

Die medialen Sinne

Lange Zeit waren wir von den geistigen Bereichen getrennt und fast nur auf unser **körpergebundenes Bewusstsein** (die fünf Sinne - Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten) reduziert. Mit diesen fünf Sinnen können wir aber nur eine kleine Bandbreite von dem wahrnehmen, was wirklich existiert. Zudem sind diese körperlichen Sinne sehr manipulierbar – insbesondere das Sehen, welches die größte Bandbreite unserer fünf körperlichen Sinne einnimmt.

Unter diesen Voraussetzungen hat sich unser Verstand (linke Gehirnhälfte) überentwickelt und so auch die Möglichkeit erhalten, sich mehr oder weniger nur auf materielle Belange zu konzentrieren, was aber von weniger gut gesinnten Mächten dann dazu verwendet wurde, dass der Mensch manipuliert und als Sklave missbraucht werden konnte. Über Emotionen (Angst, Wut, Zorn ...) wurde der Mensch berechenbar und somit steuerbar.

Emotionen **sind vorwiegend die Energie – der Ausdruck - des Nicht-Verstehens**. Man bekommt sie teils durch Kontrolle der Gedanken in den Griff. Sorgen und Ängste nehmen eine andere Form an. Sie sind nicht mehr so heftig und können auch ganz verschwinden. Wichtig ist, den gedanklichen „Sorgenkreislauf“ und somit die Emotionen zu unterbrechen. Wichtig ist auch, nicht sofort zu reagieren und eine Pause zwischen Problem und Reaktion zu bringen. So sind wir nicht der hilflose Beifahrer unserer Emotionen.

Übung - den Verstand abschalten:

Dies ist die **Grundübung**, um auch für alle vier medialen Sinne auf Empfang gehen zu können. Wir können nicht denken und zugleich feinstoffliche Informationen empfangen.

- Gehe in **Beobachterposition**: Setz dich zum Beispiel gedanklich auf eine Bank – alleine - inmitten der Natur. Dann fragst du dich: **Was ist mein nächster Gedanke?** Vielleicht geht es besser mit der Frage: **Woher kommt mein nächster Gedanke?** Wenn du auf den nächsten Gedanken wartest, entsteht eine Lücke, und diese Lücke wird sich mit der Zeit vergrößern und du lernst damit auch mehr, mit Gedanken und den damit verbundenen Gefühlen umzugehen. Übe dieses mehrmals am Tag.

Es kann sein, dass dann deine Gedanken eine Zeitlang heftiger sind. Das legt sich wieder. Das Ego fühlt sich schnell zurückgestellt und bedroht. Erkläre deinem Ego, dass es nicht unnötig ist, wir brauchen es - aber nicht ständig. Es ist nicht für alles verantwortlich, sondern soll ein Werkzeug sein, welches man auf die Seite stellen kann, wenn es vorübergehend nicht gebraucht wird.

Anstatt das Ego (Denker) zu beobachten, kannst du aber auch eine Unterbrechung im Strom deiner Gedanken schaffen, indem du deine **Aufmerksamkeit vollkommen auf das Jetzt richtest**. Make dir einfach ganz intensiv den gegenwärtigen Moment bewusst.

Auf diese Weise löst du deine Aufmerksamkeit von den Aktivitäten des Egos und schaffst eine Lücke im Denken - (No-Mind) - bist höchst aufmerksam und wachsam, denkst aber nicht dabei.

Sehr einfach ist die Beobachtung des Atems. Beobachte, wie die Luft in die Lungen einströmt und die Lungen wieder über Nase/Mund verlässt. Du kannst aber auch die Wolken oder das Fließen vom Wasser in einem Bach beobachten und so eine Leere im Gedankenstrom schaffen.

Die medialen Sinne - die vier Haupttypen

A - Mediale Fühlen / Hellfühlen

B - Mediales Sehen / Hellsichtigkeit und Hellschauen

C – Mediales Wissen – auch Intuition od. Hellwissen genannt

D - Hellhören / mediales Hören

Zugang und Art der Medialität

A - Mediales Fühlen: Mediales Fühlen ist die Fähigkeit, Dinge zu spüren oder Emotionen wahrzunehmen, die mit dem physischen Tastvermögen nicht zu fühlen sind, aber auch, gewisse vage Dinge vorauszuahnen, auch Energie (z.B. eine Emotion) zu spüren, die von außen kommt. Je höher die Schwingung deines Körpers ist, umso besser können die Energien verarbeitet, wieder abgegeben und verstanden werden.

