

JAN BECKER

PIPER

# Das Geheimnis der Intuition

Wie man spürt, was man nicht wissen kann

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	
<b>Jetzt leben – ein Plädoyer fürs Bauchgefühl</b>	<b>11</b>
<b>Kapitel 1</b>	
<b>Mehr als ein Gefühl: Warum Intuition eine Lebenseinstellung ist</b>	<b>13</b>
Hier ist der schöne Weg durch dein schönes Leben	18
Intuition ist für alle da – tun Sie doch, was Sie wollen!	20
<b>Kapitel 2</b>	
<b>Die verborgene Weisheit: Woher kommt Intuition?</b>	<b>22</b>
Nur, weil wir nicht wissen, woher unser Wissen stammt, ist es nicht weniger wahr	23
Ahnungen fliegen durch Raum und Zeit	26
Versteckte Kanäle der Wahrnehmung	29
Das Geheimnis der magischen Orte und magischen Zeitpunkte	30
Wann die Intuition aus den Genen kommt – und vielleicht sogar aus dem Universum	32
Erfahrungen lassen sich vererben – als Intuition	35
Die universelle Erinnerung	41
Somatische Marker – der Seismograph unserer Intuition	43
Das Gehirn im Bauch	46

### **Kapitel 3**

#### **Mit allen Sinnen im Hier und Jetzt: Wie Sie Ihre**

<b>Intuition stärken</b>	<b>51</b>
Die Schule der Wahrnehmung	53
Machen Sie es sich schön bequem!	59
Kleine Geschenke an Ihre Sinne	61
Die Meditationen des Alltags	64
Das Intuitions-Notizbuch	66
Gehen Sie auf Empfang – öffnen Sie Ihre Intuitions-Kanäle	68

### **Kapitel 4**

#### **Ich kenne dein Geheimnis: Wie wir alle intuitiv in Verbindung stehen**

Jeder kann Gedanken lesen	73
Die Energie der Gedanken	78
Das Geheimnis von Nähe und Berührung	82
Die Verbindung stärken	85
Wie Sie negative Energie in positive verwandeln	89

### **Kapitel 5**

#### **Das Geheimnis der zündenden Ideen: Warum es hilft, eine Katze zu streicheln, wenn einem ein Licht aufgehen soll**

Der Scanner im Kopf	94
Denken ist eben nicht alles – was Descartes übersah	96
Das Puzzle der Erinnerung	99
Wir gestalten selbst, an was wir uns wie erinnern	101
Loslassen und kommen lassen	105
Die geheime Bibliothek unseres Unterbewusstseins	106
Warum die Kreativität auf ganz bestimmten Wellen surft	110

## **Kapitel 6**

### **Erfolg kommt von Herzen: Intuition als Motor der Kreativität**

114

Unsere Seele ist die Quelle, und was wir erschaffen, sind ihre Bäche	117
Kreative Ideen kommen nicht unbedingt am Schreibtisch	121
Verscheuchen Sie nicht die Fische	123
Wie sich durch Krisen Kreativität entfesseln lässt: Was würden Sie tun, wenn Sie keine Angst hätten?	124
Das Ritual des kontrollierten Müßiggangs	127
Warum Sie kreativer werden, wenn Sie mehrere Sinne benutzen	131
Setzen Sie Ihr Unterbewusstsein auf die richtige Fährte	134

## **Kapitel 7**

### **Alternative Wege zur Intuition: Mit Eiswasser zur Erkenntnis und einem Thriller direkt ins Unterbewusstsein**

136

Stress wirkt als Katalysator der Intuition – manchmal Risiken und Nebenwirkungen des Intuitions- wunders Stress	137
Zivilcourage contra Angst – in bedrohlichen Situationen automatisch das Richtige tun	142
	145

## **Kapitel 8**

### **Intuitive Entscheidungen: Warum sie glücklich machen, Ängste langfristig besiegen und sogar wahre Wunder wirken können**

149

Unser Unterbewusstsein übernimmt die Führung Entscheidungen machen froh!	150
	153

Auf dem Pfad der Intuition ist der Weg das Ziel	157
Machen Sie Ihre Erfahrungen, wagen Sie Neues – das schult die Intuition	160
Warum Fremdenfeindlichkeit eine Phobie ist	164
Wunder gibt es immer wieder – wer das Unmögliche für möglich hält, macht es möglich	168
Aus Angst Respekt machen	171
Warten Sie nicht ab – tun Sie es einfach!	177

