Hypnose: Auf der Suche nach den Ursachen einer Erkrankung

Kennen Sie das: Beim Grübeln über ein Problem schweifen Sie irgendwie ab. Der Blick ist auf etwas Unwichtiges gerichtet, aber Sie sehen es gar nicht, Sie sind in Wirklichkeit ganz woanders. Und dann „erwachen" Sie wieder und haben eine gute Idee. Sie hatten einen Tagtraum und waren ganz automatisch in einer Wachtrance, in einem hypnotischen Zustand.

Zugriff auf das Unbewusste

Durch die Wachtrance haben Sie den Teil des Gehirns, der für unser Denken zuständig ist, den Präfrontalkortex, zu einem großen Teil ausgeschaltet. Dadurch hatten Sie einen besseren Zugriff auf das limbische System, den ältesten Teil

unseres Gehirns, der unser Unbewusstes repräsentiert.

Unser Unbewusstes ist nicht nur der Entstehungsort unserer Kreativität, sondern es kennt auch unsere inneren Vorgänge. Es war bei all unseren schönen und weniger schönen Erlebnissen dabei. Und es steuert all unsere vegetativen Vorgänge wie die Verdauung, das Hormongleichgewicht und unser Immunsystem. Warum also nicht das Unbewusste fragen, wenn etwas in diesen Systemen nicht stimmt?

Symptome zeigen innere Konflikte

Symptome entstehen oft daraus, dass das Unbewusste Selbstschutzmechanismen installiert, die in der Kindheit hilfreich waren, einen erwachsenen Menschen jedoch zunehmend an seiner Selbstverwirklichung hindern. Denn mit zunehmender Reife benötigen wir diese Schutzmechanismen nicht mehr. Wenn sie sich nicht von allein in der Pubertät auflösen, merkt man im Laufe seines Lebens immer stärker, dass etwas nicht stimmt. Das kann sich darin äußern, dass man das Gefühl hat sich selbst im Weg zu stehen, immer an die falschen Menschen zu geraten oder eben immer mehr Symptome wie chronische oder wiederkehrende Schmerzen oder andere chronische Erkrankungen entwickelt.

Widerstände gegen Veränderung

Dummerweise lassen sich diese Schutzmechanismen und die daraus resultierenden Verhaltensmuster nicht mit dem Bewusstsein auflösen, da sie tief im unbewussten, limbischen System gespeichert sind. Im Gegenteil, versucht man dann sich auf eine Veränderung zu programmieren, zeigen sich oft innere Widerstände, die die Veränderung zu verhindern suchen. Das fühlt sich dann wie ein innerer Nebel an und die gewünschte Veränderung verkehrt sich ins Gegenteil.

Hypnose für den Dialog mit dem Unbewussten

In der analytischen Hypnose haben wir im Rahmen einer Wachtrance die Möglichkeit, das Unbewusste mit dem Bewusstsein kommunizieren zu lassen. Das

kann über eine innere Reise auf die Zauberwiese geschehen, bei der man Anteile der eigenen Persönlichkeit in Form von bildhaften Gestalten trifft und mit ihnen verhandelt. So kann einen die weise Instanz stärken und den Weg zur Lösung seiner Probleme weisen. Der innere Freund & Helfer unterstützt einen auf seinem Weg innere Widerstände, innere Saboteure, Problemteile oder Lösungsteile zu treffen und mit ihnen zu verhandeln. Auch andere Anteile wie der kreative Teil, der innere Heiler, der gute Geist der Familie und andere innere Ressourcen stehen einem auf der Zauberwiese und darüber hinaus zur Verfügung.

Oder man erfragt direkt die Funktion hinter den Symptomen, um so an die Ursachen zu kommen. Auch Glaubenssätze, innere Verbote, Gebote, Hemmungen, Abspaltungen von inneren Anteilen und Traumata – selbst aus dem Familiensystem und von den Ahnen – lassen sich systematisch mit der Autosystemhypnose auffinden und lösen.

Es ist eine selbstorganisatorische und daher sehr sanfte, trotzdem sehr wirkungsvolle Methode bei jeder Art von psychosomatischen oder psychischen Problemen (sofern keine akute Psychose, Schizophrenie oder Demenz vorliegt). Und es ist eine Hilfe zur Selbsthilfe, die übrigens auch wunderbar per Skype oder Zoom funktioniert. Sie werden erstaunt sein, welche Themen Sie hinter Ihren Symptomen finden. Denn schon in alten Zeiten wusste man, dass die Seele den Körper sprechen lässt, wenn der Mensch nicht auf sie hört.

Belastungen aus verschiedenen Bereichen

Christina von Dreien sagte einmal, dass es verschiedene Schichten um uns herum gibt, die uns von unserem wahren Selbst und dem göttlichen Teil in uns abhalten. Diese Schichten würden aus psychischen Belastungen aus unserem eigenen Leben, von unseren Ahnen übernommenen Belastungen und aus Belastungen aus früheren Leben bestehen. Mit der Hypnose können wir Schicht für Schicht um uns herum abtragen und so immer mehr zu unserem wahren Selbst durchdringen.

Ich unterscheide in meinem Hypnose-Setting nicht zwischen Dingen aus diesem und Dingen aus früheren Leben. Man kann auch in der Wachtrance zu Ursachen aus früheren Leben reisen. Wenn jemand dafür offen ist, dann machen wir es situativ, so wie es sich vom Unterbewussten zeigt, ganz

selbstorganisatorisch. Mehr dazu finden Sie in meinem Beitrag zur Reinkarnationshypnose.

Hypnose-Coaching

Wenn Sie mit mir Ihren Symptomen & Erkrankungen und den dahinter liegenden inneren Konflikten auf den Grund gehen wollen, schreiben Sie mich gerne an und geben dabei an, wann wie ich Sie am Besten telefonisch erreichen kann, dann erkläre ich Ihnen den Ablauf in einem kurzen Vorgespräch. So können Sie auch einen Eindruck gewinnen, ob zwischen uns die Chemie stimmt. Wenn Sie möchten, vereinbaren wir dann einen Termin für eine Online-Hypnose via Skype oder Zoom. Sie sitzen dabei ganz normal vor Ihrem Bildschirm und lassen sich von mir in eine leichte Wachtrance führen, bei der Ihr Bewusstsein jederzeit zugänglich ist. Sie können die gesamte Hypnose selbst steuern und sich hinterher auch an alles erinnern. