



Neues Bewusstsein - Die fünf Säulen der Intuition

Deine Intuition wecken und vertiefen

Intuition ist etwas so natürliches wie Atmen, Schlafen oder Essen. Wir alle haben Intuition. Einige von uns sind offener als andere für diese Fähigkeit, sich mit höheren Informationen in Verbindung zu bringen, aber wir alle können unsere Intuition mit ein paar einfachen Techniken und täglichen Ritualen entwickeln und vertiefen.



Intuition ist der Funke oder das Tor zu höherem Wissen und zu einem erfüllten, fließenden, mühelosen und friedlichen Leben. Jeden Tag werden wir überrollt von einer Lawine mit Informationen, Forderungen und Belastungen, die unsere Weite in eine winzige Realität hinein quetschen. Dieser Daten-Smog und diese Informationsflut überschwemmt unsere Intuition. Jetzt mehr denn je benötigen wir diese angeborene Fähigkeit, um uns führen zu lassen. Je mehr wir uns in der Hektik des modernen Lebens verloren fühlen, desto mehr brauchen wir diesen Anker.

Unser sechster Sinn

*Intuition ist ein sehr natürlicher und fester Teil unseres Wesens. Wenn man allen Stress, alle anerzogenen Verhaltensweisen, den Druck, die mentalen Projektionen und die Schichten von unnötigem Gepäck ab-steift, findet man darunter die Strahlkraft des Wahren Selbst. Dessen authentische Natur ist friedlich, glücklich und intuitiv. Jeder einzelne von uns hat die Fähigkeit, Dinge zu wissen, Dinge zu fühlen, Dinge zu empfinden, zu sehen und zu hören, die über unsere bewusste Wahrnehmung hinausgehen. Der Ursprung des Wortes „Intuition“ ist das lateinische Verb *intueri*, das in der Regel mit ‚nach innen schauen‘ oder ‚betrachten‘ übersetzt wird.*

Es gibt einen wachsenden Umfang an Forschung der darauf hindeutet, dass es zugrundeliegende nicht-bewusste Aspekte der Intuition gibt. Zu diesen Aspekten der Intuition, die an der intuitiven Wahrnehmung beteiligt sind, gehören implizites Lernen oder implizites Wissen. Nun, die Wissenschaft zeigt, dass das Herz an der Dekodierung und Verarbeitung von intuitiven Informationen beteiligt ist. Emotion und Intuition scheinen beide auch im Herzen und im zweiten Gehirn, dem Darm, verankert zu sein.

Hiervon kommt der Begriff des Bauchgefühls.

Intuition ist wie ein Geheimnis, ein innerer Rucksack, der dir hilft, Quantensprünge in deinem Leben zu machen, wie eine Karte, die dir Abkürzungen zeigt, die dir Wege öffnet und den Schlüssel zu deinem Glück bereithält. Misst man damit der Intuition zu viel Wert bei? Ich glaube nicht. Selbst das Militär studiert die Geheimnisse der Intuition.

Die Grundlagen der Intuition

Intuition ist ein instinktives Bewusstsein. Eigentlich ist Intuition eine geheimnisvolle und seltsame Sache, ein wenig jenseits einer Beschreibungsmöglichkeit. Wenn du mit deiner Intuition im Einklang bist, hast du ein unbewusstes Verständnis und subtiles Wissen über die Dinge, und du bist in der Lage, das größere Bild oder die Bedeutung in den Dingen zu sehen. Sie arbeitet eher sensorisch, ist nicht wirklich eine kognitive Funktion. Intuition ist das Spüren des Sinns in den Dingen, mit einem Verständnis von Konzepten und Verbindungen, jenseits des alltäglichen Wissens.

„Intuition ist nicht nur eine einzige Art zu wissen – es ist unsere Fähigkeit, Raum zu lassen für Unsicherheit und für unsere Bereitschaft, den vielen Möglichkeiten zu vertrauen, die wir entwickelt haben, um zu Wissen und zu Einsicht zu kommen, einschließlich Instinkt, Erfahrung, Glaube und Vernunft.“ ~ Brene Brown

Intuition gehört so sehr von Geburt an zu unserem Wesen, dass wir sie oft nicht wahrnehmen. Oder wir zweifeln an ihr. Vor vielen Jahren hatte ich intuitive Anstöße, aber ignorierte sie, zweifelte an ihrer Wahrheit. Ich entdeckte schnell, dass diese Anstöße immer Recht hatten. Ich fing an, sie als etwas Körperliches in mir zu erfahren, scheinbar ein Teil von mir und doch jenseits von mir.

Zunächst schrieb ich Intuition nur anderen „spirituellen“ Menschen oder Hellsehern oder Meistern zu. Ich projizierte meine Intuition und meine psychische Wahrnehmung auf andere Menschen, und verlor meine eigene intuitive Wahrnehmung aus den Augen, die aber schon seit sehr früh in meinem Leben immer meine zweite Natur gewesen war. Nach vielen Jahren der Verwendung von äußeren Methoden zur Orientierungshilfe, wie Tarot, Engel-Karten oder Pendel etc. erkannte ich, dass die stille Welle von Energie, die ich über mich kommend wahrnahm, meine Intuition war.

