

HIPNOTERAPIJA IN REGRESIJA PREJŠNJIH ŽIVLJENJ

Hipnoza je sproščujoče naravno stanje duha, ki se vsakemu zgodi vsak dan pa če se taga zaveda ali ne. Zgodi se takrat, ko se stanje zavesti sprosti in naše nezavedno (pozdavestno) pride v ospredje.

Nekaj primerov:

- branje knjige ki "nas potegne vase",
- sanjarjenje,
- gledanje dobrega filma ali športnega dogodka,
- dolga vožnja po avtocesti,
- takrat, ko se pričnemo dolgočasiti,
- tik preden se zbudimo,
- tik preden zaspimo.

Naše zavedno je analitičen in logičen del zavesti in se sprašuje, če se stvari ujemajo z našimi trenutnimi prepričanji.

V našem nezavednem pa imamo shranjene navade, prepričanja, čustvene reakcije, naučena obnašanja in avtomatične telesne procese.

Ni ravno lahko spraviti novo idejo v naše nezavedno, saj razumski in analitičen zavedni um ves čas primerja nove ideje in zamisli z obstoječimi prepričanji. Ko pa zavedni um sprostimo, dobijo nove ideje, drugačna razmišljanja in zamisli direkten dostop do našega nezavednega in postanejo resničnost. In v hipnozi ustvarimo direkten dostop do nezavednega!

Ko enkrat nezavedno sprejme idejo ali misel, se obnaša, kot da je ideja ali misel resnična.

Po vsem zgoraj navedenem se definicija hipnoze ponuja kar sama:

Gre za sporazumevanje z nezavednim umom brez vključevanja zavednega oziroma, gre za stanje, ko začasno zaobidemo analitičen in logičen del zavesti.

HIPNOTERAPIJA

Kdaj lahko uporabimo hipnozo?

Kadar želimo:

- opustiti neželjene navade in odvisnosti (kajenje, alkohol, težave s hranjenjem ipd);
- več motivacije,
- odpraviti fobije in strahove,
- odpraviti glavbole,
- odpraviti napetost,
- odpraviti tesnobo bo travmatskih izkušnjah,
- spremeniti trenutno stanje s katerim nismo zadovoljni: na kateremkoli področju,
- kontrolirati nivo bolečine,
- najti dober namen v, na prvi pogled, neprijetnih ali nesrečnih dogodkih,
- opustiti vzorce in prepričanja, ki nas delajo nesrečne,
- postati srečnejši in bolj vesel človek.

V vsakem primeru, v hipnozi sprejmemo samo tiste sugestije, ki so v skladu z našo osebnostjo. Če smo res pošten človek, nas noben hipnotizer (hipnoterapevt tega ne bi naredil v nobenem primeru) ne more pripraviti do tega, da bi nekaj ukradli....

ZAKAJ POVEZAVA HIPNOTERAPIJE IN REGRESIJE PREJŠNJIH ŽIVLJENJ ?

Glede na to, da sem sam prepričan, da so vse neprijetne situacije in vsi vzroki za nastanek odvisnosti, strahov, napetosti, nesreče, nezadovoljstva in konec koncev tudi bolezni, v človeku samem, je samo vprašanje, kdaj, v katerem trenutku so ti vzroki dobili priložnost in moč, da povzročijo vse tisto, česar nočemo.

Verjamem, da je človek sožitje (bolj ali manj posrečeno) duše, telesa in duha. Če se ti trije ne razumejo pride do konflikta, ki je včasih rešljiv že samo s tem, da se poskusimo vživeti in razumeti tisti drugi del.

Kdaj je ta konflikt nastal in kaj je prineslo nerazumevanje v nas?

Ne vemo, saj naš analitičen in logičen um ne dovoli, da bi razmišljali o tem.

Ko se podamo v hipnozo in logični del naše zavesti zaobidemo, postanejo zadeve enostvnejše.

Takrat se lahko svobodno gibljeno po času in ugotavljamo, kaj je povročilo in kdaj je bila povzročena, nebodijetrebna, situacija, ki se odraža v trenutnem slabem počutju, odvisnosti, strahu, fobiji, prekomernem hrajenju ali glavobolu....

Pravzaprav gre samo zato, da dopustimo, da se je situacija dogodila enkrat v naši preteklosti, lahko tudi v kakšnem prejšnjem življenju. Tam in takrat, na situacijo pogledamo iz drugega zornega kota in poiščemo **DOBER NAMEN, nauk, pouk, poduk**. In situacija postane nekaj povsem drugega.

REGRESIJA PREJŠNJIH ŽIVLJENJ

Velikokrat se nam zgodi, da srečamo človeka, za katerega ne vemo od kje ga pozamo pa vendar vemo, da smo ga že srečali. Velikrat se nam v življenju zgodijo situacije, ki v nas povzročijo razburjenje, izrazito dobre ali slabe občutke in čustva. Zgodi se nam, da smo vezani na človeka, ki je morda naš partner ali prijatelj ali kateri od družinskih članov...morda otrok ali sestra ali bratranec v tretjem kolenu, ki je do nas neprijazen, pokroviteljski ali je njegovo obnašanje nam neprijetno.

Včasih čutimo bolečino v delu telesa za katerega točno vemo, da je zdrav, da ni bil nikoli poškodovan pa vendar je bolečina včasih neznosna in nam niti približno ni jasno, kaj se tam dogaja. Takrat se lahko odločimo za regresijo in "gremo pogledat" kaj je tisto, kar vse to povzroča....in ne le to, v regresiji lahko na ljudi ali dogodke pogledamo iz drugega zornega kota, dobimo nov uvid in zgodi se čudež....saj se veliko težav enostavno razblini, bolečina izgine in mi postanemo lažji in srečnejši.