

### ***Ego-Probleme – Intuitions-Schwäche***

Die Faustregel für die Verlässlichkeit unserer „Intuition“ lautet:

*„Je mehr jemand von seinem Ego bestimmt wird, desto eher wird er durch seine Gefühle in Irrtum geführt. Doch wer selbstlos, liebevoll und gelassen mit vorwiegend „reiner Wahrnehmung“ den Situationen des Lebens entgegentritt, wird immer klarer die Stimme der Intuition wahrnehmen und sich von ihr führen lassen.“*

Typisch für Menschen mit starkem Ego und schwacher Intuition ist ihre Entscheidungsschwäche, welche sich selbst bei kleinsten Entscheidungen offenbart. Sie suchen nach perfekten Entscheidungen und haben Angst nicht das Beste für sich zu bekommen. Wenn so jemand eine Hose einkaufen will, möchte er am liebsten alle Hosen im Geschäft ausprobieren. Fieberhaft studiert er dabei hin und her welche Vor- und Nachteile die einzelnen Stücke haben und entscheidet sich schließlich nicht zu kaufen sondern weitere Geschäfte zu besuchen. Hat er schlussendlich eine Hose gekauft, so leidet er unter dem Gedanken vielleicht doch nicht die schönste, qualitativ beste und zugleich preislich günstigste Hose, die es im ganzen Land gibt, gekauft zu haben.

Entscheidungs-Ängste erschweren dem Betroffenen und seiner Umgebung das Leben. Allerdings können Auswirkungen, die von scheinbar „entscheidungs-starken“ doch zugleich „intuitions-losen“ Menschen ausgehen, noch erheblich gravierender sein. Dies gilt insbesondere für solche, die als Erzieher, Lehrer, als Führungskräfte in Unternehmen oder in der Politik für das Wohlergehen ihrer Mitmenschen verantwortlich sind.

Wer hingegen seine Aufgaben erfüllt ohne primär an sich zu denken und seinen intuitiven Gefühlen vertraut, der „weiß“ instinktiv welchen Weg er einzuschlagen hat. Er „spürt“ was das Richtige für seine Mitmenschen und für ihn selbst ist. Wenn eine Entscheidung ansteht, so fühlt er spontan, was zu tun ist. Hat er seine Wahl getroffen, so vertraut er dem Universum, dass alles gut ist, so wie „ES“ sich fügen mag.

### ***Herz und Verstand***

Wie schon im letzten Essay-Brief erwähnt, benötigen wir Herz UND Verstand um mit unseren intuitiven Gefühlen erfolgreich umzugehen. Wir sollten

daher sowohl bei den kleinen täglichen Entscheidungen als auch bei wichtigen Weichenstellungen folgende Grundsätze beachten:

1. *Je weniger Ego, desto besser funktioniert die Intuition. Frage dich daher bei einer Entscheidung ob das, was du anstrebst, aus Ego-Motiven wie Ehrgeiz, Geltungssucht, Besser-Wissen, anderen Gefallen-Wollen, Menschen Besitzen-Wollen, Macht- oder Geld-Begierde, sonstiges Sucht-Verhalten, aus Gedanken-Mustern, Ängsten, Sorgen, Misstrauen usw. entspringt.*
2. *Bevor wir eine Eingebung abrufen, macht es Sinn unseren Verstand einzusetzen um zu klären, was wir eigentlich wissen und erreichen wollen. Nur eine gute Frage führt zu einer guten Antwort. Die Qualität der Frage bestimmt die Qualität der Antwort. Nebulose Wünsche und Sehnsüchte führen zu vernebelten Wegen.*
3. *Alle Intuitionen kommen aus der Welt der Non-Dualität, der Nicht-Sprache, des Nicht-Denkens. Der Zugang zur Non-dualen Welt erfolgt über die Stille aus der die „Eingebungen“ meist in der Form von Gefühlen und Ahnungen auftauchen. Diese müssen in duale Gedanken und Worte übersetzt werden um brauchbare Früchte zu bringen. Dazu benötigen wir einen klaren, nüchternen Verstand.*

### **Die Lehren der Meister studieren**

In der Regel ist eine unbeirrte stetige Auseinandersetzung mit den Lehren spiritueller Meister unerlässlich um den Zugang zur „A-Welt“ und zu dem, was wir wirklich sind, zu öffnen. Auf diesem Weg werden wir schließlich erkennen, wie belanglos und sinnlos die Versuche sind unsere Lebensbedingungen entsprechend den Wünschen, Vorstellungen, Sorgen und Ängsten unseres Egos zu verändern. Wir werden erkennen, dass diese Anstrengungen gerade das Gegenteil von dem bewirken, was wir beabsichtigen.

Das äußere Leben, (die Welt der Maya) verläuft einerseits entsprechend der weisheitsvollen Lenkung durch das universelle Bewusstsein. Zum anderen offenbart sich im persönlichen Schicksal des Einzelnen (und zum Teil auch des Kollektivs) das Gesetz von Ursache und Wirkung Karma-Gesetz. Diese beiden Komponenten können auch so formuliert werden:

- a. *„Bei Gott ist jedes Haar deines Hauptes gezählt!“ (Luk 12,7)*
- b. *Was sich heute in deinem Leben ereignet ist die Ursache von Bewusstheit oder Unbewusstheit in deinem bisherigen Dasein.*

Wenn daher jemand seine Lebensbedingungen verändern will, so sollte er bei sich, bei seiner Bewusstheit beginnen. Nur „kleine Lehren“, welche allerdings meist sehr beliebt sind, geben Anleitungen was du „TUN“ musst um deine Finanzen, deine Beziehungen, dein Glücklich-Sein zu verbessern.