Der Hauptzugang für das mediale Fühlen ist der Solarplexus, welcher Sitz vieler Nervenverbindungen ist. Von den vier Sinnen ist das Hellfühlen am leichtesten zugänglich. Die Empfindungen, die hier empfangen werden, sind sozusagen „Bauchgefühle“ und sind neben dem erwünschten Wohlfühlen leider auch oft verbunden mit negativen Empfindungen wie Unwohlsein, Übelkeit bis sogar zu Magenschmerzen.

Wichtig ist aber, wenn negative Energien über Solarplexus (auch über das Nabelchakra / Bauch) zu spüren sind, die Aufmerksamkeit in das Herzchakra zu lenken und somit dieses zu öffnen. Damit interagierst du mit einer höheren Bewusstheit und nicht mit negativen Emotionen. So kannst du dann auch eher erkennen, was wirklich passiert.

B - Mediales Sehen: Die Fähigkeit, feinstoffliche Wesen (z.B. Engel, Naturwesen, Verstorbene), auch entfernt stattfindende oder zukünftige mögliche Ereignisse wahrzunehmen, die außerhalb der normalen physischen Sinneswahrnehmung liegen (auch Visionen). Der Zugang für das mediale Sehen liegt über den physischen Augen im Stirnchakra, auch „drittes Auge“ genannt. Der helllichtige Bildempfang wird mit dem geistigen Auge als Bild, Symbol oder Vorstellung wahrgenommen. Es ist eine Art innerer Bildschirm, der sich im Geist befindet und örtlich nicht wirklich greifbar ist. Man hat aber auch ab und zu das Gefühl, dass dieses Sehen außerhalb vom Kopf stattfindet.

C – Mediales Wissen: Hellwissen bedeutet, dass plötzlich ein Wissen da ist, das bisher nicht im Bewusstsein vorhanden war. Das mediale Wissen – auch Intuition genannt, ist der feinste der vier Sinne. Der Zugang findet über das Scheitelchakra statt. Sozusagen ein nach oben offener Trichter, der in das Zentrum des Gehirns führt. Denke einfach „nach oben“, um den Zugang zur Intuition zu aktivieren. Das Wesen der Intuition ist – man weiß etwas einfach. Wenn das Telefon klingelt, weiß man intuitiv, wer anruft, bei einer Frage ist die Antwort oft da, bevor die Frage fertig gestellt ist. In einer Lebenssituation weiß man sofort, was zu tun ist, bei Gefahr reagiert man – oft schon - bevor die Gefahr mit den physischen Sinnen erkennbar ist.

D - Hellhören: Es bedeutet, eine Stimme hören und doch nicht hören. Der Mensch hört hier nicht mit den Ohren, sondern mit dem Gehirn. Das Hellhören ist eigentlich eine Sonderform der medialen Sinne – hier kommen die Informationen gleich in Form von Worten/Sätzen in unserer Sprache in unser Bewusstsein (also nicht in der Sprache der Götter als Bilder/Gefühle/Wissen). Der Wahrnehmungsbereich für das mediale Hören liegt unmittelbar über den Ohren auf beiden Seiten des Kopfes. In diesem Bereich ist jener Teil des Gehirns, wo die Verarbeitung der Hörwahrnehmungen liegt.

Im Unterschied zu unserem „normalen Denken“ ist man beim Hellhören mit einer höheren Ebene verbunden. Die Schwierigkeit liegt darin, den Unterschied zu erkennen, von wo die Information kommt – vom Verstand oder „von außen/oben“. Beim inneren Hören (z.B. ein „Ohrwurm“, der einem nicht aus dem Kopf geht) hat man in Verbindung mit dem Verstand. Beides ist wie erwähnt schwer zu unterscheiden, was von wo kommt. Der mediale Dialog kann aber einen anderen Klang oder Dialekt (z.B. Hochdeutsch) haben.