## **Kapitel 9**

<b>Fragen Sie doch jemanden, der sich damit auskennt: Warum unsere Intuition unsere Probleme oft besser lösen kann als teure Berater</b>	179
Sie haben die Lizenz, sich zu irren!	180
Aktion ist auch in kniffligen Situationen besser als Ausharren – aber immer mit der Ruhe	182
Das Veto vom Solarplexus	184
Die Lösung liegt in Ihnen – nicht in den anderen	190
Der Imaginäre Ratgeber bei schwierigen Entscheidungen	194
Wie kleine Schritte aus dem Dilemma führen	195
Consulting von den Vorfahren	197

## **Kapitel 10**

<b>Erfinden Sie Ihr Selbst: Wie Sie mit Metamodelling Ihr ideales Ich erschaffen und wie Ihnen auch soziale Netzwerke dabei helfen können</b>	202
Die geliehene Intuition und ihre magische Verwandlungskraft	203
Die große Frage: Wer wollen Sie sein?	203
Das Vorbild als Schablone	204
Das ideale Modell – vom Romanprotagonisten zum <i>Method Acting</i>	208

Vorstellung und Realität sind für unser Gehirn eins	211
Das digitale Ich als Werkzeug	214
<b>Kapitel 11</b>	
<b>Die andere Seite der Intuition: Wann sie in die Irre führen kann – und wie Sie das verhindern</b>	<b>218</b>
Das Ermittlerteam aus Intuition und Ratio	218
Die üblichen Verdächtigen: Drum prüfe, wer zu routiniert befindet	220
Ein Auffrischkurs für die Intuition	222
Hinterfragen Sie Ihre Motive – werden Sie nicht zum Brandstifter	224
Echte Wünsche oder geweckte Bedürfnisse?	228
Traumatische Erfahrungen bremsen die Intuition	232
<b>Epilog</b>	
<b>Ein paar Worte mit auf die Reise</b>	<b>235</b>
<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>237</b>

Vorwort

## Jetzt leben – ein Plädoyer fürs Bauchgefühl

Als ich vor einer Weile auf der Durchreise in Stuttgart war, habe ich auf einer Ausstellung zufällig eine Videoinstallation des chinesischen Künstlers Yang Zhenzhong gesehen. Zhenzhong hatte über mehrere Jahre hinweg Menschen auf der ganzen Welt gefilmt. Sie alle schauten in die Kamera und sagten nur einen einzigen Satz: »I will die« – Ich werde sterben. *I will die*, so lautete auch der Name der Installation. Die Aufnahmen waren bereits einige Jahre alt und manche der Interviewten waren sichtlich alt. Wahrscheinlich hatte sich die Prophezeiung bereits bewahrheitet.

Ich bekam eine Gänsehaut.

Da war sie, die einzige, allumfassende Wahrheit. *Ich werde sterben*, das ist ein Satz, der uns alle vereint. Der auf uns alle zutrifft. Egal, wo wir uns befinden und was wir tun.

Zu Hause stellte ich mich vor den Spiegel und sah mir fest in die Augen. Dann sagte ich zu mir selbst: »Ich werde sterben!« Die Worte hallten in meinen Ohren, ich bekam ein merkwürdiges Gefühl im Bauch und gleichzeitig fühlte ich mich stark und, ja, lebendig.

Denn ich wusste: Ich werde zwar eines Tages sterben, aber jetzt, jetzt lebe ich. Ein wunderbares Kribbeln erfasste meinen ganzen Körper und ich hatte das Gefühl, von einem goldenen Licht umschlossen zu werden.

Probieren Sie es aus, Sie werden es auch spüren.

Ich wusste, dieser Satz, der auf die Endlichkeit unseres Seins hindeutet, ist ungeheuer wichtig. Das Leben ist endlich. Die einzige Chance, es zu nutzen, haben wir jetzt. In diesem Augenblick. Jede Sekunde, die wir vertun, ist unwiederbringlich verloren. Statt unseren Blick in die Zukunft zu richten oder Vergangenes zu bereuen, müssen wir die Zeit nutzen, die uns gegeben ist.

