

# Radošā potenciāla atraisīšana

**Autora metodika radošā potenciāla atraisīšanai. Treningā tiek apvienotas speciālas meditācijas un modernās zinātnes sasniegumi, kas ļauj izveidot un atraisīt radošo enerģiju.**

**Trenings var būt noderīgs uzņēmējiem, TOP menedžeriem, firmām pārdošanu palielināšanai, un visiem tiem, kas mēģina radoši pieiet ikdienišķu un būtisku problēmu risināšanai.**

## **Teorētiskā daļa:**

1. Kas ir „radošais”, „radīšana”? Radošā procesa mehānismi no austrumu un rietumu pieeju redzeslokā.
2. Seksuālā enerģija un radošais potenciāls. Sublimācija pēc Freida.
3. Kas ir „Anima” (iekšējā sievietē) un „Animus” (iekšējais vīrietis), to loma radošajā procesā.
4. Mula bandha un galvas smadzeņu šūnu aktivitāte. Zinātniskie pētījumi.
5. Galvas smadzeņu labā un kreisā puslode, un to loma radošajā procesā.
6. Emociju loma radošā potenciāla atraisīšanā.
7. Saikne starp ķermeni un smadzenēm. „Brīvs ķermenis-brīvas smadzenes”.
8. „Domāšanas sešas cepures” un laterālā domāšana pēc Eduarda De Bona.
9. Provokatīvās idejas. Nejausa vārda metode.
10. Radošo spēju atraisīšana pēc Vengara (sapņi nomodā).
11. Kas ir Bi sistēmas. Kā ar Bi sistēmu palīdzību radīt radošu ideju.

## **Praktiskā daļa:**

1. Saikne starp pozitīvām emocijām un seksuālo enerģiju. Pozitīva emocionāla noskaņojuma radīšana.
2. Darbs zemapziņas līmenī mērķu nosprašanai.
3. „Animas” (iekšējās sievietes) un „Animus” (iekšējā vīrieša) iekšēja savienošana sevī.
4. Kā sasniegt mērķus, izmantojot „Domāšanas sešas cepures” metodiku.
5. Mula bandha. Smadzeņu gulošo šūnu aktivizācija.
6. Meditācija ar mandalām galvas smadzeņu labās puslodes aktivizācijai.
7. Brahmari pranajama smadzeņu izvešanai uz Alfa viļņu līmeni.
8. Darbs pāros pēc Vengara metodikas. Informācijas pārvešana no labās puslodes valodas uz kreisās puslodes valodu.
9. Speciāla dao meditācija ķermeņa atbrīvošanai no sasprindzinājuma.