

Grethe Holtan: Intuisjon, bevisstgjøring og beslutningsprosesser



Grethe Holtan fra Intuisjonsskolen

Mange ønsker konkret hjelp til å finne ut hva som er riktig for dem, enten det gjelder små eller store ting. Samtidig er det viktig å få og beholde eierskapet til egen prosess og beslutninger.

Intuisjon sammen med fakta er sterke verktøy for bevisstgjøring og beslutningstaking. Vi er gjerne avhengig av å ta gode og riktige beslutninger for at fremtiden skal bli best mulig. I enhver utfordring ligger det mange mulige løsninger, kanskje også noen man ikke ser?

Når intuisjonen utvikles i barndommen

Enkelte utvikler sterk intuisjon i tidlig barndom. Det kan være mange grunner til det, en av dem er frykt. Det kan ha vært på grunn av komplekse, uforutsigbare omgivelser eller kanskje en komplisert familiesituasjon. Fordi omgivelsene er krevende, utvikler man en egen evne til å lese andre og forstå signaler. Dette må man kunne hvis man skal unngå negative hendelser og konsekvenser.

Mang en gang har jeg møtt mennesker som innehar en naturlig sterk intuisjon på grunn av en vanskelig barndom fylt av frykt, usikkerhet og redsel. De har en egen evne til å fange opp signaler og stemninger, og de er ofte gode til å tilpasse seg ulike situasjoner og andre mennesker. De er gjerne også eksperter på å ikke ta plass selv. Det er som om intuisjonen har satt seg fast i dem og blitt til en del av personligheten deres.

Intuisjonen trigges av ytre stimuli som «matcher» bevisste og ubevisste minner og opplevelser fra barndommen. For den det gjelder fungerer det som et naturlig verktøy integrert i personens væremåte. I møte med den ytre verden ringer det fort klokker og lyses i

lamper når intuisjonen slår inn. Mange beskriver det som en egenutviklet indre plattform de har bygget opp uten hjelp av foreldre eller andre omsorgspersoner. Den er rå og sterk, og de kan alltid stole på den. I fravær av omsorgspersoner har de klart å bygge opp en egen indre venn som alltid stiller opp for dem.

Diva Andrea

Diva Andrea, som du skal møte her, kaller det for en «overlevelseshjelp-pakke». Hun bodde sammen med moren sin og sine to søstre de første syv årene. Deretter ble hun og søstrene sendt på barnehjem. Barndommen

hennes ble preget av at hun bodde i seks ulike barnehjem, seks fosterhjem og fem forskjellige ungdomshjem. Hun lærte seg tidlig å lese blikk og kroppsspråket til de rundt seg, og fikk en egen evne til å føle på forskjellige stemninger. Hun forklarer at det var som om det vokste ut en radar i hodet hennes. Hun tenkte aldri på at det kunne være intuisjon. Det var bare noe som utviklet seg av seg selv. I dag forstår hun at det var intuisjonen hun utviklet. Den kan hun fremdeles bare bruke på seg selv, å bruke den for andre er ikke mulig. Hun vet ikke hvordan hun skal få det til eller hva som må til for å utvikle dette.

Barndommen hennes var vanskelig, og det eneste som holdt henne oppe,

var at hun fikk dra til faren sin hver fjortende dag. Der fikk hun kjærlighet og omsorg i to døgn. Han vasket klærne hennes og viste at han brydde seg. Moren ble hun redd for allerede som baby. Det vet hun fordi det står i papirene hennes. Hver gang moren kom inn i rommet, skrek Diva Andrea av frykt. Nå tenker du kanskje at moren må ha vært et slemt menneske, men Diva Andrea beskriver henne som en ødelagt person. Ødelagt av sin barndom fra barnehjemmet hun vokste opp på, sterkt preget av overgrep og vold.

Diva Andrea levde uten på-og-avknapp for radaren helt frem til hun ble tolv år. Det var slitsomt å ha det sånn, selv om det var nødvendig og lærerikt.

Første gang hun husker at intuisjonen bokstavelig talt reddet livet hennes, var hun atten år og fikk smittsom hjernehinnebetennelse. Hverken hun eller de andre på ungdomshjemmet skjønte at det var dette hun hadde fått. Diva Andrea var overlatt til seg selv.

Sanndrømt

Uken før hadde hun en sterk drøm om at hun var på et sykehus. Hun tenkte ikke noe særlig mer på drømmen, fordi hun ikke skjønte at den kunne ha noen reell betydning. Noen dager senere fikk hun halsbetennelse og ble veldig dårlig. Etterfulgt av sterk redsel slo intuisjonen inn som en ringeklokke som ikke sluttet å ringe. Feberer var oppe i 43,4 °C og Diva Andrea bare «visste» at hun ikke kunne sove den natten.