Dabei hilft uns unsere Intuition. Sie kennt den richtigen Weg. Folgen Sie ihr.

Ihr Jan Becker



## Mehr als ein Gefühl: Warum Intuition eine Lebenseinstellung ist

### INTUITION

Dieses Wort hat einen besonderen Klang. Da schwingt etwas Geheimnisvolles mit. Ein Versprechen. *Irgendwo in dir, wisperst es, liegt die tiefe Quelle der Weisheit verborgen. Sie ist mit der Weisheit der ganzen Welt verbunden. Ihre Wasser sind pure Wahrheit. Sie kennt dich ganz genau und sie weiß mehr, als du dir je vorstellen kannst. Wenn du in der Lage bist, Botschaften von ihr zu empfangen und – vor allem – zu verstehen, dann fliegt dir das Glück zu. Dann wird dein Leben ein Spaziergang. Du musst nie zweifeln. Alle deine Entscheidungen werden dich zu deinem Besten geleiten.*

Und wissen Sie was? So ist es! Dabei betrifft Intuition nicht nur die großen und vermeintlich wichtigen Dinge im Leben. Sie ist eine Lebenseinstellung. So wie das Glück in den kleinen Dingen wohnt, fängt auch Intuition im ganz Kleinen an. Ich lebe danach.

Das erläutere ich Ihnen am besten einmal anhand eines ganz normalen Tages in meinem Leben – und gebe Ihnen damit gleichzeitig einen kleinen Ausblick auf das, was Sie in diesem Buch erwartet.

Mein Tag beginnt damit, dass ich vor dem Wecker aufwache. Das ist meist dann, wenn die Sonne aufgeht. Die Weisheit meines Körpers registriert das Licht und weckt mich sanft.

Vielleicht würden Sie hier keine Intuition vermuten, doch sie steckt in den Genen: Menschen wachen seit vielen Millionen Jahren mit dem ersten Tageslicht auf. Unsere Spezies ist darauf programmiert, die lichten Stunden des Tages zu nutzen. Unser Körper ist darauf ausgerichtet. Es ist gesund, nach der Sonne zu leben. So bekommen wir automatisch genug Licht für unsere Seele und auch unser Körper kann das wichtige Vitamin D bilden, das unter anderem vor Depressionen schützt. Aber auch in vielen anderen Bereichen sind unsere Gene eine wichtige Quelle der Intuition – mehr dazu erläutere ich im nächsten Kapitel.

Nach dem Aufstehen folgt bald einer der wenigen festen Termine in meinem Tagesablauf: Ich bringe meinen Sohn in den Kindergarten. Eine Pflicht, die ich sehr gerne übernehme. Danach bin ich wieder frei und lasse mich im Moment treiben. Das heißt keineswegs, dass ich faulenze. Mein Unterbewusstsein kennt meinen Beruf und dessen Erfordernisse und steuert mich entsprechend – über meine Intuition. Ganz sanft und so, wie es mir entspricht. Wie das genau funktioniert, werden Sie noch erfahren. Wenn ich Lust bekomme, ein Buch über Hypnose zu lesen, dann mache ich das. Die Lust auf das Buch zeigt mir an, dass das jetzt wohl das Richtige ist. Wenn ich dagegen den Drang verspüre, an einer Nummer für mein Programm zu arbeiten, dann widme ich mich dieser Aufgabe.

Ich nehme mir das allerdings nicht vor. Ich schreibe keine To-do-Listen, ich muss mich zu nichts zwingen, alles fließt. Es kann sein, dass ich abends etwas gelesen habe, das mich noch so beschäftigt, dass ich morgens direkt wieder darauf zurückkomme. Oder ich habe plötzlich einen Einfall. Es kann zum Beispiel sein, dass mir in den Sinn kommt, lange nichts mehr von Schopenhauer gelesen zu haben. Dann greife ich in den Bücherschrank und nehme das entsprechende Buch mit in mein Stammcafé, das so etwas wie mein Außenbüro darstellt. Wenn ich schließlich dort sitze, kann es natürlich passieren,

dass ich merke, dass der Schopenhauer nach einer Weile doch nicht mehr das Richtige ist. Auch an diesem Punkt höre ich auf meine Intuition. Dann lege ich das Buch eben wieder weg und nehme mir eine Zeitung. Ich komme selten in die Verlegenheit, dass ich mich nur auf eine Sache festlegen muss. Meistens kann ich auf andere Aufgaben ausweichen und damit das tun, was sich intuitiv am besten anfühlt in genau diesem Moment.

