición como una característica respetable de grupos creativos y poderosos, basándose en usos del concepto, identificación de atributos, antecedentes y consecuencias, construcción de varios casos y la identificación de referentes empíricos. Se sugieren aplicaciones para la formación de enfermeros, en la administración de enfermería y en otras organizaciones profesionales.





## Algunos Procesos para Evocar la Intuición

Existen actualmente numerosos procesos para evocar la intuición personal. Aquí ofrezco tres de ellos para dar una idea de qué es lo que hay disponible y qué está actualmente en uso.

O.W. Markley nos propone cuatro métodos para usar la intuición profunda en la solución creativa de problemas y en innovación estratégica (1988). Éstos aparecieron en el *Journal of Creative Behavior* y son:

1. Enfoque sobre Preocupaciones Actuales: Un Proceso para Encontrar Necesidades.
2. Revisión de Preocupaciones Actuales: Un Método para Transformar Problemas Percibidos en Oportunidades.
3. Experiencia de Futuros Alternativos I: Un Proceso de Asesoramiento de Estrategias.
4. Experiencia de Futuros Alternativos II: Un Proceso para la Creatividad Trascendental y la Exploración.

Elaboraré tan sólo el primer método – Enfoque sobre Preocupaciones Actuales: Un Proceso para Encontrar Necesidades.

En este libro *Focusing*, el psicólogo Eugene Gendlin (1981) cuenta como, durante años de investigación sobre la eficacia en la psicoterapia, descubrió que los "presentimientos", que ocurren tan sólo a nivel del pensamiento, raramente se dan en un cambio de comportamiento. Presentimientos experimentados como un "cambio que se siente" en la mente y el cuerpo, por otra parte, a menudo llevaban a cambios inmediatos y duraderos. Se refiere a la sensación de "Aha!"

que surge ante el recuerdo de un número de teléfono o de un nombre que había estado bloqueado mentalmente. Esto provoca un cambio, de tensión interior a una sensación de alivio y paz.

Gendlin desarrolló, paso a paso, un enfoque llamado "*Focusing*" para ayudar a las personas a experimentar este cambio que se siente cuando cosas que estaban preocupando cambian de sentido y dejan de tener esta connotación negativa. Aunque originalmente se desarrolló para ser usado por personas en psicoterapia, "*Focusing*" ha demostrado ser eficaz para una variedad de fines fuera de un contexto clínico. Uno de estos, "encontrar necesidades", concierne a la identificación precisa de dónde y cómo "aprieta el zapato", para poder encontrar el alivio apropiado con mayor facilidad y no el inapropiado. El proceso que se expone a continuación debería llevarse a cabo de manera relajada, permitiendo suficiente tiempo entre cada una de las instrucciones.

1. **Abriendo un espacio.** Respira profundamente y relájate...presta atención a tu interior, a tu cuerpo, quizás principalmente a tu estómago y pecho, y espera a ver qué sale de ahí como respuesta a la pregunta: "¿Cómo estás? ¿Qué hay entre tú y el sentirte bien?" ( Alternativamente, dependiendo de la aplicación, pregúntate: "¿Cómo están las cosas alrededor de mí? ¿Qué necesidades me conciernen en este momento?"). No respondas; deja que lo que salga de tu cuerpo responda. Cuando sientas alguna preocupación, no entres dentro. Da un paso hacia atrás y di, "sí, eso está ahí. Lo puedo sentir ahí". Deja que haya un poco de espacio entre tú y esa preocupación. Después pregúntate qué más sientes. Espera otra vez y siente. Normalmente surgen varias cosas.

2. **El sentido sentido.** De lo que surgió, escoge una preocupación sobre la que concentrarte. No entres dentro de ella. Manténte alejado a un paso. Por supuesto hay muchas partes o aspectos que forman lo que estás pensando – demasiadas para pensar en cada una individualmente. Pero, puedes *sentir* todas estas cosas al mismo tiempo. Concentra tu atención en donde normalmente sientes las cosas y ahí es donde puedes tener una sensación de cómo sientes el *problema entero*. ¿Qué sientes en tu cuerpo cuando recuerdas tu preocupación entera? Siente la incomodidad revuelta o la sensación confusa de tu cuerpo con *todo eso*.
  
3. **Agarrándose a algo.** ¿Cuál es la cualidad de esta sensación confusa sentida? Deja que una palabra o una frase o una imagen surjan desde la sensación sentida del yo. Sólo necesitas algo que capte ese sentimiento...una "herramienta" que puedas usar para agarrarte a ese sentimiento, para definir de qué va.
  
4. **Resonando.** Muévete hacia adelante y hacia atrás entre lo que sentiste y la palabra (o frase o imagen). Observa cómo resuenan el uno con el otro. Comprueba si hay una señal corporal que te indique si encajan. Para hacerlo, tienes que volver a tener esa sensación junto con la palabra, frase o imagen que usas como "herramienta". Muévete hacia adelante y hacia atrás entre la sensación y la "herramienta": deja que la sensación cambie, si lo hace, deja que la palabra o la frase o la imagen también cambie hasta que sientas que está bien – hasta que encajen. Después, simplemente conserva esta sensación durante un minuto.

5. **Preguntando.** Ahora pregunta: "¿Qué tiene este problema que hace que las cosas sean de esta manera?". A medida que preguntas esto, asegúrate de que la cualidad de ese problema se siente otra vez de manera fresca y viva (no sólo como recuerdo anterior). Cuando vuelvas a tenerlo de nuevo, tócalo, dale empujoncitos, quédate con él; si consigues una respuesta rápida sin cambio en la sensación, deja que ese tipo de respuesta siga su camino. Vuelve tu atención hacia tu cuerpo y encuentra esa fresca sensación de nuevo. Pregunta otra vez. Quédate con la sensación hasta que llegue un cambio, un pequeño "don" o liberación.
  
6. **Recibir.** Recibe lo que venga con el "cambio de sentido" de manera amistosa, dando la bienvenida. Alégrate de que se haya manifestado. Sólo es un paso en el problema, no es el último. Ahora que sabes dónde está, puedes dejarlo y volver a él más tarde. Fíate de él como de tu propia sabiduría; protéjelo de voces críticas que quizás no entiendan.
  
7. **Volver/Reflexionar.** Tu mente/cuerpo quiere otra ronda de enfoque o: ¿Es este un buen punto para parar? ¿Qué ideas, en el caso de que haya alguna, se te ocurren como estrategias o acciones que podrías llevar a cabo para mejorar las cosas?

Este proceso presentado por Markley es un buen ejemplo de los procesos que existen para evocar la intuición. Es lento y muy comprometedor. El proceso no puede ser apurado. El participante debe darse tiempo para escuchar a su voz interior. Esto no es algo a lo que estamos acostumbrados. Requiere paciencia y práctica. No te desalientes si intentas el ejercicio y no sucede nada al principio. Inténtalo otra vez. Hay

una gran cantidad de conocimiento interior que está esperando a ser invitada a salir.

