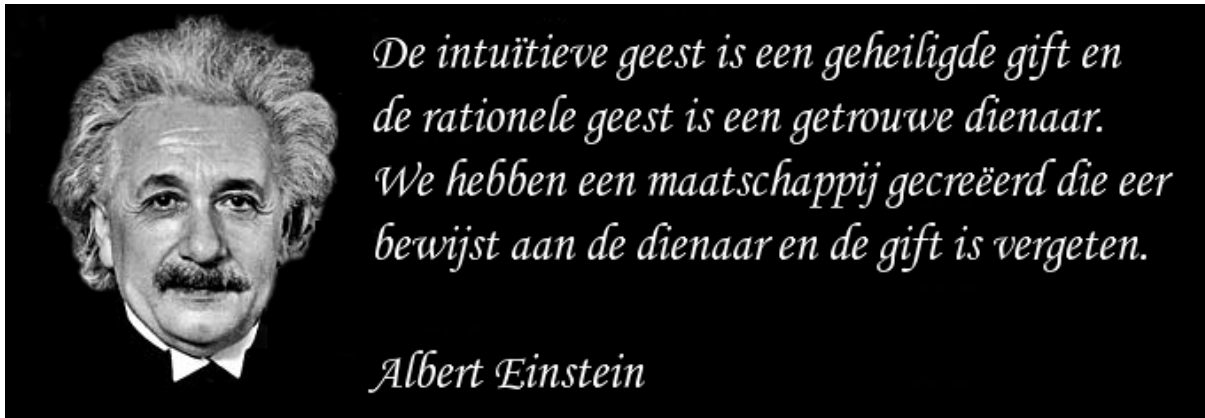


Intuïtie



Intuïtie kan volgens Wikipedia worden omschreven als een "ingeving", een vorm van "direct weten", zonder dat men dit beredeneerd heeft.

We hebben deze aangeboren, diepere wijsheid in ons lichaam. Die kunnen we pas aanspreken als die vanuit ons onderbewustzijn naar boven komt in ons bewustzijn. Maar in de loop van de tijden zijn we steeds minder op die aangeboren kwaliteit gaan vertrouwen. Wie van ons maakt daar nu nog bewust gebruik van? We hebben steeds meer geleerd om te vertrouwen op kennis, vaak kennis van anderen. We krijgen die toegevoerd o.a. via alle zich opdringende media. Als het maar vaak genoeg wordt gezegd gaan we het geloven... We zijn geconditioneerd om tot bepaalde overtuigingen te komen. Die kunnen misleidend zijn, zoals rond het midden van de vorige eeuw door de reclames voor roken, gemaakt met artsen in witte jassen, die ons wilden doen geloven dat roken gezond is.

Je intuïtie kan je bijvoorbeeld, voor je eigen overleven, vraagtekens laten stellen bij een schijnbaar veilige situatie. Het voelt dan niet pluis en je bent sterk op je hoede voor dreigend gevaar. In andere gevallen werkt je intuïtie het beste als je in rust bent. De oplossing voor een complex vraagstuk komt vaak opeens bovendrijven in je bewustzijn, nadat je eerst in alle rust andere dingen hebt gedaan of er een nachtje over hebt geslapen.

Intuïtie is een kwaliteit waarvan je, als je die niet gebruikt, de kracht steeds meer gaat verliezen. Zoals de Engelsen zeggen: 'If you don't use it, you will lose it...'

Bij de tsunami in 2004 voelden de inheemse dieren instinctief het gevaar en vluchtten op tijd naar hogere gebieden. Als de mensen daar dat op dat moment ook nog hadden gekund...

Er zijn nu nog vissers van inheemse stammen die in staat zijn om duizenden mijlen over de oceaan te navigeren, voornamelijk op hun gevoel, op hun intuïtie. Ik weet niet hoe het met jou is maar ik heb bij mezelf gemerkt dat mijn gevoel voor richting is afgenomen, sinds ik gebruik maak van navigatieapparatuur.