Übung – die medialen Sinne einschalten:

Stell dir vor, in deiner Lichtsäule (Prana- oder Harasäule) circa 60 cm unter deinen Fußsohlen befindet sich ein Kristall und etwa 60 cm ober deinem Kopf befindet sich derselbe Kristall (in Diamantform). Dann schickst du aus deinem Herzchakra einen Lichtstrahl nach unten und stellst so eine Verbindung zu dem Kristall unter dir her. Du konzentrierst dich so lange auf diesen Kristall bis er beginnt zu leuchten, dann ziehst du einen Lichtstrahl von diesem Kristall, durch deinen Körper nach oben zum anderen Kristall, der sich 60 cm über deinem Kopf befindet. Während du dieses Licht durch deinen Körper ziehst, öffnen sich sämtliche Chakren die du gerade zum Arbeiten brauchst. Der Mensch braucht nicht immer dieselben Chakren zum Channeln, zum Heilen oder zum Hellsehen. Welche Chakren du gerade benötigst, das weiß das Kristall-Licht, welches du gerade durch deinen Körper ziehst. Danach konzentrierst du dich solange auf den Kristall über dir, bis dieser zu leuchten beginnt.

Nächster Schritt: In deinem Kopf befindet sich die Gedankenwolke oder Ego-Wolke, diese ziehst du aus deinem Kopf und legst sie in den Kristall über dir. Jetzt kannst du beginnen Fragen zu stellen und mit der geistigen Welt (auch höheres Selbst) zu kommunizieren.

A - Mediales Fühlen - Hellfühlen:

Das mediale Fühlen ist der natürlichste der medialen Sinne, ist am einfachsten zu entwickeln und der beste mediale Sinn, um feine Energiemuster zu erkennen und zu deuten. Es ist der beste mediale Sinn, um mit anderen mitzufühlen und sich auf sie einzustimmen. Es ist auch am besten geeignet, um den persönlichen Schutz und Sicherheit zu überwachen.

Das mediale Fühlen nimmt aber auch am leichtesten die Negativität anderer auf, ist am schwersten auszuschalten oder auszublenden und macht es am schwersten, losgelöst zu bleiben.

Charakteristika von Hellfühligen:

Der fühlende Mensch geht mit dem Fluss – es muss sich gut anfühlen. Er setzt einiges an Energie und Aufwand darin, eine harmonische Umgebung zu schaffen. Er erwartet auch, dass die Mitmenschen diese Harmonie achten und auch auf seine Gefühlswelt Rücksicht nehmen. Für ihn ist es fast schmerzhaft, in einer Umgebung zu sein, die sich unangenehm anfühlt. Viele der gefühlten Eindrücke wie Spannung, Angst, Depressionen sind gar nicht die Seinen (auch Lärm, Disharmonie, Geruch, grelles Licht etc.)

Hellfühlende brauchen viel Berührung, Umarmung, Nähe ... sind auch um andere Menschen besorgt, kümmern sich gerne um deren Wohl und haben eventuell schon ein Helfersyndrom entwickelt ... Sie vertrauen ohne weiteres ihren Gefühlen ... Sie fühlen, wenn andere Menschen wegen etwas beunruhigt sind und sind dann auch gerne bereit zu helfen ... Um Zeit und Termine sind sie relativ wenig besorgt ... Die Bilder in der Vorstellung von Hellfühlenden sind eher verschwommen (vergleichbar mit der impressionistischen Malerei).

Hellfühlende funktionieren nicht auf Druck, haben ihre eigene Zeit und ihr eigenes Tempo, sind nicht streng logisch (zwingen sie nicht dazu, logisch zu sein) und für rational denkende Menschen oft ein emotionaler Alptraum. Man sollte sie in ihrer eigenen Umgebung ihr eigenes Tempo arbeiten lassen. Sie haben eine „längere Leitung“, da es länger dauert, ein Gefühl zu interpretieren wie einen Gedanken oder ein Bild.

Mediales Fühlen kann auch über deine Hände (Nebenchakra) stattfinden, indem du einen Gegenstand in die Hand nimmst oder deine Hände über einen Gegenstand (Körper) hältst.