Zoa Rockenstein (1988) diseñó un modelo para desarrollar la intuición relacionada con el pensamiento creativo y la solución de problemas. Este sistema, que la autora llama una Taxonomía de Objetivos Educativos para el Ámbito Intuitivo, se puede usar también para el auto-desarrollo o como marco para formar a otras personas para ser más intuitivas. Aquí tenemos los cuatro niveles de la Taxonomía:

1. **Consciencia.** El primer paso para desarrollar la intuición es expandir la consciencia sobre ella. Las cuatro maneras de hacer esto son: (a) familiarizándonos con términos relacionados con la intuición (ej. Precognición, Imaginería), (b) reflexionando sobre acontecimientos intuitivos en el pasado, (c) aprendiendo sobre las experiencias intuitivas de otros y (d) proyectando una imagen de un Yo más intuitivo en el futuro.
  
2. **Comprensión.** Una vez que se ha conseguido que la consciencia de la intuición sea un modo individualizado de pensamiento, es importante integrarla en otras formas de pensar. En este trabajo, la intuición se ve como una parte íntegra del pensamiento creativo. Para entender la intuición como parte del proceso creativo, podemos examinar cómo opera en el módulo familiar de la creatividad propuesto por Wallas (1926). Wallas mantuvo que la creatividad tiene lugar en cuatro fases: (a) preparación, (b) incubación, (c) iluminación y (d) verificación.

La preparación conlleva la recogida de datos y la formulación de un problema. La intuición puede sugerir fuentes de información y puede también guiar la formulación de hipótesis.

La incubación a menudo ha estado asociada con la intuición porque se dice que la incubación opera en la mente subconsciente o en el lado derecho del cerebro. La intuición, y su lenguaje de imaginería, también se asocia con el hemisferio derecho. Khatena (1982) define la incubación como *"...esa fase en el pensamiento creativo y en la solución de problemas en la que los estados mentales, puestos en acción por una preparación deliberada e intensiva, se llenan de energía para hacerse autónomos y para que surjan ideas fructíferas que lleven a buenas soluciones de problemas"*. La incubación, según Khatena, *"...facilita el trabajo del hemisferio derecho propiamente y la imaginación creativa para la solución de problemas"*. La verificación es la fase final de Wallas en el proceso creativo. La verificación a menudo tiene lugar cuando los efectos de una solución aplicada se analizan con el tiempo. Frecuentemente, la verificación toma forma de convicción interior.

3. **Desarrollo.** Consciencia de la intuición y comprensión de los papeles que tiene en el proceso creativo. Crea las bases para la construcción de marcos de pensamiento nuevos o expandidos. El agudizar la intuición requiere un compromiso con el tiempo que transcurre en los dominios no verbales de la mente. El acceso a la parte imaginaria de la mente puede conseguirse con la relajación mental y física. La imaginería guiada es una herramienta poderosa para el desarrollo intuitivo.

4. **Individuación.** El último nivel continuo de la Taxonomía para el *Ámbito Intuitivo* es la Individuación. Individuación, en este contexto, se refiere al desarrollo continuo del potencial intuitivo del individuo. Es una búsqueda de la autorrealización de la habilidad humana más alta y más evolucionada.

En su libro *Intuition Workout* (1988), Nancy Rosanoff presenta un esquema elaborado para desarrollar la intuición personal durante un tiempo considerable. En sesiones y trabajando con personas durante períodos pequeños de tiempo, utiliza una "Fórmula" que es simple y puede ser utilizada una y otra vez (Es

una que escojo para utilizar con mis estudiantes o clientes). Hay tres fases básicas:

1. Piensa en un problema, una pregunta o un tema que estás tratando en este momento. Haz que sea lo mas simple posible. No hagas una pregunta compuesta. Por ejemplo, podrías preguntar: "¿Debería cambiar de empleo?". No añadas: "¿Y cambiar de ciudad?".
2. Céntrate. Inhala profundamente cinco veces. Cierra los ojos. Haz un ejercicio de relajación.
3. Permite que surja una imagen en tu mente: ¿Qué es?. Juega con ella. Dale vueltas. Haz una asociación libre con ella. Intenta realizar un ejercicio de tela de araña para expandir su existencia y para profundizar en él. Comparte tu experiencia con otra persona. Intenta descubrir una posible relación entre la imagen que ha surgido y la pregunta que has hecho. Puede que no parezca que haya conexión alguna al principio. Observa todo el pensamiento extendido, desde

compartir con otra persona, construir un diagrama de tela de araña, el ejercicio de asociación libre y la búsqueda de cualquier conexión. Sé paciente. La conexión puede que no sea inmediatamente obvia pero puede llegar más tarde. Y, si no surge nada como imagen, deja incubar el proceso y haz la pregunta de nuevo más tarde. Este proceso necesita práctica. Ha resultado increíblemente efectivo para muchas personas con las que he trabajado. La fórmula puede ser utilizada justo antes de ir a dormir por la noche. Puede que una imagen te venga en sueños o cuando despiertes por la mañana.

Ningún proceso es una fórmula mágica o una receta que, si se toma, garantiza resultados positivos. Cada persona debe encontrar lo que funciona mejor para él o ella.



## Una Muestra de Técnicas para Evocar la Intuición

Si bien se utiliza un proceso particular para evocar la intuición y también se recurre a una herramienta particular que garantiza su amplio funcionamiento, no hay procesos a prueba de tontos o técnicas que funcionen siempre para todo el mundo. Por este motivo, escoge aquello que resulte más efectivo para ti. Mi intención aquí es introducir una muestra de las herramientas y de las técnicas que se están utilizando actualmente.

**Clima.** Aunque uno podría argumentar que el "clima" no es una técnica, es el elemento más importante a la hora de preparar el escenario para evocar la intuición. Dado el hecho de que la intuición es conocimiento que proviene desde el interior, un individuo necesita aprender a fiarse de sí mismo. Si la persona está trabajando sola o en grupo, necesita que se dé un clima suficiente de confianza y aceptación para estar abiertos a lo que pueda surgir. Cada persona necesita una sensación de autoconfianza que permita la apertura y el riesgo. Debe crearse un ambiente en el que no se juzgue. Las técnicas que siguen a continuación fueron diseñadas con el propósito de ayudar en la creación de un ambiente propicio para el florecimiento de la intuición.

**Mandalas.** Muchas culturas orientales utilizan mandalas. Jung (1964) señala que éstas representan el centro de la unidad de la mente, el cuerpo y el espíritu. Un mandala es un símbolo gráfico del universo Hindú o Budista, un patrón geométrico creado por una serie de formas concéntricas alrededor de un punto central o foco. Algunos mandalas naturales son, por

ejemplo, los copos de nieve o el ojo humano. Un caleidoscopio es un buen ejemplo de un mandala que cambia de forma. Se utiliza como herramienta en meditación o generalmente para evocar la concentración o el enfoque. A medida que una persona enfoca el centro de un mandala, él o ella comienza a relajarse. Concentrándose en el dibujo durante cinco minutos o más, un silencio mental reemplazará a la charla interior de tu mente, abriéndola hacia el posible pensamiento intuitivo.

**Meditación.** La meditación es otro medio para conseguir que la mente vaya más despacio, para que se abra la puerta hacia el Yo interior. Todas las formas de meditación se enfocan hacia la mente y se alejan del pensamiento racional, analítico y así favorecen el desarrollo de la intuición. Para aquellos que no practican la meditación, una manera fácil de empezar es hacer "concentración de palabra". Por ejemplo, coge la palabra "intuición" como enfoque de tu atención. Reflexiona sobre lo que la intuición significa para ti. Puedes visualizarla como una palabra escrita o repetirla como si fuera un mantra. Si tus pensamientos se "van por las ramas", céntrate suavemente de nuevo sobre la palabra. Inicialmente, cinco minutos serán suficientes.

