

Intuïtieve ontwikkeling: Readen spontaan beeld

Let eens op hoe vaak je een ingeving krijgt die je links laat liggen. „Allemaal ruis” denken we dan. Het hoofd zit er vol mee. Dat is ook vaak zo, maar je kan er ook even bij stil staan en kijken wat het beeld je te zeggen heeft. Zeker als het een onverwacht beeld is. Je maakt er dan een reading van.

Je gaat als volgt te werk:

1 Het begint bij bewust stilstaan bij een beeld (of woord, geluid of gevoel) dat zomaar in je geest (of in de werkelijkheid) langskomt, wat je anders links zou laten liggen.

Bijvoorbeeld een beeld dat je nieuwsgierigheid wekt.

Je kan deze alertheid trainen door je voor te nemen om alert te zijn.

2 Stel je open voor het beeld dat je aangereikt wordt en kijk of er een beweging inzit.

Bijvoorbeeld, je ziet een man en als je er even bij stilstaat zie je dat hij op jou af komt lopen, met iets onder zijn arm. Je volgt deze beeldenstroom, als een film.

Als er geen beweging in het beeld zit, kan je vragen stellen over de man, of over de omgeving waarin je hem ziet. Bijvoorbeeld, hoe ziet hij er uit? hoe kijkt hij? waar gaat hij naartoe? waar kijkt hij naar? Hoe voelt hij zich?

Zorg ervoor dat de beeldenstroom doorgaat. Stel zo nodig meer vragen (aan het beeld) als de stroom stopt. Is de man alleen? In welke omgeving is hij? Heeft hij iets bij zich? Hoe ziet het plaatje er van de zijkant of achterkant uit? Wat doen de andere mensen (of dieren) in het beeld?

Maar ook vragen over wat de beelden oproepen aan gevoel of sfeer, geven goede informatie.

3 Kijk of je een rode draad in het verhaal kunt vinden. Wat is de boodschap van het verhaal? Zit er een advies of geschenk voor jou in?

Soms is de boodschap duidelijk. Zo had de man in het voorbeeld een geschenk bij zich, met een boodschap, maar soms lijkt het verhaal uit losse flarden te bestaan. Dan moet je even verder zoeken om de flarden aan elkaar te knopen, zodat het een advies wordt.

Je kan jezelf helpen door aan het beeld te vragen welke boodschap er voor jou inzit.

4 Tips:

Stel je vragen vanuit een open geest. Kleur het plaatje niet van te voren in, maar volg de innerlijke stroom.

Raak niet gefrustreerd als je hoofd er tussen komt met invullingen. Stuur dat verhaal gewoon weg en kijk weer open naar de beeldenstroom.

Als een beeld wat je wantrouwt drie keer terugkomt, dan mag je er naar luisteren en hoort het bij de intuïtieve stroom.

Veel intuïtief plezier!