Ich spürte die Qualität der Gedanken, die in meinem Kopf auftauchten, von meiner linken Seite her kommend, als etwas, das nicht in meinem Kopf generiert wurde. Ich fing an zwischen mir und meinen Gedanken und etwas völlig anderem von jenseits meines Bewusstseins zu unterscheiden. Es war eine ruhigere, sanftere, subtilere, und höchst verfeinerte Energie. Ein eigentliches Flüstern, das ein so gütiges, zartes und reines Gefühl mit sich brachte, dass es unverkennbar aus einer jenseitigen Welt stammte.



Ich spürte die Qualität der Gedanken, die in meinem Kopf auftauchten.

Nun erkenne ich dieses Gefühl sofort, und ich folge ihm. Es ist nie falsch. Und gerade weil es so natürlich zu mir kommt, verpasste ich es früher. Ich war auf der Suche nach etwas Unerhörterem, einer Fanfare der Führung, einem physische Engel auf meiner Couch. Sobald ich darauf vertraute und akzeptiert hatte, dass Intuition so natürlich ist wie das Atmen, erweiterte sich und wuchs meine Reise mit der Intuition, und das Flüstern der Intuition wurde viel lauter.

Die Säulen der Intuition

Es gibt fünf Säulen der Intuition: Vertrauen, Verbindung, Akzeptanz, Integrität und Treuherzigkeit/Echtheit. Diese Säulen sind alle miteinander verbunden und gleichen den Ästen eines Baumes, die zusammenkommen zu einem Ganzen und so die Magie der Intuition schaffen.

Intuition ist ein Fluss, ist wie ein Eindringen von Musik ins Leben. Nimm die Musik wahr und teile sie. Intuition ist ein Geschenk des Menschseins.



Die Säulen sind alle miteinander verbunden und ähnlich wie Äste eines Baumes.

Vertrauen

Intuition ist ein natürlicher Teil unserer Struktur. Es geht mehr darum das zu verlernen, was uns davon abhält, intuitiv zu sein, als zu lernen, wie man intuitiv ist. Einer der Schlüssel zum Erwecken deiner Intuition ist Vertrauen, ein absolutes Vertrauen in deine Eindrücke und eine Erdung dieses Vertrauens durch Maßnahmen, basierend auf deinen intuitiven Eindrücken. Je mehr du vertraust und handelst (bevor du beginnst zu zweifeln), desto mehr wird deine Intuition wachsen.

Verbindung

Die Verbindung zu dir selbst, vor allem zu deinem Herz, zu anderen und zur Natur, verbessert deine Intuition.

Je mehr du in der Einsamkeit sein kannst, um deine innere Welt kennenzulernen, desto mehr blüht deine Intuition. Du hast die Möglichkeit, alle Schmerzen, die dein Herz blockieren, zu heilen, indem du alle deine Gefühle öffnest, besonders zu deinem inneren Kind. Verbindung zu sich selbst kann man auch auf eine andere Weise aufnehmen: Wenn der Geist von etwas abgelenkt wird und sehr beschäftigt ist – zum Beispiel durch Umgebungsgeräusche, oder eine Aktivität, die die Hände beschäftigt hält oder geringe Hintergrundgeräusche – dann ist es oft leichter Zugang zur Kreativität zu bekommen. Es gibt mehrere berühmte Schriftsteller, die diese Technik anwenden, um auf eine Art von ‚Strom des Bewusstseins‘ zuzugreifen. Andere Künstler verwenden sie, um Musik zu erschaffen.

Diese „Zone“, in die man eintreten kann, wenn der Geist abgelenkt ist, ist auch für die

Intuition hilfreich. Ich entdeckte diese Technik zur Intuition durch die Arbeit mit Orakel-Karten. Zuerst waren die Karten die Botschaft, dann wurden die Karten zur „Ablenkung“ und die Botschaft fand sich jenseits der Karten. Ich bekam Vertrauen zu meinem inneren Wissen, zu den Gefühlen, den Wörtern und den visuellen Fragmenten, ohne dass dies scheinbar etwas mit den Karten zu tun hatte. Wenn der Geist auf die Karten fokussiert war, wurde etwas anderes befreit. Es war als ob die Karten zu einem Eingangstor wurden.



Verbinde dich mit dir selbst, speziell mit deinem inneren Kind.