Stärken: Medial Fühlende

- sind am empfänglichsten für die Gefühle anderer,
- sorgen dafür, dass das Leben und die Arbeit sich angenehm und lebenswert anfühlen,
- sie geben aufrichtig von sich selbst und sind sehr menschlich,
- sind flexibel und anpassungsfähig, da sie alle Menschen glücklich machen möchten,
- vertrauen ihren Gefühlen und fühlen, wenn etwas nicht in Ordnung ist,
- sind die Besten darin, subtile Signale wahrzunehmen.

Schwächen: Medial Fühlende

- neigen dazu, die positiven als auch die negativen Gefühle anderer aufzunehmen,
- neigen dazu, medial überladen zu werden,
- können leicht von Emotionen und Gefühlen überwältigt werden,
- können Schwierigkeiten mit Terminen und Pünktlichkeit haben,
- sind anfällig dafür, bei Zurückweisung verletzt zu werden.

B - Mediales Sehen - Hellsehen:

Hellsehen ist der beste mediale Sinn, um alle vier Sinne in einen Aktionsplan einzubeziehen. Er ist am geeignetsten, um alle Aspekte der Aura einer Person wahrzunehmen, ist am besten geeignet, um Probleme zu entdecken und auch dir selbst die außersinnliche Wahrnehmung zu beweisen. Er ist der detaillierteste der vier medialen Sinne.

Von allen vier Sinnen ist er aber der symbolhaltigste. Es kann schwer sein, das Hellsehen von Imagination und Tagträumen zu unterscheiden. Es ist auch einer der langsameren der medialen Sinne.

Charakteristika von Hellsichtigen:

Der Hellschende lebt auch sein Leben verstärkt nach visuellen Perspektiven – er muss auch immer ein inneres Bild haben, sonst fühlt er sich verloren. Er braucht einen bildhaften Plan, den er überblicken kann – und auch meist mit viel Übersicht tut. Der Hellschende ist jemand, der die Dinge auch erst physisch sehen will, bevor er sich entscheidet, ob etwas richtig oder falsch ist. Er „muss“ auch sonst immer viel sehen (im Urlaub) und braucht auch viel Licht (z.B.: Festbeleuchtung im Haus).

Wenn der Hellschende von etwas ein Bild hat, wie es sein soll, mag er ungern Veränderungen – wirkt dann eher starr und unflexibel. Solchen Menschen muss man eine Idee erst langsam in Bildern vorstellen und ihm dann Zeit lassen (überschlafen), dieses Bild zu integrieren oder übernehmen. Druck sollte dabei nicht ausgeübt werden.

Viele messen dem hellsichtigen Bildempfang auch keine Bedeutung zu und halten die Bilder für ein Resultat der ständig fließenden Gedankenwelt. Hier ist die Gedankenkontrolle wieder ein wichtiger Faktor. Allerdings macht der hellsichtige Bildempfang sehr oft Gebrauch von Bildern, die in deinem Gedächtnis abgespeichert sind, um dir zu helfen, eine mediale Botschaft zu interpretieren.

Stärken: Medial Sehende

- sind ausgezeichnet darin, alle Faktoren in einen Gesamtplan zu integrieren,
- sind bei der Lösung von visuellen/räumlichen Problemen gut,
- erkennen problemlos, wenn etwas nicht in Ordnung ist und wissen, was falsch ist,
- können sich Situationen, Probleme und Lösungen im Geiste vorstellen,
- haben einen guten Zeitsinn und können gut mit Kalendern planen,
- haben einen guten Orientierungssinn und finden mit einer Landkarte überall hin,
- sind überragend darin, Farben harmonisch zusammenzustellen und halten die Welt optisch interessant.

Schwächen: Medial Sehende

- können starr und unflexibel sein - sie wollen ungern ihre Vorstellung ändern,
- handeln oft erst dann, wenn sie einen Überblick haben,
- machen sich von allen medialen Typen die meisten Sorgen - malen sich aus, was alles schief gehen könnte,
- können einen Hang zur Perfektion haben - es ist nicht ok, bis die Vorstellung perfekt ist,
- können sehr selbstkritisch sein - sie betrachten mehr ihre Fehler als dass sie ihre Stärken sehen.

C – Mediales Wissen – Intuition (der Prophet):

Intuition ist der schnellste und grenzenloseste der vier medialen Sinne, ideal für frühe Warnungen, bester medialer Sinn um entfernt wahrzunehmen und am geeignetsten, um medial die Zukunft wahrzunehmen. Allerdings sind die Eindrücke oft flüchtig und manchmal schwer, einzufangen. Die Eindrücke kommen häufig ohne weitere unterstützende Informationen – dem medialen Sinn kann man am Anfang am schwersten vertrauen.