### ***Intuition und Bemühen***

Intuition kommt nicht einfach aus dem Blauen. Sie erfordert eine entsprechende Bereitschaft und zuweilen auch ein gewisses Bemühen und Ringen um kreative Lösungen. Das wird jeder produktiv schaffende Mensch bestätigen.

Doch es gilt dabei fein zu unterscheiden zwischen „Hingabe an eine Aufgabe“ oder „etwas erzwingen wollen“. Hingabe bedeutet loslassen vom Ego mit seinen Wünschen und Sorgen. Ernsthafte Arbeit wird diesfalls nicht als Stress und Kampf, sondern als beglückendes „Eins-Sein“ mit den Geschenken und Anforderungen des Lebens empfunden. „neudeutsch“ gesagt befinden sich solche Menschen im „Flow“. Sie setzen sich intensiv und hingebungsvoll mit ihren Aufgaben auseinander und haben dennoch nicht das Gefühl sich übermäßig anzustrengen.

### ***Wu Wei***

Je mehr sich das Ego auflöst, desto weniger Sorge „Ich“ mich um eine gute Intuition für „meine“ Entscheidungen, für „meine“ Erfolge. Da ist einfach niemand mehr, der selbstsüchtig etwas für sich erreichen oder haben will. Verbunden mit dem „Jetzt“ lässt der „Befreite“ ES geschehen. Er schwingt in Harmonie mit seinem Innersten und seinem Umfeld. Diese Einstellung nennt man im Daoismus „Wu Wei“ (siehe meine Schrift „Wu Wei – erfolgreich nichts tun“). Der Weise handelt aus der Stille heraus intuitiv, spontan und mühelos wie es die Umstände erfordern, ohne dabei das Gefühl zu haben: „Ich“ handle. Wenn wir im Einklang mit dem Sein (Dao) sind, so haben wir das Gefühl „ES“ handelt und ich bin nur der Zuschauer – ich bin das beobachtende Bewusstsein, die „reine Wahrnehmung“! Diese Art des Handelns wird in der Bhagavad-Gita als „Handeln im Nicht-Handeln und Nicht-Handeln im Handeln“ beschrieben (siehe Kapitel III Vers 27 bis 30 und Kapitel IV Vers 14 bis 24).

### ***Sich dem Fluss des Lebens hingeben***

Für den „normalen“, im dualen Denken eingesponnenen Menschen, wirkt die Intuition wie eine „Telefonverbindung“ zur „A-Welt“, zur Welt aus der alle

Weisheit, alle Liebe und alles Glücklich-Sein entspringt. Durch seine Intuition ist der Mensch mit dem allumfassenden Sein, mit dem Tao, mit dem universellen Bewusstsein verbunden. Ist diese Verbindung gestört oder gar unterbunden, so äußert sich dies in Ärger, Depression, Aggressionen, Entscheidungs-Schwäche oder durch Entscheidungen mit denen der Mensch sich selbst und seiner Umwelt schadet.

Wer schließlich aus dem „Traum des Lebens“ – aus der Maya, wie die altindische Weisheitslehre diesen Traum bezeichnet - erwacht, braucht keine „Intuition“ mehr. Er erkennt: „Ich bin die Intuition“. Er ist mit der transzendenten (A-) Welt nicht nur durch ein „Telefon“ verbunden, sondern erkennt sich als diese transzendente Welt, als das individuelle und zugleich universelle Bewusstsein (siehe Kapitel XIII der Bhagavad-Gita).

Für ihn gibt es kein „Unter-Bewusstsein“ von dem er gesteuert wird (siehe Essay-Brief „Intuition I.“), sondern er IST dieses „Bewusstsein“ ohne Unterscheidung in Ober- oder Unter-Bewusstsein. Er beendet die Identifikation mit dem Körper/Mind und erkennt sich als das Leben. Als solcher fühlt er sich nicht mehr als ein vom Universum abgetrenntes Einzelwesen, sondern als vereint mit dem Fluss des Seins.

Der Weise bildet sich nicht ein „sein“ Leben zu leben, sondern betrachtet seinen Körper, seinen Mind, seine Rollen, die er im äußeren Leben spielt, als Spiel des Schicksals, als ein Geschehen innerhalb des allumfassenden Geschehens der diesseitigen und jenseitigen Welt. Er selbst ist das Bewusstsein, die „Kino-Leinwand“ auf der die Bilder des Lebens erscheinen. Er ist jedoch zugleich derjenige, der - je nach seiner Programmierung und seinem Schicksal - den „Film seines Lebens“ gestaltet. Und nicht zuletzt sollte er sich seiner Rolle als der „Zuschauer“ bewusst sein, der den Film mit liebevollem Interesse betrachten kann und sich dabei der „Unwirklichkeit“ dieses „Kino-Films“ bewusst ist. Wir sind also jeder, um dieses Gleichnis zusammen zu fassen, das ganze Kino, also zugleich die Kino-Leinwand, der Film und der hoffentlich „bewusste“ Zuschauer.

Mit herzlichem Gruß

Bernd

Alle bisherigen Essay-Briefe findest du auf unserer Homepage [www.berndhelgefritsch.com](http://www.berndhelgefritsch.com)