

INHALT

Hallo!	11
Einführung – Das ist doch alles Einbildung	15
1 Ich hab's dir doch gleich gesagt! Schöne Grüße, deine Intuition.....	19
Intuition – was ist das eigentlich?	19
Der Intuition zu folgen ist kinderleicht für Kinder	20
Missverständnisse	24
Die Intuition ist die Stimme der Seele.....	29
Als meine Heilreise begann	33
Die Rolle der Intuition für das Bewusstsein des Menschen ..	37
Wie der Dualismus unsere Möglichkeiten einschränkt ...	39
2 Energie folgt der Aufmerksamkeit	45
Warum es Sinn macht, die Intuition zu trainieren	46
Über die Kompetenz, der Intuition zu folgen	49
Den Weg frei machen	52
Move your energy – wie Intuitionstraining funktioniert ...	60
Energiewahrnehmung und tief sitzende Glaubenssätze...	64
3 Geh mir aus der Aura! – Warum dein Raum dir heilig sein sollte.....	69
Dein Energiekörper als Ausdruck deines Selbstbildes	69
Wie schütze ich mich vor Energievermischung?	76
Hintergrund: Eigener Raum und Energiekörper.....	83
4 Gott, dein Göttliches und dein höchstes Selbst.....	89
Die Erfahrung des eigenen Göttlichen im Körper.....	90
Das Göttliche und die Intuition	94
Have you seen God? Yes, she's black.....	96

8 Inhalt

Der Dualismus religiöser Machtstrukturen	98
Typische Fallstricke bei der Hinwendung zum Göttlichen	102
5 Kingdom come – Intuitive Autorität	107
Muss Autorität wirklich »Macht über« beinhalten?	111
Rebellion ist nur ein Anfang, aber noch nicht das Neue... .	114
Die Entmachtung des Prinzips »Macht über«	117
Die Bedeutung von Augenhöhe	120
Hintergrund: Spirituelle Autonomie	123
Typische Fallstricke: Das immerwährende Pendeln zwischen Überhöhung und Abwertung	125
6 Ich sehe was, was du nicht siehst, und das bist du –	
Intuitive Wahrnehmung	129
Das Verständnis von Wahrnehmung	130
Was ist Realität? Frage deinen imaginären Freund!	136
Erlaube dir, das ganze Bild zu sehen – du bist völlig normal!	139
Hintergrund: Intuitive Wahrnehmung integrieren	145
Typische Fallstricke beim Erlernen der intuitiven Wahrnehmung – Überhöhung statt Integration	148
Grenzüberschreitung	148
7 Die Macht der Worte – Intuitive Kommunikation und	
Selbstausdruck	151
Kommunikation und Lebensgestaltung	153
Intuitive Kommunikation	160
Hintergrund: Die Bedeutung der Kompetenz »Eigentum«.....	167
Typische Fallstricke: Vermeidung von Verletzbarkeit durch vermeintlich »richtige« Kommunikation	171

8 If love is the answer – Intuitive Liebe und Verbindung ..	173
Wie Bindungsmuster entstehen	175
Intuitive Liebe	182
Klassische Reaktionsmuster und die Fähigkeit zur Differenzierung	185
Hintergrund: Affinität	190
Typische Fallstricke: Vermeidung von Individuation	193
9 Wollen, was man will, oder Kontrollfreak? –	
Intuitiver Wille	197
Der Wille aus dem Ego	198
Das intuitive Wollen unserer Seele	202
Hintergrund: Essenz und Eigenmacht	206
Gelebte Eigenmacht – Als meine Energie frei wurde	211
Typische Fallstricke auf dem Weg zum intuitiven Willen	213
10 No more drama! – Intuitives Vertrauen	215
Das allgemeine Verständnis von Vertrauen	215
Die Vertrauensbasis	218
Das Urvertrauen	221
Das intuitive Vertrauen	223
Hintergrund: Bedürfniserfüllung	228
Typische Fallstricke: Energetischer Kontrollverlust	231
11 Nur keine Panik! – Intuitive Sicherheit	235
Wahrnehmung und Verbundenheit	235
Das Verständnis von Sicherheit	237
Aufgehoben sein	241
Hintergrund: Intuitive Sicherheit kreieren	250
Typische Fallstricke in der Entwicklung der intuitiven Sicherheit	255
Die Erwartung, dass das Außen mitgeht	255
Leistungsdruck	257

10 Inhalt

Epilog: Du bist Gott – also benimm dich auch so	259
Register	261
Verzeichnis der Übungen	267