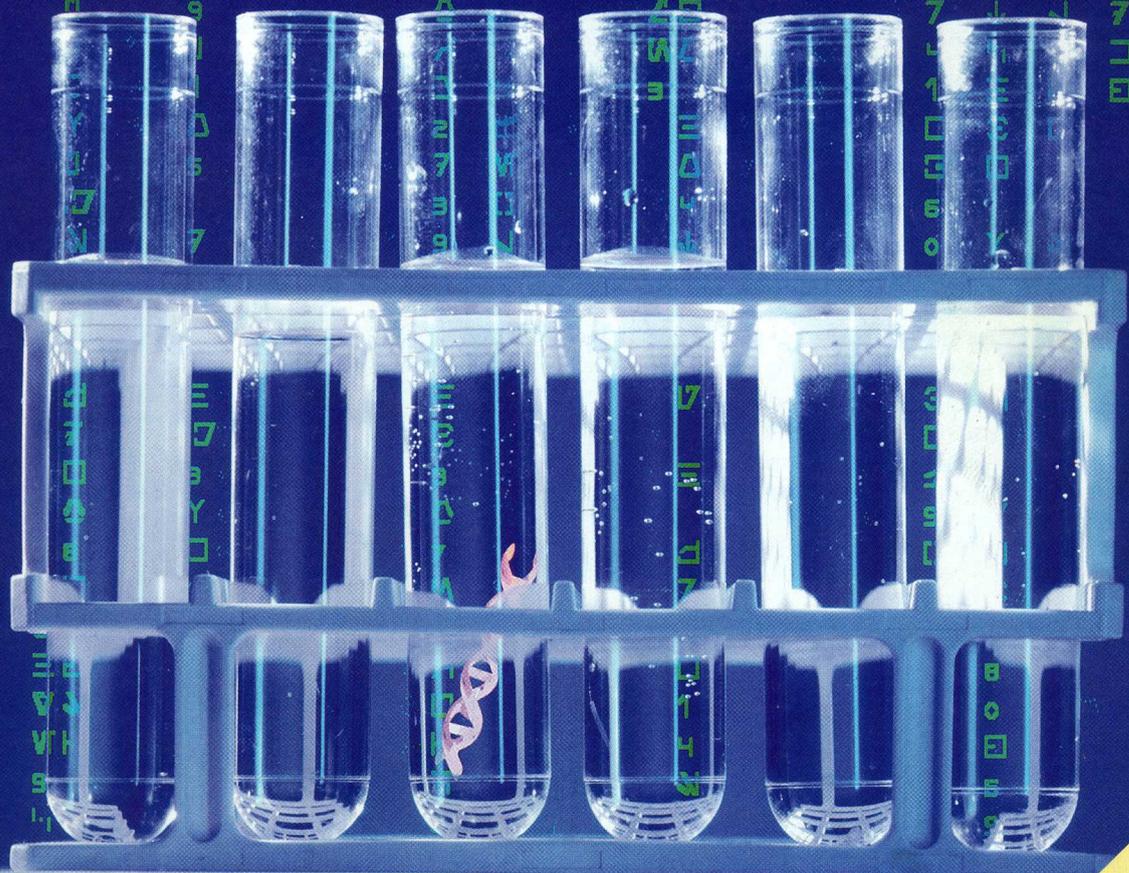


Pulsar



**STROM AUS DEM ALL
DIE WISSENSCHAUFLER
WISSEN SCHAFFT MACHT**

Die Zeitschrift für Gesundheit,
Therapie und Innere Entwicklung
www.pulsar.at

IN TRANCE

Hypnoseforschung

Hypnose ist Heilung durch Verständnis und liebevolle Kommunikation mit den nicht bewussten und wenig bewussten Ebenen des Menschen. Tatsächlich umgibt uns der Zustand der „Hypnose“, der „Trance“ täglich. Jeder Mensch kennt dies, als „ins Narrenkastel schauen“, oder völlig vertieft in Gedanken, in ein Thema, in eine Tätigkeit. Die Aufmerksamkeit ist voll fokussiert, sodass ebenso reale Bereiche der Umwelt nicht wahrgenommen werden. Lange Autofahrten sind dazu ein probates Beispiel, oft fragen sich die Betroffenen dann, wo die letzten paar Kilometer geblieben sind.