Natürlich habe ich trotzdem meine kleinen Gewohnheiten und Rituale. Das sind die wiederkehrenden Elemente, die meinem Tag bei aller Ungeplantheit Struktur geben. Sie dienen auch meinem Unterbewusstsein als Anhaltspunkte dafür, was jeweils gerade an Aufgaben ansteht. Ich gehe etwa zum Arbeiten fast immer in ein Café. Dort trinke ich dann sehr gerne schwarzen guten Kaffee. Nie käme es mir in den Sinn, einen Tee zu bestellen. Aber sobald ich etwas zu essen auswähle, lasse ich mich wieder neugierig von meiner Intuition leiten.

Falls Sie in einem Beruf arbeiten, der weniger frei gestaltbar ist als meiner, denken Sie nun vielleicht, dass ich gut reden habe. Wahrscheinlich habe ich tatsächlich mehr Möglichkeiten zu intuitiven Entscheidungen als die meisten Menschen in einem festen Job mit bestimmten Routinen. Ein Busfahrer kann nicht intuitiv eine neue Route fahren und eine Fließbandarbeiterin auch nicht mal eben intuitiv die Reihenfolge der Produktion ändern. Genauso wenig kann ich mitten in einer Hypnose auf der Bühne sagen, ach, jetzt mache ich doch lieber eine Gedankenlesenummer. Das Ändern um des Ändern willen ist auch nicht der Sinn der Intuition. Solange der Busfahrer und die Arbeiterin in ihrem Job glücklich sind, ist das völlig in Ordnung. Wenn beide allerdings jeden Morgen mit den sprichwörtlichen Magenschmerzen zur Arbeit gehen, ist das eine deutliche Botschaft der Intuition. Sie ist ein Seismograph dafür, was gut für uns ist – und registriert sofort,

wenn uns etwas schadet. Wie Sie solche Botschaften vom Solarplexus entschlüsseln können, ist eins der Themen in diesem Buch. Natürlich ist es nicht in jeder Situation möglich, sofort einen ungeliebten Job zu wechseln. Die Augen nach Alternativen aufzuhalten ist aber nicht verboten. Oft tun sich ungeahnte Möglichkeiten auf, wenn man seinem Bauchgefühl folgt und danach eine Entscheidung trifft. Selbst dann, wenn man noch nicht sehen kann, wo die Reise hingeht.

Vielleicht sind Sie immer noch ein bisschen neidisch auf mein freies Leben. Ich gebe es zu, mein Tagesablauf fühlt sich auch für mich luxuriös an. Ich bin sehr dankbar dafür. Der Preis, den ich für diese Freiheit zahle, ist: Niemand gibt mir Sicherheit, außer ich selbst. Ich muss mich selbst in die Pflicht nehmen. Wenn ich nichts auf die Beine stelle, verdiene ich kein Geld. Wenn etwas schiefgeht, kann ich niemand anderen verantwortlich machen. Keinen Chef, keine Kollegen. Da gibt es nur mich selbst, denn ich treffe alle Entscheidungen in meinem Ein-Mann-Unternehmen, ich kann fast nichts delegieren. Aber das ist in Ordnung, diesen Preis zahle ich gern. Dafür lebe ich ein Leben, das zu hundert Prozent zu mir passt. Ein präsenten Leben, ganz nah an meinen wahren Bedürfnissen.

Die Entscheidung dazu habe ich sehr früh getroffen.


Auch sie fiel intuitiv. Ich erinnere mich noch genau, wie ich in meinem Kinderzimmer stand. Damals war ich sieben Jahre alt. Feierlich sah ich aus dem geöffneten Fenster in die Natur mit all ihren Wundern – da waren Bäume, die sich im Wind bogen, Schmetterlinge und zwitschernde Vögel. In diesem Moment schwor ich mir, nie erwachsen zu werden. Das bedeutete natürlich nicht, nicht zu wachsen. Groß und selbstständig werden wollte ich schon. Aber das, was man gemeinhin unter »Erwachsenwerden« verstand, war für mich schon in diesem Alter mit Zwängen verbunden. Mit vorgefertigten Wegen. Langeweile. Bereits damals war mir klar, dass ich keinen normalen Beruf ergreifen könnte. Ich wollte nie aufhören

zu spielen. Nie damit aufhören zu staunen. Ich wollte immer die Freiheit haben, jederzeit alles zu werden, was ich will. Ich wollte Wunder machen. Diesen Anspruch habe ich noch heute.