**Música.** Es importante utilizar la música apropiadamente, es decir, seleccionar la música correcta para la actividad propuesta. La música seleccionada necesita apoyar y no distraer de la actividad. Por ejemplo, la música barroca es apropiada para la estimulación cognitiva, la música New Age estimula la relajación y los estados de meditación. La música es especialmente efectiva a la hora de hacer surgir imágenes. Un ejemplo de cuando no es conveniente utilizar música sería cuando se están dibujando mandalas originales: tendría demasiada influencia sobre el dibujo. La música HemiSync,

producida por el Monroe Institute (Faber, Virginia, EEUU), está diseñada para equilibrar los hemisferios del cerebro y para obtener la máxima eficiencia mental. Yo la utilizo a menudo como música ambiental.

**Imaginería Guiada.** La imaginería guiada puede utilizarse como paso anterior a los intentos de evocar imágenes originales que vengan de otros lados y no de estados conscientes de la mente. La imaginería guiada facilita el input directo para los sentidos pero le pide gradualmente al participante que facilite input de su imaginación. Ese input personal viene de la memoria y de las asociaciones, fuentes importantes de la intuición.

**Relajación.** Con el objetivo de estar en un estado receptivo para la intuición, uno debe aprender a relajarse y alejar el estrés de la vida cotidiana. Para esto se necesita relajación mental y corporal. Un ejercicio de relajación que se enseña en yoga es la concentración en la relajación del cuerpo entero, consiguiendo así que el sujeto, concentrado, también relaje la mente. Empieza por los dedos de los pies diciendo: "Estoy relajando los dedos de los pies. Mis tobillos se están relajando..." y así sucesivamente.

**El Arte de Hacer Preguntas.** Depende de la habilidad que uno tiene para hacer preguntas y hacer surgir una respuesta que ayude. Cuando se practica la intuición, formulamos preguntas a nuestro interior. Esas preguntas deben ser claras y directas, hacia lo que pretendemos preguntar. Hay tres líneas guía para hacer buenas preguntas:

1. Cada pregunta debe ser específica y no ambigua para que sea posible una respuesta precisa.

2. Cada pregunta deberá ser simple y no compuesta.
3. Cada pregunta deberá estar dirigida hacia un tema relevante sobre el que quieres saber.

## **Aplicaciones del Desarrollo de la Intuición en las Organizaciones, el Arte y la Educación**

A continuación se presentan algunas de las técnicas y métodos que he utilizado trabajando con personas para desarrollar su intuición. Por supuesto, muchas de las técnicas y métodos son intercambiables entre disciplinas y profesiones y yo las utilizo de manera intercambiable. Sin embargo, mi objetivo aquí, es establecer una muestra de cómo éstas pueden ser utilizadas en contextos específicos.

### **Organizaciones**

Debido a las condiciones de cambio permanente y a la disponibilidad acelerada de la información, es preciso tomar decisiones cada vez más numerosas y con mayor rapidez. Ya no hay suficiente tiempo para basar las decisiones sólo en el modo tradicional del análisis lineal. Necesitaremos, cada vez más, fiarnos de otras opciones para tomar decisiones y la opción más natural y disponible es la intuición. Como ya comenté anteriormente en este trabajo, sabemos que el estar abiertos a utilizar la intuición implica auto-confianza. Si no confiamos en que la información que nos llega a través de la intuición es fiable, no podremos aventajarnos de esta sabiduría que proviene de dentro de nosotros mismos.

Por lo tanto, el trabajo inicial que realizo con los miembros de las organizaciones se centra en los métodos para aprender a escuchar nuestro interior. Si la gente no está acostumbrada a encontrar su conocimiento interior, entonces los primeros pasos incluirán técnicas para dejar fuera el mundo exterior con la intención de permitir la creación de un espacio

en el que el mundo interior se pueda escuchar. Esto conlleva normalmente experiencias silenciosas y relajantes. Suelo utilizar música suave y llevo a cabo un ejercicio de relajación como el que detallo a continuación:

*Cierra los ojos. Asegúrate de que tu cuerpo esté perfectamente cómodo tumbado en el suelo o sentado en una silla. Respira profundamente cinco veces, inhalando y exhalando muy despacio. Tensa los músculos de tus pies, manténlos tensos durante cinco segundos, relaja los músculos. Tensa los músculos de la parte inferior de las piernas, manténlos y suelta. Tensa los músculos de las rodillas y de la parte superior de las piernas, manténlos, relaja. Tensa los músculos del estómago y de las nalgas, manténlos, suelta. Tensa los músculos del pecho, hombros, manténlos, suelta. Tensa los músculos de la cara, manténlos, suelta. Tensa los músculos de tu cabeza, manténlos, relaja. Ahora tensa los músculos de todo el cuerpo, manténlos, relaja. Estira, abre los ojos y vuelve la atención a la habitación donde te encuentras.*

Para algunas personas, incluso cerrar los ojos puede resultar difícil. Es conveniente permitir que puedan mantener los ojos abiertos pero deben concentrarse en un objeto que haya en la habitación o bien en un pensamiento, pero no en otra persona. Intento asegurarme de que nadie se sienta forzado para que no se resistan a las actividades que voy proponiendo.

Sobre todo cuando las personas están participando con sus compañeros de trabajo, es importante no poner a nadie en una situación comprometedor. Después de dar la información básica sobre la intuición, les digo que aunque la intuición es una fuente natural funciona mejor cuando se desarrolla y se ejercita. Y es cierto que todas las técnicas o métodos no

funcionarán para todos. En un encuentro antes de la reunión, pedí que cada uno trajera tres

objetos para utilizar durante este ejercicio básico desarrollado por Nancy Rosanoff, autora de *Intuition Workout* (1988).

**Paso 1.** Despeja una cuestión puntual, una situación o decisión sobre la que necesitas más información. Escríbela.

**Paso 2.** Tómate tu tiempo para sentarte en silencio, sin estorbos, mientras reflexionas sobre tu pregunta.

**Paso 3.** Coloca los tres objetos que trajiste contigo en una línea, empezando por el más significativo para ti.

**Paso 4.** Dedicar unos minutos para respirar profundamente recordándote, mientras respiras, que hay sabiduría hasta en los dedos de tus pies. La próxima vez que respires, recuerda que hay sabiduría en tus piernas, sabiduría en tu barriga... y continúa así hasta que hayas pasado por todo el cuerpo.

**Paso 5.** Mira el primer objeto y deja que este objeto simbolice la idea general de tu cuestión o situación. Este objeto es familiar; sabes cómo y por qué se usa. ¿Cómo se aplica esta sabiduría simbólicamente a tu cuestión? Ahora haz como si este objeto fuera algo que no has visto antes. Observa su forma, su color, su tamaño y su textura. ¿Para qué podría ser utilizado? ¿Cómo se relaciona esto simbólicamente con tu cuestión? Asegúrate de anotar todas tus impresiones.

**Paso 6.** Respira profundamente, recordándote otra vez que todas las partes de tu persona tienen sabiduría y mira entonces al segundo objeto. Deja que represente aquello que podría bloquearte, el miedo o resistencia que podría surgir a medida

que sigues a tu intuición. Deja que la información intuitiva surja de dentro de ti a medida que miras el objeto, preguntando: "¿Qué puedes decirme sobre mi miedo y mi resistencia?". La información intuitiva flota encima de tu consciencia desde muy dentro de ti. Escribe todas tus impresiones.

