

Hypnose



In Trance können Sie Ihre Ziele hinterfragen..ist es das, was ich wirklich will?...wie wäre es, wenn Sie zwei unterschiedliche Ziele vergleichen könnten, um festzustellen, was Ihnen mehr zu sagt. Welche Emotionen entstehen beim Vergleich in mir, was spüre ich?...Sie werden immer eine Antwort darauf finden. Im Bereich der Trance, haben Sie ein mehr von Möglichkeiten zur Verfügung, um zu verändern, zu verfeinern, zu verbessern, zu erkennen, zu entscheiden, auszuwählen oder zu vergleichen. Ich kann direkt hören, wie Sie sich jetzt sagen: Das klingt aber gut. Eine Hypnose und ich habe keine Angst mehr vor...z.b. vor Spinnen oder ich werde schlanker und erreiche blitzschnell mein Traumgewicht und vielleicht sogar noch ohne lästiges hungern. Aber halt!! Eine klitzekleine Kleinigkeit gäbe es da eventuell noch zu beachten: Wählen Sie diesen Weg der Veränderung z.b. nur, weil er für sie bequem ist, schneller als eine Diät oder sonstigen Gründen, wird die erstrebte Wandlung des alten Musters/Verhaltens vermutlich gar nicht oder der Erfolg nur kurzfristig eintreten. Das Bewusstsein an sich ist von Haus aus etwas faul und möchte alte Gewohnheiten beizubehalten. Erstaunlicherweise ist auch unser Gehirn, dass doch sowieso nicht ausgelastet ist, faul. Umlernen ist anstrengend. Darum werden unsere Freunde Gehirn und Bewusstsein nun unsere Gegenspieler. Sie wollen an alten Gewohnheiten festhalten, um sich für vermeidlich wichtigeres zu schonen. So gesehen, ist es für eine erfolgreiche Veränderung der alten Verhaltensweise wichtig, richtig und/oder unerlässlich, dass Sie es wirklich wollen....es ist sozusagen der Turbolader der ihrem Wunsch Richtung und Stabilität gibt. Und angenommen, Sie haben den aufrichtigen Wunsch, etwas in ihrem Leben / Ihrer Verhaltensstruktur ändern zu wollen, oder etwas zur Zielorientierung einzusetzen dann ist und haben Sie in der Hypnose einen super Verbündeten gefunden. Ihnen wird sich der unerschöpfliche Reichtum Ihres Unterbewusstseins auf tun. Ihre in Ihnen schlummernden Ressourcen werden geweckt. Sie können dieses Wissen sofort anwenden und damit Veränderungen in Ihrer Persönlichkeitsstruktur, Ihren Glaubensmustern und Zielen und damit auch Ihrer Zukunft bewirken. Sie werden während Ihrer Trance alles bewußt miterleben. Sie werden weder fremdbestimmt, noch manipulert. Ihr freier Wille ist und bleibt oberstes Gesetz. Sie können und sind zu jeder Zeit in der Lage die Hypnose abubrechen. Eine Hypnosesitzung dauert ca. 60 bis 90 Minuten und sollte, abhängig vom Thema, gegebenenfalls mehrmals wiederholt werden. Wussten Sie, dass eine 15 minütige Trance eine Kraftquelle ist, die einem mehrstündigen Schlaf gleicht? Hypnose/Trance ist ein Ruhezustand, in dem sich der Körper und vor allem das Nervensystem regeneriert und die Muskeln sich tiefer als im Schlaf entspannen. Somit ist eine Hypnose bzw. Trance nur als Wellnessbehandlung gesehen, nicht ganz uninteressant, um sich mal wieder so richtiggehend zu entspannen, zu relaxen oder nach einer stressigen Zeit die Nerven wieder zu beruhigen.