## DIE ERINNERUNGSSTÜTZE

Auf meiner Visitenkarte steht »Wundermacher«. Genau das, was ich mit sieben Jahren werden wollte – und tatsächlich geworden bin, denn mit allem, was ich tue, schaffe ich Staunen und Wunder. Sigmund Freud sagte einmal, das Glück bestehe darin, einen Kindheitstraum zu verwirklichen. Vielleicht erinnern Sie sich noch, wie Sie als Kind gesagt haben: »Wenn ich groß bin, mache ich das und das ...« Solche kindlichen Vorhaben werden selten in die Tat umgesetzt, aber sie bleiben im Unbewussten registriert und verfolgen uns das ganze Leben. Lassen Sie sich doch mal Visitenkarten drucken, auf denen Ihr Name steht und ein imaginärer Beruf, der Ihr kindliches Ideal beschreibt. Zum Beispiel »Marlena Schmied – Professorin für Unsichtbarkeit« oder »Karl Runge – Meister für das Fallen nach oben« oder »Carina Kurtz – Seifenblasen-designerin« und so weiter. Schauen Sie immer mal wieder auf die Kärtchen und verteilen Sie diese unter Ihren Freunden. Bei diesem kleinen Ritual handelt es sich um einen sogenannten »psychomagischen Akt« nach Alejandro Jodorowsky. Es wird Ihre Intuition beflügeln, denn Ihr Unterbewusstsein\* wird Wege suchen, Ihren Traum auf irgendeine Weise wahr zu machen. Lassen Sie sich überraschen!



\* Eine wichtige Anmerkung: Ich verwende in diesem Buch den umgangssprachlichen Begriff »Unterbewusstsein« für das – wie es korrekt heißen müsste – Unbewusste.

## Hier ist der schöne Weg durch dein schönes Leben

Schon früh kristallisierte sich heraus, womit ich mein Leben wohl verbringen würde. Ich begann, mich für Hellseherei zu interessieren, für Gedankenlesen, Zauberei und Hypnose. Und ich spürte intuitiv: Das hier ist mein Weg! Diesen Weg habe ich dann kontinuierlich verfolgt. So, wie andere Menschen ihrem Wunsch nachgehen, Schauspieler zu werden oder Arzt. Bis zum Abitur bin ich dabei noch den Konventionen gefolgt. Doch nach dem Abi habe ich mich von den ausgetretenen Pfaden verabschiedet. Normalerweise beginnt man nach der Schule ja eine Berufsausbildung oder ein Studium. Später fängt man meist an, in einem auf bestimmte Weise definierten Beruf zu arbeiten. Doch das wäre mir zu eng gewesen. Ich habe mir stattdessen meinen eigenen Pfad gesucht.

Dabei bin ich dem Leitstern meines Interesses gefolgt und dort auch nur den Dingen, die mich so gepackt haben, dass sie sich nicht wie Arbeit anfühlten. Zwang unterdrückt meiner Erfahrung nach die Intuition, Freiheit beflügelt sie. Es ist für mich kein Aufwand, ein ganzes Buch am Tag zu lesen und abends noch 20 Seiten darüber zu schreiben. Ich spüre bereits im Tun eine vollkommene Erfüllung. Das ist absichtsloses Handeln. So, wie ein Kind mit größter Konzentration eine halbe Stunde lang eine Ameisenstraße beobachten kann und damit ja auch keinen Zweck verfolgt, staune ich über die Wunder, die unser Geist vollbringen kann. Das Tun und das Sein an sich zu genießen ist einer der Schlüssel zum glücklichen Leben. Eigentlich ist das nur logisch: Wenn man seine Befriedigung immer nur aus der Beendigung einer Aufgabe zieht, muss man die meiste Zeit darauf warten. Begeisterung an einer Sache ist hingegen einer der Wegweiser, die die Intuition aufstellt: Hier ist der schöne Weg durch dein schönes Leben!