Als het niet direct over je veiligheid gaat, kun je het beste van je intuïtie gebruik maken als jouw geest rustig is. Maar als je bijvoorbeeld de diagnose kanker krijgt, roept dat meteen grote angsten en onzekerheden op. Bij de keuze van het behandeltraject geeft je intuïtie je mogelijk gevoelens van weerstand om te kiezen voor chemotherapie, operaties en bestralingen. Maar probeer in die heftige periode maar eens om rustig te blijven. Je intuïtie kan overschaduw worden door de druk, vanuit jezelf maar ook vanuit jouw omgeving, om snelle beslissingen te nemen, want er staat nogal wat op het spel. De keuze voor reguliere behandelingen ligt dan voor de hand. Terwijl het misschien beter is om op je intuïtieve gevoelens af te gaan en eerst eens te onderzoeken of er nog andere behandeltrajecten zijn, die wel of niet worden gecombineerd met reguliere behandelingen. In dat kader wil ik je graag verwijzen naar het boek '**Radicale Remissie**'. De auteur daarvan heeft meer dan 1000 gevallen van spontane remissies na kanker onderzocht. Ze heeft daarbij vastgesteld dat er negen factoren zijn, die telkens weer door deze 'overlevende' van kanker werden genoemd, waarmee zij aan de slag zijn gegaan en waarvan ze overtuigd zijn dat die wezenlijk hebben bijgedragen aan hun genezing. Naast o.a. goede voeding, voedingssupplementen, emotionele problemen oplossen, versterken van positieve emoties en je gezondheid in eigen hand nemen, is het volgen van je intuïtie ook een van die 9 factoren! Zij zagen het belang in om ook bij hun genezingsproces op hun intuïtie te vertrouwen.

Die intuïtieve boodschappen kunnen tot je komen via bijvoorbeeld fysieke signalen van je lichaam, een onbestemd gevoel dat iets wel of niet goed is, een probleemoplossing die opeens in je gedachten komt, via dromen of via zogenaamde toevalligheden. In dit boek wordt een heel hoofdstuk besteed aan het gebruik van je intuïtie.

Een ander boek dat zich bezighoudt met intuïtie en onbewuste processen in ons lichaam is **'Het slimme onbewuste'**. Het blijkt dat keuzes maken bij complexere vraagstukken vaak het minst goed gebeurt als je alle voors en tegens tegen elkaar gaat afwegen; dat het al beter is als je een snelle beslissing neemt, op je gevoel, maar dat het duidelijk het beste werkt als je je onderbewuste zijn werk laat doen, door met je bewuste geest in alle rust eerst wat anders te gaan doen of door 'er een nachtje over te slapen'. Dan komt vaak de oplossing die goed voelt opeens bovendrijven.

Wikipedia zegt: *'Intuïties kunnen berusten op inzichten die via ervaring zijn verkregen. In deze zin hebben zij een nuttige functie in het sturen van ons gedrag in complexe situaties. Intuïtieve ingevingen leiden echter niet altijd tot juiste beslissingen.'*

Wellicht is het dan ook een verkeerde intuïtie als mensen denken dat het onmogelijk is dat emotionele problemen in een heel korte tijd kunnen worden opgelost, omdat voor verwerking langere tijd nodig zou zijn. Maar dat dat dus echt niet nodig is bewijst de toepassing van EFT, die voorbijgaat aan die ingesleten overtuiging. Enerzijds is het niet zo dat de tijd alle wonden heelt en anderzijds is het wel zo dat een niet opgelost emotioneel probleem, dat al tientallen jaren voortwoekert in de vorm van verdriet, angst, machteloosheid en nare gevoelens... (telkens als iets in je omgeving je er weer aan doet denken) in korte tijd kan worden opgelost.

Elk mens is een autonoom systeem met een ingebouwd waarschuwingssysteem. Als je uit balans bent zal je lichaam je willen waarschuwen d.m.v. pijn, druk, spanning etc., maar ook door intuïtieve ingevingen. Je doet er verstandig aan daar tenminste naar te luisteren.