

Forfatterinterview – Bodil Johanne Jørgensen

Bogen: "Intuition – ledelse med hoved og hjerte"



Forfatterprofil

Bodil Johanne Jørgensen er oprindeligt uddannet revisor og har i mange år haft en karriere som sådan. Både hos SKAT og i store revisionsfirmaer. Hun var rigtig glad for hendes job, men intuitivt vidste hun, at hun skulle noget andet. Nemlig vejlede mennesker i at få mere ud af livet, så sideløbende uddannede hun sig indenfor filosofi og til erhvervscoach. Det er i dag blevet til en selvstændig konsulent- og undervisningsvirksomhed, der beskæftiger sig med at rådgive og coache arbejdspladser og privatpersoner i bl.a. intuition, kommunikation og stresshåndtering.

Bogens indhold

Bodil Johanne Jørgensen skrev bogen, da hun mente, at der var et behov for at få uddybet forskellen mellem den følelsesmæssige intuition og den mentale intuition. Mange mennesker er vant til at bruge den følelsesmæssige intuition. Vi siger fx, at det giver os en "god fornemmelse" eller en "god mavefornemmelse", hvorimod den mentale intuition er indsigt og viden. Det er to forskellige ting, og vi blander dem ofte sammen. Følelsesmæssig intuition kommer fra maven og indsigt og viden gennem intellektet.

Den mentale intuition er personlig udvikling gennem selvrefleksion.

Mange mennesker lever en slags zombie-liv, måske helt op til 80 % af be-

folkningen, hvor de ikke reflekterer og forholder sig til sig selv.

Vejen til en mere vågen tilværelse går gennem en udviklet intuition. Her handler det ikke om den slags intuition, hvor nogen træffer en afgørelse på deres mavefølelse. Det er en hverdagsintuition og en undskyldning, som mange bruger, fordi de ikke ved, hvad intuition er, siger hun. Intuition handler i stedet om at udvikle en evne, til med et trylleslag at se tingene, som de virkelig er.

Når du udvikler og bruger din mentale intuition, er du hele tiden ti skridt foran, og du vil opnå glæde, ressourcer og energi i dit liv. Du får overskud og balance i livet. Mange mennesker går glip af dette, fordi ingen har lært dem at reflektere og forholde sig til sig selv og et så abstrakt begreb som intuition.

Bogens formål

Formålet med bogen er derfor at gøre opmærksom på, at vi har en intuition, vi kan udvikle både som privatperson og som leder i en organisation og virksomhed. Bogen er spækket med øvelser, cases samt metoder til udvikling af din intuition.



En ressource vi alle har

"Intuition handler om fortid, nutid og fremtid og om at kunne læse situationer og andre mennesker. Det er indsigt, indlevelsessevne og medfølelse, og det er en ressource, vi alle kan bruge konstruktivt gennem hele livet, for alle har intuition lige ved hånden.," siger Bodil Johanne Jørgensen. "Du kan ikke se, høre eller føle intuition, du ved bare, at den er der. Intuition er noget mentalt. Ved at bruge din intuition og forholde dig åbent, sansende og modtagende til omgivelserne, bliver du et mere bevidst og roligt menneske. Du bliver nærværende, bliver bedre til at stoppe op, reflektere og fordybe dig. Det reducerer dit stressniveau." Har du behov for hjælp til at bruge din intuition tilbyder Bodil Johanne Jørgensen personlig coaching, sparring og individuelle intuitionssamtaler.

Væk din intuition

Bodil Johanne Jørgensen mener, at det er vores rastløse liv uden stilhed, som er skyld i, at vi kan have svært ved at finde vores kerne, vores livsmål og vores intuition. Hun anbefaler derfor meditation og bøn som en måde til at slippe tankemylderet og rense sindet for forstyrrende følelser. – Meditation kan også foregå, mens du løber en tur eller skræller kartofler. Meditation bringer os fra beta-niveau til alfa-niveau. Bare 15 minutter kan give mere end flere timers søvn. Det er vigtigt at have tid til fordybelse, for ellers udvikler vi os ikke som mennesker.

Bodil Johanne Jørgensen kan kontaktes via hjemmesiden www.bjraadgivning.dk hvor du også kan læse mere om bogen og BJ's aktiviteter i øvrigt.