**Paso 7.** Respira de nuevo, encontrando la sabiduría interior y observa el tercer objeto. Este representará la decisión que podrías tomar. Deja que el objeto se comunique contigo simbólicamente. Imagínate como si fueras ese objeto. ¿Cómo te gustaría moverte? ¿Cuál es la acción mas apropiada a tomar?.

Si veo que es apropiado, hago que dos o tres personas compartan sus experiencias. Les recuerdo que quizás no pase nada para ellos o que quizás algo relevante surja más tarde. También subrayo que cuando se hace este ejercicio de intuición o cualquier otro:

1. La intuición no está en los objetos, sino que está en cada persona. Los objetos simplemente ayudan a cambiar de perspectiva, permitiendo que la mente se abra y que hable la voz intuitiva.
2. La intuición es una experiencia de cuerpo entero. Reconoces la intuición "verdadera" porque "encaja" y "sientes que está bien". Es como si finalmente todas las piezas del puzzle encajaran en su sitio. Una vez que prestes atención a tus respuestas físicas y emocionales, aprenderás a reconocer el "anillo de la verdad" que acompaña a la verdadera intuición.

Otros métodos o técnicas que utilizo con miembros de organizaciones incluyen las funciones de la intuición de Phillip Goldberg, sobre todo, aquellas que tratan la solución de



problemas (el trabajo de Goldberg ha sido mencionado anteriormente). Durante el período de trabajo con un grupo se utilizan ejercicios de relajación, imaginación guiada, música apropiada, dibujo y actividades cinéticas. La intuición involucra al cuerpo entero y las actividades tienen que ser variadas.

Las técnicas de intuición ayudan mucho en las organizaciones en las se construyen equipos. La construcción de equipos requiere llegar a conocer a los otros integrantes del mismo, ser conscientes de cómo piensan y actúan. Una actividad divertida que suelo utilizar, inspirada en el segundo nivel de consciencia de intuición de Frances Vaughan (1979) – el nivel emocional –, es decir, la capacidad para ser sensible a las vibraciones de energía de otras personas, es la que llamo "Six Pack" ("Paquete de seis"). (Los Niveles de Consciencia Intuitiva de Frances Vaughan están descritos al principio de este trabajo).

El ejercicio del "Six Pack" divide a las personas en grupos de aproximadamente seis integrantes cada uno. Cada persona en el grupo recibe una tarjeta en la que él o ella escribe algo sobre sí mismo que nadie en el grupo pueda saber. Las tarjetas se recogen y alguien se las lee al resto del grupo. El grupo intenta juntar cada tarjeta con la persona que la escribió. Es mejor escribir el nombre de cada persona en una lista y hacer que el lector repita, si es necesario, lo que está escrito en las tarjetas. El ejercicio ayuda a las personas a que sean conscientes de los otros de manera menos superficial.

## Arte

La mayoría de los artistas son por naturaleza muy intuitivos. Su trabajo no está guiado por procesos analíticos,

sino por lo que parece "encajar" o por lo que "sienten que está bien". Estos son los tipos de mensajes que vienen del interior del artista a medida que él o ella desarrolla una actividad artística. Es ese tipo de conocimiento interior sobre el trabajo de uno el que guía a los artistas en cuanto a hacer una u otra cosa; para el artista visual, utilizar este color o aquel; para el músico, escoger entre esta frase musical u otra; para el actor, usar esta entonación o aquella y etc.

La mayoría de los artistas con los que he trabajado parecen haber estado experimentando una carencia de inspiración o barreras durante su proceso creativo. La inspiración, por supuesto, está relacionada con el espíritu de una persona. Cuando un artista carece de inspiración, podría decirse que en este momento él o ella no tiene una buena conexión con su Yo espiritual. El Yo espiritual yace en ese ser interior del individuo, el mismo sitio donde se encuentra la intuición y la originalidad de cada uno. Como dice Dane Rudhyar en *The Magic of Tone and the Art of Music* (1982), *"La verdadera sabiduría solo se puede alcanzar a través de la intuición. La intuición es un modo de percepción suprasensible, un "ver" espiritual. La mente intelectual medita, discute y argumenta sobre lo que podría ser y sólo puede llegar a una conclusión que ya conoce. Pero la intuición percibe directamente lo que es. Más allá del conocimiento, es comprensión. El artista se preocupa por descubrir la verdad ganando conocimiento sobre la humanidad y el universo. La intuición permite que el artista dibuje de ese gran almacén del conocimiento inconsciente, lo personal y lo colectivo. Cuando algo se entromete a la hora de que el artista conecte con su núcleo central, él o ella es incapaz de ser productivo de manera satisfactoria"*.

Hay que ser valiente para mirar profundamente dentro de uno mismo y después mostrar públicamente lo que se encuentra. Cualquier razón, desde los sentimientos de incomodidad hasta las posibles críticas de otros, puede frenar nuestra productividad. Una de las cosas que intento hacer con los artistas es recrear algunos de los sentimientos desinhibidos de la niñez que permitían y alentaban la libertad de expresión, sin permitir que los críticos interiores y exteriores bloquearan la auto-expresión. Una técnica que Adriana Díaz (1992), artista e instructora de arte, recomienda es usar las pinturas dactilares para evocar la idea de "jugar" en el arte, recordando a las personas que respiren regularmente y que trabajen consciente y apasionadamente con los sentimientos y los recuerdos que surjan.

Después pregunta: "¿Recuerdas cuando eras pequeño y hacías burbujas en la leche con una pajita?". Utilizando acuarelas de colores vivos, tintas, un cuentagotas, una pajita y una pieza de música escogida, invita a los participantes a rendirse ante la música, que respondan a los sentimientos que surjan y que suavemente soplen color a través de una pajita sobre una hoja en blanco. Que continúen respirando con regularidad. Posteriormente para tomar un descanso de la emoción óptica, se les invita a dar una vuelta o a hacer algo de ejercicio físico.

Un ejercicio similar que me gusta experimentar con los alumnos se llama "arte de cordel". Se necesita un contenedor con tinta negra y un cordel junto con un papel en blanco para cada participante. Pídeles que metan el cordel en la tinta y que dejen que este cordel cree diseños sobre el papel. Déjales experimentar con las diferentes maneras en que el cordel y la tinta crean formas sobre el papel. Cuando estén satisfechos con lo que han hecho, dales colores – lápices, pinturas, ceras –

y díles que utilicen los colores para resaltar varias de las formas.

Estudiantes en mi clase sobre Intuición en el Master Internacional de Creatividad Aplicada Total en la Universidad de Santiago de Compostela durante el verano de 1997 pegaron sus creaciones por todas partes en los muros de la clase. Fue la muestra más increíble y conmovedora de belleza y originalidad que jamás haya visto. Todos nos quedamos durante un largo rato mirando simplemente aquel fascinante resultado que surgió de "jugar" inicialmente con la tinta, el cordel y el papel. Un señor en la clase, un conocido y respetado artista, compartió los sentimientos conmovedores que tenía sobre su creación diciendo que se había sentido inspirado interiormente a medida que la pieza surgía. Para él, ésta fue una manera tan poco convencional de realizar arte que experimentó frescura y originalidad en el producto final cuando no pensaba que pudiera utilizar un enfoque tan inusual para su trabajo. Otros artistas en la clase compartieron experiencias similares.

En los dos ejemplos arriba señalados, podemos ver cómo es posible romper con algunas barreras inhibitoras cuando uno no se deja guiar por lógica o por la formación previa. Y, dado que el artista piensa que estamos sólo "jugando", él o ella no está concentrándose en resultados perfeccionados. Estas técnicas resultan efectivas con artistas ya establecidos y con personas que creen tener poca o ninguna habilidad artística.

Técnicas similares pueden ser utilizadas con escritores que estén atravesando un bloqueo en su productividad o sintiéndose desconectados de sus fuentes interiores de sabiduría e inspiración. Cosas como jugar con palabras del diccionario al azar, para luego intentar juntarlas de manera novedosa, provee un punto de partida para que el escritor escriba algo. Los resultados pueden ser sorprendentemente buenos, logrando

una productividad seria y, sin embargo, el escritor piensa que sólo estaba jugando. Se intentan destruir las barreras psicológicas que uno tiene al sentir que tiene que conseguir un producto final perfeccionado.

El nivel emocional de intuición de Frances Vaughan, el nivel que trata de la relación con los otros, es uno de los que trabajo con gente del teatro. Entendiendo que el actor tiene que desarrollar una relación con el personaje que va a interpretar. El actor puede crear un diálogo con ese personaje que le ayude a él o a ella a desarrollar una relación que puede alcanzar profundidades e iluminaciones sobre el personaje. Es un juego imaginativo. De la misma manera que podríamos desarrollar un diálogo entre nosotros y un personaje en nuestros sueños para descubrir material inconsciente, podríamos hacerlo con un personaje que intentamos entender. Empieza preguntando : "¿Cómo puedo representar quién eres verdaderamente?". Aunque uno inicialmente pueda sentirse un poco incómodo haciendo esto, a medida que se avanza en el entrenamiento resulta cada vez más fácil. Simplemente "sigue la corriente" y haz que el personaje invente una respuesta a tu pregunta. Es increíble como la sabiduría inconsciente surge de dentro de ti facilitando información que ya tienes, información que simplemente necesitas que surja.

El tener éxito en cualquiera de las actividades que hemos mencionado arriba sólo puede llevar a más éxito cuando se utilizan como puertas hacia conexiones más grandes con el Yo de cada uno. Como con cualquier otra habilidad humana, para desarrollar la intuición hay que practicar.

Un artista es un individuo que vive en un mundo social intentando comunicar su verdad a otros. La verdad proviene de una conexión universal con las verdades de la humanidad.

Me gusta poner en práctica algo que aprendí del trabajo de Adriana Díaz (1992) y que ella llama "Expandiendo los Anillos del Yo". Es una técnica que ayuda a la persona a "aterrizar" personalmente y a examinar las relaciones que le conectan con el mundo social y el universo. Les pido a las personas que dibujen cuatro círculos concéntricos. El círculo del centro representa el "Yo Personal". Les pido que describan su retrato personal...describe, lo mejor que puedas, el individuo único que eres: ¿Qué partes de ti puedes nombrar y celebrar abiertamente? ¿Qué partes te cuesta más declarar? Sé lo más claro posible en cuanto a lo que encuentras maravilloso de ti y lo que todavía no aceptas.

Después nos concentramos en el siguiente círculo, el que representa el "Yo Social". Trabajamos al principio con parejas para desarrollar juntos un ritmo, poniendo pinceladas de color sobre el papel, lo que Díaz llama "un baile que da confianza". De ahí, podemos expandir hacia fuera, hacia las otras personas haciendo un mandala, una pintura de conversación en grupo. El siguiente círculo hacia afuera es el "Yo Profético", la capacidad del artista para influir en los tiempos y las actividades humanas. Los artistas son los comunicadores del estado del mundo y es importante para ellos aceptar esto en ellos mismos.

El último círculo representa el "Yo Universal", según Díaz trata más del espacio que de la materia, más sobre la existencia que sobre su expresión. Este es el dominio de la divinidad, saber que estamos conectados con todo y que hemos llegado allí creando una miríada de imágenes significativas para nosotros a todos los niveles durante el tiempo de nuestras vidas. La meta de este ejercicio es invitar al artista a reconocer y aceptar estas dimensiones interiores, uniéndolas a la gran experiencia de sentirse plenos. Finalmente, le pido al grupo,

individual o colectivamente, que exprese de cualquier manera, tal como ellos lo deseen, el concepto de los cuatro círculos concéntricos.

## Educación

Muchas personas piensan que los niños vienen a este mundo con una sensación de bienestar fruto de una conexión directa con sus propias almas y con su conocimiento interior. Pero, demasiado a menudo, a medida que crecen, la conexión con este mundo interior se pierde. La psicoanalista Alice Miller, autora de *The Drama of the Gifted Child* (1997), dice que la única manera en que los niños aprenden a identificar lo que sienten o saben es haciendo que ese sentimiento sea visto, entendido y "reflejado" por otra persona. Si un educador ignora o desaprueba ciertos sentimientos, el niño los olvida o los reprime. De la misma manera, Miller dice que cuando les decimos "no seas tonto" a los niños que nos hablan de una experiencia intuitiva o "para de inventar cosas", ellos aprenden a ignorar su verdad interior. Bajo estas circunstancias, el verdadero yo de un niño se retira. Se mete dentro y se pierde.

Según algunos expertos en la materia, lo mejor que podemos hacer para fortalecer la intuición de los niños es escucharles, intentar averiguar qué dones han traído consigo a este mundo en vez de decirles quienes son. Joseph Chilton Pierce (1985), en *The Magical Child Matures*, declara que, entre los cuatro y los siete años, los niños están más abiertos a las experiencias intuitivas. Es un momento especialmente importante para alimentar sus poderes intuitivos. La intuición no puede ser enseñada como se enseñan otras materias en el colegio. Se necesita crear un clima en el que la intuición pueda surgir. El psicólogo y autor Thomas Armstrong sugiere el siguiente ejercicio para la estimulación de la intuición en niños

con edades de escuela elemental. Este ejercicio está diseñado para ayudar a los niños en la solución de problemas.

### *-El Profesor Interior-*

Dependiendo de la edad de los niños, pueden aprender esta técnica leyendo el siguiente pasaje o escuchando a alguien que se lo lea.

*Imagina en el corazón de tu mente a un profesor que es muy sabio. Este es tu propio profesor interior. Cuando tengas una pregunta sobre algo, antes de preguntarle al profesor de la clase, a tus padres u otros adultos, puedes preguntarle a tu profesor interior y escuchar la respuesta. Si estás haciendo un examen y la respuesta no te viene, pídele al profesor interior la respuesta. Si estás leyendo un libro y te encuentras con una palabra que no conoces, pídele a tu profesor interior que te ayude con ella. Si lo estás pasando mal por no comprender una idea nueva en la escuela, habla con tu profesor interior sobre lo que no está claro y tu profesor interior puede que te ayude a entender la idea.*

Recomiendo a todos los profesores de niños pequeños el trabajo de Barbara Clark, autora de *Growing Up Gifted* (1979). Clark sugiere que cualquier ejercicio para niños que les aliente a utilizar sus habilidades intuitivas debe proceder de una actividad de relajación.

#### **1. Fantasía e Imaginación.**

Leer o contar historias, inventando obras de teatro, terminando historias sin finalizar y jugando a "hacer como si", facilitan oportunidades para el desarrollo. Haz que los niños compartan estas fantasías a través de los poemas, el teatro, revistas y libros. Las fantasías guiadas son también muy eficaces.



## 2. Sentir la Energía.

Estas actividades ayudan a los jóvenes a hacerse conscientes del ser humano como una de las muchas formas de energía del universo. El sistema humano está rodeado de energía que se mueve a diferentes velocidades y con diferente intensidad. Puedes ayudar a los jóvenes a ser conscientes de su campo energético y de su efecto sobre los demás. Aquí tenemos dos ejercicios:

***Balonmano.*** Después de un ejercicio de relajación, pídeles a los jóvenes que pongan sus manos juntas y después que las separen, hasta que puedan sentir la energía entre ellos. Algunos la sentirán como calor, algunos como aire más denso. Manteniendo esta distancia, haz que muevan las manos en círculos paralelos, con una mano precediendo a la otra, de la misma manera que moverías los pies pedaleando una bicicleta. Ahora para y otra vez siente la energía entre tus manos. Después pasa la "pelota" de energía a otra persona. Alienta a los niños a que hablen de la experiencia (Cada uno de nosotros tiene un espacio que nos rodea que está lleno de nuestra energía; nos sentimos incómodos dejando a otros entrar en este espacio. Explorar nuestro espacio personal nos facilita más información sobre nuestro campo energético).

***Caminar en el espacio.*** Pídeles a los jóvenes que caminen alrededor de la habitación en cualquier dirección y que después paren y se pongan cara a cara con otra persona. Pídeles que se pongan a medio metro de distancia de su pareja. Haz que las parejas se muevan despacio uno hacia el otro y que paren cuando sientan que están en el espacio de su pareja. Haz que vuelvan hacia atrás y hacia adelante unas cuantas veces más. Después que lo hagan de espalda. Deja que lo intenten con

otras personas y observa si hay diferencia en el hecho de conocerse bien o no.

Si los niños crecen en un contexto en el que pueden hablar de sus sentimientos intuitivos y en el que la precognición es un acontecimiento cotidiano, estarán cómodos con su habilidad intuitiva. Nancy Rosanoff dice que algunas de las cualidades que las personas intuitivas comparten, todas pueden ser desarrolladas comenzando de jóvenes, son:

- Se sienten cómodos con la paradoja
- Siempre están disponibles a asimilar nueva información
- Se sienten cómodos "no sabiendo" la respuesta a un problema
- Son capaces de actuar con información incompleta
- Están seguros de sí mismos
- Están dispuestos a cambiar de dirección a mitad de camino, cuando sea necesario

Trabajar con jóvenes y con adultos para desarrollar la intuición, a menudo significa intentar recapturar el sentido intuitivo del Yo que un niño de 4 a 7 años de edad tiene. Por lo tanto, el crear un clima de apoyo en el que uno se sienta seguro para experimentar es importantísimo. Ya hemos hablado sobre el tema de propiciar el clima adecuado en un capítulo anterior. Las técnicas que acompañan esta discusión sobre el clima – usando dibujos de mandala, meditación, música, imaginación guiada, relajación, haciendo preguntas – y las numerosas técnicas y métodos que se han mencionado están todas recomendadas para su utilización con adultos. Son las que he estado utilizando en mis clases en la Universidad y en clases de desarrollo profesional para profesores.

Me gustaría añadir dos métodos más que encuentro

útiles a la hora de trabajar con adultos, muchos de los cuales tienen vidas tan llenas de actividad que no tienen tiempo para buscar dentro de sí su sabiduría interior. Las dos actividades sirven para centrar la mente, una a nivel individual y otra a nivel de grupo. La primera viene de *Vein of Gold* (1996) de Julia Cameron y la segunda de *The Mozart Effect* (1997) de Don Campbell. Cada ejercicio es diferente pero cada uno está dirigido hacia una necesidad particular de los grupos de adultos. La primera actividad está diseñada para trabajar con la mente silenciosa, para ser más receptivos a la intuición y la segunda está diseñada para estimular el pensamiento original en un contexto grupal utilizando una variedad de estímulos externos.

***Caminar Creativamente.*** Una vida creativa e intuitiva es como un proceso de digestión. Hablamos de "alimentar a la mente" y pocas veces nos damos cuenta de que necesitamos la mente para alimentarnos. El caminar, con una constante corriente de imágenes nuevas, nos da nuevas ideas que nos alimentan. Rellena nuestro pozo sobresaturado y nos da una sensación de bienestar. Podemos caminar y salir de un "problema" y meternos en una "solución". Podemos callar nuestras mentes y disfrutar del ritmo del caminar y respirar. Podemos asimilar los sonidos del entorno y apagar la charla interior de nuestra cabeza. Podemos sintonizar con nuestras profundidades con más facilidad apartándonos físicamente de nuestros entornos, con frecuencia estresantes. Un buen paseo es como unas mini-vacaciones.

***Inspiración Musical.*** Uno de los grandes desafíos para los educadores es el desarrollo de nuevas ideas para su trabajo, ya que hay tantas cosas que hacer todos los días. Pruébalo como técnica para llevar a cabo tu próxima reunión.

1. Crea una meta en una gran hoja de papel con un punto rojo en el medio y tres o cuatro círculos concéntricos en negro;

pon el papel en el suelo o sobre una mesa en el medio de la habitación.

2. Busca una pieza musical popular que a todo el mundo le guste, una que invite al movimiento y a cierto grado de participación. Pon la música y haz que todo el mundo se mueva alrededor de la meta en el sentido de las agujas del reloj. La persona que coordina la reunión deberá comenzar diciendo claramente mientras camina: "Nuestra meta es crear 10 nuevas ideas" – o la meta que sea.
3. Uno por uno, cada persona camina alrededor de la meta, concentrándose en el punto, diciendo: "Queremos sacar las 10 mejores ideas". Lo dicen una y otra vez, moviéndose con la música. Esta parte del ejercicio es una invocación– literalmente "vocalizando hacia dentro"– en la que la parte izquierda del cerebro, la derecha, la del medio y la de atrás están activadas simultáneamente (Mientras estamos sentados, perdemos una parte importante de nuestro pensamiento y potencial creativo).
4. Después, deja que expresen las ideas en voz alta a medida que todo el mundo continúa andando alrededor de la meta. Haz que una persona sea el escritor de las sugerencias.
5. Después de 10 o 15 minutos de este baile de "brujas" (o torbellino de ideas), los participantes pueden volver a la manera normal de actuar, prestando atención a las ideas que surgieron y haciendo una planificación.

Este ejercicio puede que parezca un juego de niños pero realmente funciona. Activa todas las zonas del cerebro y da energía a todo el sistema. En el Lejano Oriente, se llama alcanzar la mente del principiante – ver el mundo fresco y nuevo, como lo haría un niño. La música mueve energía y como observó el poeta inglés Blake, *"es una delicia eterna"*.