Charakteristika von Propheten:

Dieser Typus plant möglicherweise sein Leben nicht im Voraus – wenn eine Änderung ansteht, weiß er einfach, was zu tun ist. Er wird zu dir vielleicht auch sagen „ich weiß“, bevor du deine Gedanken ganz ausformuliert hast. Er wird auch keine Energie mit unnötigen Sorgen verschwenden, er weiß einfach, ob etwas klappen wird oder nicht. Sein Verstand arbeitet schnell – er hat das Gefühl, dass der Rest der Welt in Zeitlupe arbeitet. Der Intuitive lässt sich für ihn wichtige Dinge (zum Beispiel ein Stellenangebot, ein Buch, eine wichtige Stelle in einem Buch, ein Inserat für eine Wohnung/Haus) „zeigen“ – Blicke werden gelenkt. Sie folgen einfach der leisen Stimme der Intuition – folgen ihrem Instinkt.

Intuitive haben eine spielerische Art, Arbeiten zu erledigen, Detailarbeit ist aber nicht unbedingt ihres. Sie sind flexibel, haben auch gerne mehrere Eisen im Feuer und suchen ständig neuen Zeitvertreib. Sie wollen alles wissen, suchen ständig neue Informationen und Ideen und machen das Leben derjenigen, die um sie herum sind, lebendig und interessant. Um sie herum kann es zwar ab und zu hektisch sein, aber nie trübe.

Intuition ist von den vier medialen Sinnen der mit den wenigsten Begrenzungen. Das bedeutet, je mehr du dich der Intuition öffnest, desto stärker werden sich dir ganze Dimensionen übersinnlicher Fähigkeiten und Vorteile in der Lebensgestaltung eröffnen. Intuition ist allerdings auch oft spontan und es kann sein, dass sie nicht die gesamte Übersicht gibt, die wir für reife Urteile und Entscheidungen benötigen. Diese Übersicht wird häufig vom medialen Hören geliefert. Da es eine logische Entwicklung vom Wissen zum Hören gibt, werden diese beiden Sinne gerne verwechselt, da beide eine innere geistige Qualität besitzen. So können wir das Hellhören dann in weiterer Folge benutzen, um unsere intuitiven Einsichten zu analysieren.

Stärken: Intuitive

- können ausgezeichnet Probleme und Schwierigkeiten voraussehen,
- sind geistig rege und schnell und können sich schnell an veränderte Umstände anpassen,
- nehmen instinktiv wahr, wie sie zur rechten Zeit am rechten Ort sein können,
- verschwenden keine Zeit damit, sich unnötig Sorgen zu machen,
- sind Erneuerer mit grenzenloser Kreativität und lassen sich nur selten von Konventionen einschränken,
- kennen instinktiv die Bedürfnisse der Familienmitglieder und denen, die ihnen am Herzen liegen.

Schwächen: Intuitive

- können aufgrund der Mengen an Gedanken und Ideen, die sie empfangen, zerstreut sein,
- nehmen Informationen manchmal weit im Voraus und manchmal zu früh auf,
- sind schnell gelangweilt und führen Projekte häufig nicht zu Ende,
- sind oft der Zeit voraus und werden von anderen deswegen abgelehnt,
- können manchmal zu schnell sprechen, wobei sie einfach ausspucken, was ihnen gerade in den Sinn kommt, ohne darüber nachzudenken.

D - Hellhören – mediales Hören:

Hellhören ist der beste mediale Sinn, um ein Problem oder eine Situation zu verstehen und zu analysieren. Es ist auch am geeignetsten, um Gedanken zu projizieren. Er ist aber einer der langsameren der medialen Sinne und am schwersten zu entwickeln. In geringer „Lautstärke“ ist dieser mediale Sinn leicht mit den eigenen Gedanken zu verwechseln.

Charakteristika von Hellhörigen:

Hellhörige sind grundsätzlich sehr Verstandesorientiert und „logisch“ unterwegs. Stark auf die linke Gehirnhälfte orientiert, sind sie auch meist nicht wirklich offen für Gefühle, innere Bilder und das Hellwissen. Deshalb findet der „höhere Dialog“ zwangsweise über ihre eigenen Gedanken statt.

