



## INTUITION

# EIN INNERER SCHATZ, DER MIT YOGA GEHOBBEN WERDEN KANN!

UWE VAMDEV FRANZ

Intuition ist nicht etwas, was man lernen kann. Intuition ist nicht weiblich oder männlich, auch nicht kindlich. Sie ist das, was den Menschen zutiefst bestimmt, wir alle sind mit ihr gesegnet. Die meisten von uns erkennen Intuition als eine Quelle von Wissen, von Erkenntnis und Weisheit, die in uns ist.

Den einen ist sie suspekt, ein Makel in wissenschaftlicher Vorhersagbarkeit, den anderen ist sie Scharlatanerie, unlogisch, ja fast gefährlich. Für viele ist sie aber ein regelmäßiger Besucher, überraschend in ihren Aussagen, ihr ohne weiteres zu folgen, eine große Herausforderung. Intuition ist die Verheißung der Lösbarkeit des menschlichen Dilemmas. Sie ist die Verbindungslinie, die uns alle ganz nah miteinander verbindet.

Natürlich wäre das alles großartig, wenn da nicht die Schwierigkeit wäre, Intuition ganz sauber zu empfangen, unvermischt von den eigenen Wünschen und Hoffnungen. Im Yoga wird diese Art von Weisheit beschrieben als Ursprache (matrika), aus der alles entsteht, die ständig in uns aufsteigt und sich äußert.

Aber während ihres Aufstiegs trifft diese Energie, die wir meist nur sehr vage wahrnehmen, auf ein feinmaschiges Netz: unsere alten Vorstellungen, Leidensgeschichten, Komplexe und vieles mehr, was uns klein hält und uns die Erfahrung gibt, dass wir unfähig und wertlos sind, auch wenn wir nach außen hin stark und selbstsicher auftreten. Beim Durchfluss durch dieses Netz wird diese reine Eingebung verwunden und verbogen. Was dann in unserem Alltagsbewusstsein ankommt, ist oft nichts weiter als: eben wieder unsere alten Vorstellungen, Komplexe und Selbstzweifel (die zwar großen Einfluss auf unser Allgemeinbefinden haben, die wir aber gar nicht so genau wahrnehmen). Und so wird aus diesem Segensgeschenk ein Trojanisches Pferd: Außen Intuition und innen der alte, leidbringende Kram unserer Missverständnisse über uns selbst.

Viele Menschen sind sich dieses Prozesses gar nicht bewusst. Sie glauben, dass das Hauptproblem darin liegt, dass sie ihrer Intuition nicht so recht trauen können. Sie erkennen nicht, dass

das Meiste, was in ihrem Wachbewusstsein als »Intuition« ankommt, damit nichts mehr zu tun hat. Und so vertrauen sie um so mehr Eingebungen, die aus dem begrenzten Ego kommen. Wie traurig!

Gottseidank gibt es Yoga! »Yogascitta vritti nirodhah«. Genau das ist nötig, damit Intuition für uns der Segen sein kann, der sie in Wahrheit ist: Die Beendigung der unwillkürlichen Bewegungen des Geistes! Darin liegt die Lösung! Schicht für Schicht dieses Netzes wird abgewickelt, Meditation für Meditation. Da die wirklich dichten Bestandteile dieses Netzes sich gefissentlich vor unserem Alltagsbewusstsein versteckt haben, kann es sein, dass wir seine Auflösung nicht direkt und eindeutig erleben. Viel eher nehmen wir einen umfassenden Wandel in unserer Welterfahrung wahr, eine neue Weite in unserer Sicht der Dinge.

Manchmal werden wir in unserem Leben Teile dieses Netzes noch einmal durchspielen (oder eher: durchleiden), um endgültig die tiefen inneren Missverständnisse aufzulösen. In diesem Prozess erfahren wir Unterstützung vom inneren Meister (und hoffentlich auch vom äußeren!). Gerade dann ist eine regelmäßige Meditationspraxis von größter Bedeutung. Das ist vergleichbar mit dem Bodenaufwischen: wenn wir das Putztuch nicht immer wieder auswaschen, dann werden wir am Schluss nur noch den Schmutz verteilen. Meditation und Mantrawiederholung, besonders das Mantrasingen, sind in diesen schwierigen Entwicklungsabschnitten, meiner Meinung und Erfahrung nach, überlebensnotwendig.

Zuweilen könnten wir auch das Gefühl haben, dass dieses Netz eher noch dichter wird, und wir fühlen uns entmutigt und entkräftet. Meine Mantrapraxis hat sich in solchen Zeiten so sehr bewährt, als Stütze, als Ort der Stille in mir, ein unerschütterlicher Berg in mitten meiner inneren Stürme. Wenn wir mit diesen inneren Hindernissen zu kämpfen haben, sollten wir uns vor Augen halten, was wir da erlangen wollen: Völlige Durchlässigkeit, uneingeschränktes Dein-Wille-geschehe! und grenzenloses, echtes Menschsein.

Hatha Yoga ist in diesem »Entnetzungsvorgang« so wohltuend, erfrischend, stärkend. Da Hatha Yoga Asanas unsere Entschlossenheit und Rigorosität stärken, können wir neue Impulse für unsere Beständigkeit erhalten. Manchmal ist es auch von Wert, sich bei anderen, geeigneten Menschen Unterstützung zu holen. Das kann uns helfen, wieder klar zu sehen.

Es gibt auch Zeiten, in denen das Netz dünner wird, in denen die Botschaften klarer werden. Verlockend wäre es dann, diesen Schüben von Eingebung erleichtert und unbedacht zu folgen. Gut ist dabei, dass es einen untrüglichen Maßstab für die Echtheit dieser Eingebungen gibt: Da Intuition eine tiefe Regung unseres Bewusstseins ist, erscheint sie immer auch im Mantel der Liebe, der Herzenswärme vor uns. Wer glaubt, klar zu sehen, ohne diese Liebe, die grundlos und daher so umwerfend kraftvoll ist, der sollte auf der Hut sein. Die tiefen Lagen des Netzes sind nur sehr schwer auszumachen, und die Kraft dieser Impulse ist groß. Selbsterforschung oder vicara ist hier gefragt.

Intuition ist immer vorhanden, so wie Strom, der immer in der Steckdose ist. Aber ohne einen Stecker, eine Verbindung, können wir ihn nicht nutzen. Yoga ist dieser Stecker, der so gut in die Steckdose der Intuition paßt.

Auch wenn es nicht einfach ist, dieses Netz loszuwerden, so gibt es immer wieder Abschnitte, wo ganze Stücke lose werden und wo wir auf einmal ganz klar sind. Die Liebe und die Barmherzigkeit, die sich dann in unserem Herzen breit macht, ist unbeschreiblich, viel, viel mehr als Lohn für unsere Mühen.