

# INHALT

<b>Hallo!</b> .....	11
<b>Einführung – Das ist doch alles Einbildung</b> .....	15
 <b>1 Ich hab's dir doch gleich gesagt! Schöne Grüße,</b>	
<b>deine Intuition</b> .....	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
 <b>2 Energie folgt der Aufmerksamkeit</b> .....	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
 <b>3 Geh mir aus der Aura! – Warum dein Raum dir</b>	
<b>heilig sein sollte</b> .....	69
Dein Energiekörper als Ausdruck deines Selbstbildes ....	69
Wie schütze ich mich vor Energievermischung? .....	76
Hintergrund: Eigener Raum und Energiekörper .....	83
 <b>4 Gott, dein Göttliches und dein höchstes Selbst</b> .....	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
<b>5 Kingdom come – Intuitive Autorität .....</b>	<b>107</b>
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
<b>6 Ich sehe was, was du nicht siehst, und das bist du – Intuitive Wahrnehmung .....</b>	<b>129</b>
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
<b>7 Die Macht der Worte – Intuitive Kommunikation und Selbstaussdruck .....</b>	<b>151</b>
Kommunikation und Lebensgestaltung .....	153
Intuitive Kommunikation .....	160
Hintergrund: Die Bedeutung der Kompetenz »Eigentum« .....	167
Typische Fallstricke: Vermeidung von Verletzbarkeit durch vermeintlich »richtige« Kommunikation .....	171

<b>8 If love is the answer – Intuitive Liebe und Verbindung ..</b>	<b>173</b>
Wie Bindungsmuster entstehen .....	175
Intuitive Liebe .....	182
Klassische Reaktionsmuster und die Fähigkeit zur Differenzierung .....	185
Hintergrund: Affinität .....	190
Typische Fallstricke: Vermeidung von Individuation .....	193
 <b>9 Wollen, was man will, oder Kontrollfreak? –</b>	
<b>Intuitiver Wille</b> .....	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
 <b>10 No more drama! – Intuitives Vertrauen .....</b>	<b>215</b>
Das allgemeine Verständnis von Vertrauen .....	215
Die Vertrauensbasis .....	218
Das Urvertrauen .....	221
Das intuitive Vertrauen .....	223
Hintergrund: Bedürfniserfüllung .....	228
Typische Fallstricke: Energetischer Kontrollverlust .....	231
 <b>11 Nur keine Panik! – Intuitive Sicherheit .....</b>	<b>235</b>
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

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