(Wichtig dabei: Es ist vom schönen und nicht vom steinigen Weg zum schönen Leben die Rede.)

Mir war früh bewusst, dass ich durch den Verzicht auf eine »normale« Karriere das Risiko eingehe, vielleicht später wenig Geld zu verdienen. Oder auch mal gar keins. Da trifft es sich gut, dass mir Besitz und materielle Dinge überhaupt nicht wichtig sind. Ich habe kein Auto und wohne mit meiner Familie in einer nicht allzu großen Wohnung zur Miete. Was ich dagegen liebe, sind Dinge, die mich inspirieren. Die sind mal günstig und mal teuer, aber der materielle oder modische Wert ist nicht mein Maßstab. Sie müssen zu mir passen. Ich mag es zum Beispiel, mich besonders zu kleiden. Genauso, wie ich mich früher als Kind voller Begeisterung als Cowboy oder Indianer ausstaffiert habe, habe ich auch heute noch Spaß an der Verwandlung durch Kleidung. Das Leben ist für mich ein Theaterspiel. Eine Bühne, auf der man immer wieder Neues ausprobieren kann. Aus dem Spiel wird eine Realität – das ist auch das Prinzip des *Metamodelling*, einer spannenden Technik des Neurolinguistischen Programmierens, mittels der jeder sein Leben neu gestalten kann. Sie ahnen es: Später wird davon noch die Rede sein.

Ich bin nicht so arrogant zu behaupten, dass mein Lebensmodell besser ist als andere. Es ist lediglich *für mich* besser. Ansonsten ist es nur anders, das ist alles. Andere Menschen brauchen andere und vielleicht auch mehr Strukturen. So, wie einige in ihrem Inneren *intuitiv* spüren, dass ein Beruf mit geordneten Arbeitszeiten das Richtige für sie ist, spüre ich intuitiv, dass für mich das Gegenteil gilt.

Intuition ist für alle da – tun Sie doch,  
was Sie wollen!

Das Wunderbare ist: Egal, was wir gerade im Moment tun oder in welcher Situation wir stecken, jeder kann sein Leben intuitiver gestalten und damit glücklicher und zufriedener werden. Jeder kann mit der Intuition mehr Lebensfreude in sich wecken.

Eine Voraussetzung dafür ist die Vorurteilslosigkeit. Der Verzicht darauf, die Welt und andere Menschen durch vorgefertigte Brillen zu betrachten. Vorurteile behindern die Intuition, weil sie sie aussperren. Die Intuition reagiert auf die Wirklichkeit, wie sie auf uns einströmt (ich sage absichtlich nicht »wie sie ist«, denn auch das ist von Mensch zu Mensch verschieden) und reagiert dann darauf mit einem besonderen Gefühl, das uns den Weg weist. Ein Vorurteil ist dagegen schon vor der Erfahrung fertig wie das Fast Food von der Burgerkette. Oft weiß man bei beiden nicht recht, woraus sie im Detail eigentlich entstanden sind und woher sie kommen.

Die wichtigste Voraussetzung für ein intuitives Leben ist allerdings, ab sofort Verantwortung für seine Entscheidungen zu übernehmen. Nicht nur ein bisschen oder ab und zu, sondern vollständig. Wenn Sie intuitive Entscheidungen treffen, lernen Sie sich besser kennen. Sie merken, was zu Ihnen passt und was nicht. Mit jeder Entscheidung werden Sie treffsicherer. Irgendwann sprudeln die intuitiven Erkenntnisse, was in einer bestimmten Situation zu tun ist, aus Ihnen heraus. Aus Ihrem Bauch, der genau weiß, was das Beste für Sie ist. Für Sie und für niemanden anderen auf dieser Welt. Dann können Sie Ihre Beschlüsse natürlich nicht mehr auf Konventionen schieben, nicht auf »Das macht man so«, auf die Eltern, den Vorgesetzten oder auf die Umstände.