## Conclusión

Este ensayo ha explorado el tema de la intuición en términos de definiciones, observando sus diferentes formas y funciones, sus diferentes aplicaciones en los ámbitos profesionales y los métodos y técnicas que ayudan a las personas a entenderla y utilizarla. Espero que esta exploración ayude a aquellos que lean este ensayo a llegar a tener una apreciación del papel que tiene la intuición en sus respectivas vidas, especialmente a comprender que su intuición personal les facilita una manera de saber interior y que, por lo tanto, el conocimiento interior que la intuición nos permite, es tan valioso como el conocimiento exterior. Debemos aprender a aceptar que hay cosas que simplemente *sabemos* que sabemos. Me gustaría concluir con esta cita de *Intuition Network*:

*En años pasados, si hablabas en términos de "voces interiores", "señales exteriores" o una "presencia guiadora", quienes te hubieran escuchado podrían haberte encerrado para siempre. Hoy en día, se considera que ser y estar comprometido con uno mismo y con su realidad, es una actitud vital que está bien vista y reconocida.*

*Por el contrario, hace algún tiempo, ciertas "experiencias", si alguien se atrevía a mencionarlas, sólo se desvelaban en voz baja. Sobre todo, los temas referidos a la intuición – que tenía la reputación de manifestarse de maneras impredecibles y, por este motivo, se consideraba como una "fuerza inexplicable". Pero hoy en día no podemos dejar de considerar algunos de los "regalos" a los que la intuición ha dado a luz – La Teoría de la Relatividad, La Novena Sinfonía de*

*Beethoven y la ciudad de París, para mencionar sólo algunos pocos ejemplos; en aspectos cotidianos, por ejemplo, la intuición puede revelarnos la ruta más rápida cuando estamos en el coche en hora punta.*

*Hoy en día, la intuición es aceptada y tenida en cuenta abiertamente por profesionales, desde financieros a directores de cine, médicos, abogados, terapeutas, científicos, artistas, ejecutivos, profesores, funcionarios y muchos otros más – con el fin de enriquecer sus carreras y examinar sus selecciones. ¿Por qué? Porque funciona. Los resultados de la experiencia destacan que la intuición desata los poderes del genio, las pasiones de la mente y promueve sensaciones de paz. ¿No estás listo para comprometerte ?".*

-de *The Intuition Network*, San Rafael, California, USA.

## Bibliografía

Abbot, C. & Slattery, K. (1990). Explicit news writing rules and the intuitive 'good ear'. *Journalism Educator* 45 (1), 51-57.

Agor, W. (1983). Brain skills development in management training. *Training and Development Journal* 37 (4), 78-83.

Agor, W. (1991). How intuition can be used to enhance creativity in organizations. *Journal of Creative Behavior* 25 (1), 11-19.

Arieti, S. (1976). *Creativity: The magic synthesis*. NY: Basic Books, Inc.

Bastick, T. (1982). *Intuition: How we think and act*. NY: John Wiley & Sons.

Brown, H.M. (1992). Competency in the cockpit. In *Proceedings of the Annual Meeting of the Association for Educational and Training Technology* (25th, Wales, England).

Capra, F. (1984). *The Tao of physics*. NY: Bantam Books.

Clark, B. (1979). *Growing up gifted*. Columbus, Ohio: Charles E. Merrill Publishing Co.

Cook, J. (1996). Listen to your inner voice: Using your intuition in outdoor leadership. In *Proceedings of the (1992 and 1993) Conferences on Outdoor Leadership* (Alberta, Canada).

Davis, G. (1983). *Creativity is forever*. Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt.

- Domaingue, R. (1992). Learn for discovery: Establishing the foundation. *Journal of Scientific Exploration* 6 (2), 11-22.
- Eichler, R.L. & Halseth, J.H. (1992). Intuition: Enhancing group work. *Social Work with Groups* 15 (1), 81-93.
- Ferguson, M. (1980). *The aquarian conspiracy*. Los Angeles, CA: J.P. Tarcher, Inc.
- Gendlin, E. (1981). *Focusing*. NY: Bantam Books.
- Gigerenzer, G. (1991). From tools to theories: A heuristic discovery in cognitive psychology. *Psychological Review* 98 (2), 254-67.
- Gilewski, M. (1993). The use of transpersonal empathy with child abuse survivors. Paper presented at the *Annual Convention of the American Psychological Association* (101st, Toronto, Canada).
- Glaser, M. (1995). *Measuring intuition*. Research Technology Management. Northwestern University.
- Goldberg, P. (1983). *The intuitive edge*. Los Angeles, CA: J.P. Tarcher, Inc.
- Gordon, W. J. J. (1971). *The metaphoric way*. Cambridge, MA: Porpoise Books.
- Gowan, J. C. (1975). Trance, art, and creativity. *Journal of Creative Behaviour* 9 (1), 1-11.
- Holder, R. J. (1992). Enhancing intuition for navigating the



mysteries of a chaotic environment. *Organization Development Journal* 10 (3) 39-46.

Hunt, M. (1982). *The Universe Within*. NY: Simon & Shuster. Institute of Noetic Sciences, 475 Gate Five Road, Suite 300, Sausalito, CA 94965 USA.

Iran-Nejad, A. (1994). Thematic organizers as a tool for teaching from a whole theme perspective. Paper presented at the *Annual Meeting of the Mid.South Education Research Association* (Nashville, TN.)

Johnson, P. & Daumer, C. (1993). Intuitive development: Communication in the nineties. *Personnel Management* 22 (2), 257-68.

Jung, C. (1964). *Man and his symbols*. NY: Dell Publishing Co., Inc.

Jung, C. (1971). *Psychological types*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Khatena, J. (1982). *Educational Psychology for the Gifted*. NYC: John Wiley & Sons.

Kuo, You-Yuh (1996). Taoist Psychology of creativity. *Journal of Creative Behaviour* 30 (3), 197-212.

Lightfoot, T. R. (1992). Dr. artist. In: *Art, science & visual literacy: Selected readings from the annual conference of the international visual literacy association* (24th, Pittsburgh, PA).

MacKinnon, D. W. (1962). The nature and nurture of creative talent. *American Psychologist* 17 (1), 484-495.

Marchais, P; Grize, J.B. & Randup, A. (1995). Intuition et psychiatrie. Ctr. International de Recherche Interdisciplinaire en Psychiatrie, Paris, France. *Annales Medico-Psychologiques* 153 (6), 369-384.

Markley, O.W. (1998). Using depth intuition in creative problem-solving and strategic innovation. *Journal of Creative Behavior* 22 (2), 85-100.

McCarrell, N. & Callanan, M. (1995). Form-funcion correspondences in children's inference. *Child Development* 66 (2), 532-46.

Mitchell, E. (1976). In J. White (Ed.). *From outer space to inner space*. NY: Putnam.

Monroe Institute, Route 1, Box 175, Faber, VA, 22938 USA.

Noddings, N. & Shore, P. J. (1984). *Awakening the inner eye: Intuition in Education*. NY: Teachers College Press.

Ornstein, R. (1973). *The nature of human consciousness*. San Francisco, CA: W. H. Feldman.

Otte, M. (1990). Intuition and logic. *For the Learning of Mathematic - An International Journal of Mathematics Education* 10 (2), 37-43.

Parsons, S. (1995). Making sense of students' science: The construction of a model of tinkering. *Research in Science Education*. 25 (2), 203-219.

Reichling, M. (1990). Images of imagination. *Journal of Research in Music Education* 38 (4), 282-93.

Resnick, L. (1991). *From protoquantities to operators: Building Mathematical competence on a foundation of everyday knowledge*. Pittsburgh (PA) Univ. Learning Research and Development Center, 96 p.

Rew, L. (1986). Intuition: Concept analysis of a group phenomenon. *Advances in Nursing Science* 8 (2), 21-28.