Das Wort Hypnose lässt sich auf Hypnos zurückführen, des griechischen Gott des Schlafes. Tatsächlich fühlt man sich nach Hypnose, Trance, erfrischt, erholt und entspannt – bei richtiger Anwendung. Trance – die „Entrückung“, wenn man den Sprachwert rückübersetzt, bedeutet also – vom Alltagsgeschehen die Aufmerksamkeit abgezogenen und auf eine andere Ebene des Seins zuströmen zu lassen. Diese „anderen“ Ebenen sind in der Psychologie, je nach Gedankenkultur und Stil als Höheres Bewusstsein, als Niederes Bewusstsein, oder einfach spiritueller Übungen wirken in diesen Bereichen. C.

G. Jung, auf dessen Forschungen und Veröffentlichungen unsere Archetypenlehre basiert, fand als einer der ersten Psychologen heraus, dass das menschliche Sein nicht nur im Bewusstsein, sondern sogar sehr stark im unbewussten Bereich agiert und reagiert. So wird verständlich, dass jede Hypnose eine Selbsthypnose ist, da der Betreffende sich mit diesen nicht bzw. weniger bewussten Ebenen „unterhält“. Der Hypnotiseur kann dazu Wegbegleiter sein, Der Begriff „Fremdhypnose“ bedeutet also „geführte Anleitung zum Selbst“, wobei der Betreffende niemals willenlos ist! Es ist nur möglich, ge-

wünschte Veränderungen zu bewirken, wenn dies dem Wunsch und dem Charakter des Betreffenden tatsächlich entspricht. Wäre dies nicht so, würden hypnotische Befehle zurückgenommen und abgewiesen werden. So ist Hypnotherapie als Summe von Vorschlägen zu sehen, die in einer den unbewussten Ebenen verständlichen Sprache vorgelegt werden, dies aber immer vom Betreffenden bejaht oder abgelehnt sein kann. Bei indirekter Hypnose kann durch NLP – Neurolinguistisches Programmieren, durch Körpersprache und gezielte Mimik auch bei sogenannten „Unhypnotisierbaren“ der Weg ins Unbewusste gefunden werden und somit Blockaden gelöst sein.

Showhypnose: Bei Showhypnose fehlt den Hypnotisierten zwar oft die Erinnerung an das Geschehene, jedoch nur, weil sie schon vorher daran glaubten, dass dies geschehen würde. Katalepsie die werbewirksame Form der Showhypnose, in der ein erwachsener Mensch leicht mit dem Kopf auf einer Unterlage ruht und die Fersen auf einer Unterlage ruhen, dazwischen offensichtlich nichts, das den Körper hält, wird bei Veranstaltungen zwar oft demonstriert, beruht aber auf demselben System:



die Hypnotisierten glaubten daran. Das sprichwörtliche „Es geschehe jedem nach seinem Glauben“ kann und soll aber zu Heilung, Gesundheit und Glückseligkeit führen.

Die Hypnotherapie dient dazu, dem Menschen zu helfen, den persönlichen Weg zu finden oder am Weg zu bleiben, ohne vorzugeben, wie der Weg zu sein hat. Echte Hypnotherapie ist somit ein heilsames „Werkzeug“, um in kürzester Zeit ehrlich gewünschte Veränderungen in fast allen Lebensbereichen herbeizuführen und echte Ziele zu erreichen. Beste Ergebnisse sind bei Phobien, Lernschwierigkeiten, Kontaktproblemen, Schmerzausschaltungen bei akuten und chroni-

schem Leiden zu erzielen. Auch Vitalitätssteigerung, Kreativitätsförderung und Lösung von Suchtverhalten sind erfolgreiche Anwendungsgebiete. Natürlich lassen sich auch Partnerschaftsschwierigkeiten besonders gut „heilen“, denn meist handelt es sich eher um Kommunikationsprobleme als um Mangel an Liebe.

A propos Liebe: Ohne Liebe geht's auch hier nicht! Denn das Wichtigste ist, sich selbst zu lieben. Nur wer sich selbst liebt, erlaubt sich tief innerlich, glücklich, gesund, lebensfroh und vital zu sein! ■