Gerade das kann im ersten Moment Angst machen. Wer



Verantwortung übernimmt, macht sich zunächst angreifbar. Aber langfristig macht es stark und selbstbewusst. Denn dadurch werden Sie vollkommen unabhängig von der Meinung anderer – und stärken Ihr Gefühl für Richtig und Falsch. Plötzlich haben Sie außerdem Freunde, die wirklich zu Ihnen und Ihrer Persönlichkeit passen. Ganz einfach, weil Sie sich trauen, so zu sein, wie Sie wirklich sind. Weil Sie sich nicht verbiegen und an Leute anpassen, die Ihnen eigentlich gar nicht liegen. Sie können mit einem Mal faszinierende Dinge tun, von denen andere sagen: Das macht man aber anders! Doch Sie sagen nur: Ich wollte es genauso tun! Und dann lächeln Sie vor Glück und Lebensfreude.

Kommen Sie mit, dann zeige ich Ihnen, wie es geht.

## Die verborgene Weisheit: Woher kommt Intuition?

*»Wunder stehen nicht im Gegensatz zur Natur, sondern nur im Gegensatz zu dem, was wir über die Natur wissen.«*

St. Augustin

Vor einigen Jahren hatte ich zugesagt, einem bayerischen Radiosender ein Interview zu geben. Direkt zu Beginn sagte die Moderatorin: »Herr Becker, wir haben einen Ton für Sie vorbereitet, den wir extra für diese Sendung aufgenommen haben. Können Sie uns diesen Ton beschreiben?« In diesem Moment hörte ich tatsächlich in mir einen Ton. Er klang wie ein Hammer, der auf Stein schlägt, ein ganz ungewöhnliches Geräusch. Meine Ratio rebellierte sofort, was das denn nun für ein Unsinn sei. Wenn ich bewusst darüber nachdachte, erschien es mir auch wahrscheinlicher, dass die Radioleute sich etwas Musikalisches hatten einfallen lassen und ich satt daneben lag mit meiner Vermutung. Aber der Hammer auf Stein war nun einmal das, was mir spontan durch den Kopf geschossen war. Es war der Gedanke, den mir meine Intuition geschickt hatte. Also sprach ich ihn aus. Die Moderatorin bekam riesige Augen. Dann drückte sie auf die Abspieltaste. Die Aufnahme war ein Hammer, der auf Stein schlägt: *Ding. Ding. Ding.*

Ich habe mir in solchen Situationen über die Jahre antrainiert, mich automatisch zu entspannen und die Intuition kom-

men zu lassen. Die Ratio hat in diesem Augenblick nichts zu melden. Die Intuition ist wie eine Katze. Sie kommt nicht auf Befehl. Sondern nur dann, wenn sie sich sicher fühlt und die Szenerie nicht zu viel Hektik und Lärm aufweist. Also Sorge ich für Ruhe in mir, auch wenn drum herum Tohuwabohu herrscht. Ich kann die Antwort ja rational gar nicht wissen. Ich kann sie nur ahnen, ich bin also auf meine Intuition angewiesen. Und die lässt mich selten im Stich. Ich bin schon in Tausenden von Situationen gewesen, in denen ich meiner Intuition gefolgt bin und Eingebungen hatte, die sich bewahrheitet haben. Das hat mein Vertrauen in sie gestärkt. Und je mehr Vertrauen ich habe, umso entspannter bin ich und umso zuverlässiger sind die intuitiven Eingebungen. Wie ich an sie gelange, ist hingegen oft auch für mich ein Mysterium – ich weiß aber, dass ich sie habe.

Wichtig ist, dass ich solche Erfahrungen zulasse, denn sonst käme ich ja nie in eine Situation, diese Treffer zu landen. Nur so kann ich immer mehr auf sie bauen. Immer wieder wollen mich Journalisten testen, das Misstrauen ist schließlich Teil ihres Berufs. Erst vor ein paar Tagen hat mich eine Journalistin während eines Interviews provozierend angesehen und gesagt: »Na, was denke ich denn gerade, Herr Becker?« Ich hatte sofort eine schwarze Katze im Sinn – und habe den Gedanken geäußert. Es stimmte und die Journalistin war für einen kurzen Moment sprachlos.

Nur, weil wir nicht wissen, woher unser Wissen stammt, ist es nicht weniger wahr

Intuition – das ist unmittelbar vorhandenes Wissen, es erscheint uns zur rechten Zeit am rechten Ort. Ohne Nachdenken. Scheinbar aus dem Nichts. Aber nichts kommt wirklich aus dem Nichts, alles hat einen Ursprung. Doch woher genau