Rockenstein, Z. (1988). Intuitive processes in executive decision making. *Journal of Creative Behaviour* 22 (2), 77-84.

Schwab, L. (1991). No static in your attic: Tapping into your creative and intuitive abilities. *Journal of Creative Behavior* 25 (3), 256-62.

Shallcross, D. J. & Sisk, D. A. (1989). *Intuition: An inner way of knowing*. Buffalo, NY: Bearly Limited.

Sisk, D. A. & Shallcross, D. J. (1986). *Leadership: Making things happen*. Buffalo, NY: Bearly Limited.

Simonton, D. K. (1975). Creativity, task complexity and intuitive versus analytical problem-solving. *Psychological Reports* 37 (2), 351-354.

Stein, M. I. (1976). *Stimulating creativity*. NY: Academic Press.

Udall, N. (1996). Creative transformation: A design perspective. *Journal of Creative Behavior* 30 (1), 39-51.

Vaughan, F. (1979). *Awakening intuition*. Garden City, NY: Anchor Books.

Wallas, G. (1926). *The art of thought*. London: Johnatan Cape.



Índice y un capítulo de libre acceso en cada libro.

(\*) **Libro de acceso gratuito**

## **CREATIVIDAD COMPRENDIDA: RAICES**

David de Prado. **Teorías de la Creatividad en Acción.**

\*Fernando de Sousa: **A creatividade como disciplina científica.**

David de Prado. **Fundamentación científica de la creatividad. ¿Cómo investigamos con / en la creatividad?**

\*David de Prado. **Axiomas de Creatividad para Auto Transformación Psicosocial: Re-inventar tu mundo**

\*David de Prado. **Orientación creativa del Yo. Autoconcepto y emocionalidad.**

\*David de Prado. **Educrea(te): Enseña - aprende a ser creativo. La creatividad motor esencial de la renovación de la educación.**

\*David de Prado. **Modelos creativos para el cambio educativo.**

\*David de Prado. **El minicurso como nuevo modelo de formación del profesorado. Adaptación creativa con control cuasi experimental del minicurso C.T.I (creatividad y torbellino de ideas).**

David de Prado. **Innovación y creatividad en la empresa y en las organizaciones.**

David de Prado. **El Tarot Jacobeo de la Creatividad Arquetípica.**

\* Agustín de la Herrán. **Cambio docente. Creatividad y conciencia reavivadas.**

## **CREATIVIDAD ACTIVADA: MÉTODOS**

Doris J. Shallcross. **Intuición**

David de Prado. **365 Creativaciones.**

David de Prado. **18 Activadores de la creatividad integral.**

David de Prado y Elena Fernández. **Analogía Inusual.**

David de Prado. **La relajación creativa integral. Principios y técnicas.**

\*Martina Charaf. **Relajación creativa: Técnicas y experiencias.**

David de Prado. **ABC de la Relajación Creativa (Audio-libro).**

David de Prado. **Relajación creativa curativa.**

David de Prado. **Métodos creativos de investigación e intervención psicosocial.**

David de Prado. **La solución creativa de problemas.**

\*David de Prado. **Torbellino de Ideas. Por una EducAcción participativa y creativa**

\*Agustín de la Herrán. **Metodologías docentes para transformar la educación.**



COLECCIÓN de CREATIVIDAD  
**EDUCREATE**  
Director Dr. David de Prado Díez



\*D de Prado y Elena Fernández. **Creatividad desde la Universidad: Nuevos métodos y experiencias.**

## **CREATIVIDAD MULTILENGUAJE: TALENTOS.**

\* David de Prado. **Técnicas creativas y lenguaje total.**

\* David de Prado. **Reorientar creativamente la escuela: Dialéctica y metáforas para transformarla**

Paula Vázquez y Rosa Cazón. **La palabra sorprendida: Técnicas creativas de escritura.**

Paula Vázquez. **Escribir con los cinco sentidos.**

Tomás Motos. **Juegos creativos de lenguaje**

Tomás Motos. **Creatividad dramática**

\* Sabrina Lermen. **Percursos creativos na construção da dramaturgia híbrida.**

\* Elisabete Pinto. **Criatividade expressiva metódica e psicoterapia humanista no encontro de mulheres.**

\* Abilio Aranha. **Criatividade e inovação na formação do profissional da saúde.**

\* David de Prado. **Análisis psicocreativo de la imagen.**

\* David de Prado. **Eco-creatividad. La interpretación del medio mediante técnicas creativas.**

## **SERIE CREACIÓN. SEDICIONES MICRO CREÁTICAS.**

\* David de Prado. **La fántica. Ejercitación de la fantasía**

\* David de Prado. **La vida en un hilo. Microdialécticas.**

**El precio simbólico de esta colección va destinado enteramente al desarrollo e investigación en creatividad, dentro del proyecto Educrea(te), para re-inventar la educación por sus protagonistas.**



- Ed. D., **Presidenta del Shallcross Creativity Intitute**
- Ex-directora y profesora del postgrado de Creatividad en la Universidad de Massachussets-Amherst.
- Ex-presidenta de la Creative Education Foundation.
- Autora de varios libros sobre la creatividad.
- Miembro del Grupo IACAT.

Proyecto Educrea(te). OTRA EDUCACIÓN ES POSIBLE.

## **ESCUELA DE LA IMAGINACIÓN APLICADA**

Imaginémosla. Reinventémosla entre todos: Profesores-alumnos-padres-ciudadanos.

Únete al Proyecto ED**UCREA**TE – IACAT. Colabora: <http://educreate.iacat.com>

- ♥ Escuela de la imaginación aplicada en sus métodos.
- ♥ Escuela del diseño y desarrollo artístico como autor y creador.
  - ♥ Escuela del aprender haciendo y creando.
  - ♥ Escuela de la conciencia social, aplicada y útil.
- ♥ Escuela de la reinención y transformación de la vida cotidiana.
- ♥ Escuela de la fantasía utópica eco ambiental: nuevos mundos sostenibles.
- ♥ Escuela de las vías creativas, con sus instrumentos y técnicas a la medida.
  - ♥ Escuela de los sentidos con sentido.
  - ♥ escuela de los problemas destruidos definitivamente.
- ♥ Escuela de las nuevas soluciones y vías de aprendizaje, trabajo, ocio y creación, para toda la vida.
  - ♥ Escuela de las obras maestras recreadas y actualizadas, disfrutadas por tí.
  - ♥ Escuela del texto virtual y del discurso autónomo en colaboración.
    - ♥ Escuela de la palabra articulada fluidamente.
    - ♥ Escuela de las preguntas divergentes con infinitas respuestas.
    - ♥ Escuela de la libre expresión total y los multi talentos.
  - ♥ Escuela de hallazgos e invenciones cotidianos para mejorar la vida.
  - ♥ Escuela de la transformación mágica, fantástica y real. Al mismo tiempo.
- ♥ Escuela de las visiones metafóricas a través de la imagen dialéctica: escuela de la cárcel o del oasis. Escuela del habla o del silencio. Escuela cementerio o escuela selva.
  - ♥ Escuela de la reproducción imitativa que se transforma en innovación inventiva.
- ♥ Escuela para re-vivir, resucitar y renovar la propia escuela en su dimensión tóxica, inútil o inservible.



El precio simbólico de éste libro va destinado enteramente al desarrollo e investigación en creatividad, dentro del proyecto Educrea(te), para reinventar la educación por sus protagonistas.