



# Vertrouw op je gevoel

Het onderbuikgevoel dat intuïtie heet: het kan richting en houvast geven. Antoine Teeuwsen werkt bij een instituut waar mensen kunnen leren hun intuïtie te ontwikkelen. Nuttig, zo stelt hij, want deze in onze maatschappij wat verborgen 'fluïsterstem' kan ons veel vertellen.

Sommige mensen varen er blind op. Op het onderbuikgevoel dat ze iets zeker denken te weten, zonder dat daar een duidelijk aanwijsbare reden voor is. Ze laten er vele beslissingen door bepalen; soms zelfs heel grote. Anderen hebben nauwelijks contact met dit gevoel of ze vertrouwen er niet op. Is intuïtie simpelweg het goed weten in te schatten van situaties door eerdere ervaringen? Betekent het dat iemand een meer dan grote dosis mensenkennis bezit? Of heeft het enkel met spiritualiteit te maken en is hier sprake van een zesde zintuig? De meningen hierover zijn verdeeld, maar dat de antenne die intuïtie wordt genoemd bestaat, dat is zeker. Al wordt er in onze westerse maatschappij veelal vanuit de ratio gedacht en worden voorgevoelens minder serieus genomen. Erg jammer, vindt Antoine Teeuwsen van instituut Mens en Intuïtie,

dat is gericht op het bewust worden van – en het praktisch omgaan met – intuïtie en energie. "Ik omschrijf intuïtie als de fluïsterstem op gevoelsniveau. Een stem die richting geeft, als je de moed hebt om ernaar te luisteren. Die stem meer toelaten, kan een verrijking van je leven betekenen. Ons instituut krijgt vaak te maken met het vooroordeel dat het zweverig zou zijn. Maar het is juist heel concreet en aards. Bij het ontwikkelen van je intuïtie gaat het er vooral om jezelf beter te leren kennen. In onze huidige wereld zijn we steeds verder van ons eigen gevoel vandaan geraakt. Alles wordt gerationaliseerd; maar niet alles is altijd even verstandelijk te beredeneren. Soms doe je dingen die ingaan tegen je verstand en tóch denk je: ik moet het doen. En achteraf blijkt dat dan de juiste beslissing te zijn."

## Het heel zeker weten

Jet (60) werd zich voor het eerst bewust van haar intuïtie toen ze dertien jaar was. "Met mijn zussen ging ik op bezoek bij mijn vader. Op het moment dat ik de kamer binnenstapte, voelde ik intuïtief dat het niet goed met hem ging. Ik wist het gewoon heel zeker: hij gaat dood. Helemaal over mijn toeren was ik. En ik kreeg gelijk: mijn vader stierf korte tijd later." Aanvankelijk drukte Jet deze gevoelens zo veel mogelijk weg. "Het paste helemaal niet in mijn leven. Ik studeerde, en hield me bezig met wetenschap, met objectief waarneembare feiten."

Hoewel haar intuïtie haar vaker iets wilde vertellen, sloot Jet zich er heel lang voor af. Dit veranderde toen ze moeder werd. "Toen ik mijn zoon Jonas voor de eerste keer in mijn armen hield, voelde ik direct: deze baby is in levensgevaar. Het was een heel verwarrend gevoel, omdat ik mezelf zag als een stoere moeder en totaal niet als een overbezorgd type. Hoewel Jonas de eerste maanden een stralend jongetje was, bleef ik dat gevoel houden. Zo sterk dat ik Jonas geen moment uit het oog →