Om morgenen så en av de som jobbet på ungdomshjemmet hvor dårlig Diva Andrea var, hun var utdannet sykepleier og fattet mistanke om hjernehinnebetennelse. Hun ringte legevakten med en gang. Da var Diva Andrea allerede blitt blodforgiftet og hadde fått røde og lilla flekker på armene. Etter at hun ankom sykehuset falt hun i koma, og hun ble der i to døgn. Hun hadde egentlig små sjanser til å overleve, men det var akkurat det hun gjorde.

"Noe eller noen må ha passet på meg," sier hun. "Det var da jeg skjønte det, at jeg hadde noe inni meg som passet på meg og som ga meg korrekt informasjon. Den var reell, sann og riktig. Og jeg kunne stole 100 % på den. Men jeg tenkte aldri på å kalle det intuisjon." I

dag vet hun at det var intuisjonen som viste seg på en ny måte for henne.

Neste gang hun opplevde å være sanndrømt, var hun 26 år. Hun drømte natt til julaften at faren hennes døde. Han hadde vært syk en stund, og det var ingen hemmelighet at han snart skulle dø. Det var hun forberedt på. Men det hun ikke var forberedt på var at hun skulle få beskjed gjennom en drøm når faren skulle gå over til den andre siden.

Hun opplevde en sterk drøm som viste og fortalte henne at farens tid var kommet. Og det stemte, faren hennes gikk bort i løpet av julekvelden.

Diva Andrea fikk en åpenbaring. Kunne intuisjonen ha vokst av seg selv? Hadde den blitt sterkere uten at hun hadde gjort noe for det? Hennes eneste støttespiller fra barndommen ble borte, samtidig som intuisjonen stadig ble sterkere inni henne. Det var som om et nytt liv vokste inne i henne. En merkelig kombinasjon, men det ga henne styrke.

Å trene opp intuisjonene

Intuisjonen passet tydeligvis på henne og informerte og forberedte henne på ting som var viktige i hennes liv. Den kom på ulike måter og det var ingen tvil om at den stemte. Det var som et lys gikk opp for henne. Hun tenkte av hvis intuisjonen så gjerne ville hjelpe henne, så kunne hun kanskje gjøre noe selv for å bruke den mer aktivt. Hun begynte å trene den opp på en bevisst måte. Hun begynte med å gjette hva som lå i postkassen før hun sjekket om det stemte. For andre spørsmål kjente hun på om hun fikk varme eller kalde følelser. Varme følelser betydde at svaret var ja, og kalde følelser betydde at det var nei. Hun bommet lite og det overrasket henne. Gikk hun rundt med noe bra inne i seg uten å vite om det? Ja, sier hun i dag. «Jeg kunne ikke forstå det rasjonelt, jeg måtte bare tro på det som skjedde og at det ville meg godt.»

Åtte år senere opplevde hun igjen at intuisjonen overrasket henne med sin kunnskap og informasjon. Hun jobbet i Telenor og en kollega ble pappa for første gang. Stolt kom han på jobben med sin nyfødte sønn. Han ville at Diva Andrea skulle få holde ham, men da skjedde det noe. Hun ble plutselig kvalm og begynte å skjelve. Hun løp overrasket ut på toalettet. Der hadde



Diva Andrea

hun kun én tanke i hodet sitt – «gutten har hjernehinnebetennelse og kommer til å dø snart».

Hun skammet seg over det hun tenkte og lurte hva hun egentlig holdt på med. Hun forsøkte å glemme og fortrenge følelsene sine og gikk tilbake til far og barn. Der var det heldigvis kommet flere kollegaer til, og alle ville selvsagt holde gutten. Diva Andrea hadde ikke klart å holde ham. Hun følte hun mest sannsynlig kom til å miste ham i gulvet, så mye som hun skalv.

To uker senere døde gutten. Diva Andrea glemmer aldri smerten hun kjente da hun fikk vite det. Hvordan kunne hun vært i stand til vite dette? Burde hun ha sagt eller gjort noe? Kunne hun hjulpet dem?

Å leve med intuisjonene

Nå vet Diva Andrea at hun må ta intuisjonen sin på alvor, og hun har egentlig ikke noe valg lenger. Den har vokst og utviklet seg enda mer, nå ringer klokken enda høyere og enda lenger om gangen. Men nå gjør hun ikke motstand lenger, hun tar imot den og har lært seg å leve med den uroen og usikkerheten den bringer. Selv om hun ikke alltid forstår ting, vet at hun kan stole på den, og bruker den så positivt hun kan. ●

Dersom du har lyst til å snakke med Diva Andrea, kan du sende mail til info@intuisjonsskolen.no.