Weil Hellhören sehr dem Denken ähnelt, ist vielen Hellhörigen nicht bewusst, dass sie medial hören. Sie nehmen einfach an, dass sie laut denken, also der Verstand am Arbeiten ist. Wenn sie eine Frage (an das Universum) stellen, funktioniert es dann oft so, dass vom Universum eine „mediales Echo“, also eine übersinnliche Antwort kommt. Den Unterschied nehmen viele (noch) nicht wahr. Dieses „Echo“ ist schon so mit den normalen Denkvorgängen verknüpft, dass es als selbstverständlich hingenommen und nicht erkannt wird, dass hier oftmals eine übersinnliche Information dahinter steckt.

Mediales Hören ist also eine Art innerer Dialog. Menschen, deren Stärke das mediale Hören ist, sind solange nicht zufrieden, bis sie etwas völlig verstehen. Der Hellhörende ist - im Vergleich zum medial Fühlenden - mehr daran interessiert, wie eine Situation erklärt werden kann, er will verstehen. Für ihn ist Sprechen sehr wichtig – und dass ihm zugehört wird. Da Hellhörige von dem, was sie innerlich hören und verstehen, ausgehen, haben sie die Neigung, Gefühle auszuschalten. Das Ergebnis ist, dass sie analytisch, bestimmt und vielleicht sogar schroff sind. Da Hellhörige selten erkennen, wie sie auf andere wirken, könnte es sein, dass du fälschlicherweise annimmst, sie mögen dich nicht oder hören dir nicht zu.

Du hörst deinen Namen, ohne dass ihn tatsächlich jemand ausspricht ... Du hörst etwas „zwischen den Zeilen“, obwohl es nicht ausgesprochen wurde ... Du sprichst häufig mit dir selbst, wobei du nützliche Antworten bekommst ... Du projizierst unbewusst Gedanken, die andere tatsächlich „hören“ können. Hellhörige strahlen oft starke mentale Energie aus und haben auch einen energischen Auftritt ... nehmen gerne alles wörtlich. Hellhörige neigen dazu, geistig wach zu sein und schnell zu reagieren. Sie warten nicht darauf, dass etwas passiert, sondern sorgen dafür, dass es passiert.

Stärken: Hellhörende

- können „hören“, wenn sie jemand anlügt,
- können am besten Gedanken übertragen,
- neigen am wenigsten zu medialen Überladungen,
- sind direkte, unkomplizierte Initiatoren und Organisatoren,
- sind am besten geeignet, bestimmte mediale Informationen zu erhalten u. zu verstehen.

Schwächen: Medial Hörende

- zweifeln oft ihr mediales Potential an und reden sich diese Fähigkeit aus,
- sind gerne überanalytisch und können zu viele Fragen stellen,
- können zu stark auftreten und zu viel mentale Energie ausstrahlen,
- können Schwierigkeiten damit haben, Gefühlen und ihrer Intuition zu vertrauen
- können weniger sensibel für mediale Feinheiten sein.

Mediale Sinne – 4 Grundtypen

So kannst du nun aus der Charakteristika, den Stärken und Schwächen der 4 medialen Sinne herausarbeiten, welche medialen Sinne bei dir am stärksten ausgebildet ist. Die Beschreibung erhebt sicher keinen Anspruch auf Vollständigkeiten – bietet aber doch einen brauchbaren Ansatz, den du aber gerne noch mit eigenen Erfahrungswerten ergänzen kannst. Gehe nach Gefühl vor.

Lies die Beschreibungen durch und mache bei jeder Zustimmung einen Strich in der entsprechenden Spalte (A-D). Du wirst am Ende erkennen, dass du nicht nur einen medialen Sinn ausgebildet hast – erkennst aber auch, welcher am stärksten ausgebildet ist. Im Laufe der Zeit kann sich dies ändern und auch ein anderer medialer Sinn in seiner Ausbildung aufholen, also stärker werden.

A – mediales Fühlen	Anmerkungen
B – mediales Sehen	Anmerkungen
C – mediales Wissen	Anmerkungen
D - Hellhören	Anmerkungen