Akzeptanz

Wir verbringen so viel Zeit damit, das Leben wegschieben, etwas ablehnen, zu kämpfen. Wir kämpfen gegen uns, gegen unsere Vergangenheit, unseren Körper, unsere Überzeugungen, unsere Konditionierungen. Dann nehmen wir diesen inneren Krieg in unseren Alltag hinein und engagieren uns in Konflikten mit anderen. Selbstakzeptanz führt zu größerem Vertrauen und hilft dir, deine intuitiven Fähigkeiten zu wecken. Akzeptieren heißt, alle Aspekte von uns selbst akzeptieren. Nicht nur die guten Aspekte. Wenn wir akzeptieren, dass wir negative Charakteraspekte haben, dann hören wir auf, sie zu verstecken und mit uns selbst zu kämpfen. Es hilft dir, eine größere Akzeptanz zu entwickeln, wenn du dich täglich fünf Minuten hinsetzt, mit deinen Händen auf deinem Herzen, wenn du eine somatische Verbindung mit deinem Körper herstellst, wenn du zuerst die physischen Empfindungen beobachtest, dann deine Gedanken und deine Emotionen, einfach nur beobachtest, ohne zu versuchen, etwas zu ändern.

Integrität, Redlichkeit

Echt und authentisch zu sein, am allermeisten mit sich selbst, gibt den Würgegriff unseres Egos auf unsere Intuition frei. Wenn du redlich bist, tust du das Richtige; du sagst, was du meinst, und hältst dein Wort, am allermeisten gegenüber dir selbst. Es geht auch darum, authentisch zu sein. Zu oft denken die Menschen, sie müssten sich auf eine bestimmte Weise verhalten, um klug oder „spirituell“ zu sein. In Wirklichkeit ist es umgekehrt. Mehr von dem auszudrücken, was wirklich in dir ist, dich selbst zu zeigen, den Schatten und alles, ist der Weg um dich zu befreien.

Unschuld

Wenn du die Reise beginnst zu einer tieferen, authentischen Verbindung mit dir selbst, öffnet sich die Tür zur Unschuld. Viele intuitive Funktionen sind in der kindlichen Spontaneität, die wir alle haben, enthalten. Sich mit diesem Aspekt zu verbinden und ihn zu pflegen, hilft dir die Intuition zu verbessern.

Also, was begrenzt deine Intuition?

Angst ertränkt die Intuition, ebenso Furcht und Stress. Unsere moderne westliche Lebensweise begrenzt die Intuition. Je mehr wir der Arroganz des Glaubens, allmächtig und allwissend zu sein, unterliegen, umso mehr wird unsere Intuition verengt. Demut

und Unschuld öffnen den Geist.

„Das Bedürfnis, sicher zu sein, bringt die intuitive Stimme zum Schweigen. Aber in der Ungewissheit zu verbleiben macht uns besorgt, verletztlich und ängstlich. Wir beginnen nach Bestätigung außerhalb von uns zu suchen, anstatt auf das zu vertrauen, was durchkommt.“ ~ Brent Brown

Neue Forschungen über das Herz zeigen, dass unser Herz eine dynamische, verbindende, kreative Intelligenz hat. Je mehr wir unsere Angst vor dem Schmerz in unserem Herzen loslassen und aus der Weisheit unseres Herzens leben, desto mehr kann Intuition wachsen. Howard Martin, Co-Autor von ‚Heart Intelligence‘ (Herzintelligenz), sagt, dass unsere Gedanken und Gefühle die Chemie beeinflussen, die unsere Gesundheit reguliert: „Die Herzintelligenz verbindet das physische Herz mit dem spirituellen (energetischen) Herzen. Auf Grund der umfassenden Kommunikation mit dem Gehirn und dem Körper ist unser Herz eng damit verbunden, wie wir denken, fühlen und auf die Welt reagieren.“ Das HeartMath Institut erforscht die Rolle des Herzens bei der Verarbeitung und Dekodierung intuitiver Informationen. Diese Forschung zeigt, was schon immer bekannt ist, dass das Herz der Mittelpunkt unserer instinktiven und intuitiven Natur ist. Es ist das Portal zu den Welten jenseits der physischen.

„Jeder ist zu hundert Prozent intuitiv in Bezug auf die Dinge, die du wissen musst. Wenn es Dinge gibt, die du nicht kennst, erinnert das dich einfach daran, was du in diesem Zeitpunkt nicht wissen musst. Viele Wesen, die eifrig daran arbeiten, ihre Intuition zu entwickeln, tun das im Versuch, mehr zu wissen, als im Moment gerade zur Verfügung steht. Egal, wie kristallklar deine Intuition wird, du wirst nie mehr sehen oder wissen, als dir gerade offenbart werden soll. Tatsächlich wirst du auch ohne hart zu arbeiten, um die Kraft deiner Intuition zu erhöhen, immer genau wissen, wohin du gehen musst und was zu tun ist – in dem Moment, wo du dich bewegen solltest. Bis weitere Anweisungen aufgedeckt werden, ist die Intuition nicht dazu da, dir alle Einsichten und Botschaften zu liefern, die du vermisst. Es geht darum, zentriert in der Gnade des ständig wachsenden Glaubens in das zu vertrauen, das bereits weiß, was blühend ins Sein treten wird.“ ~ Matt Kahn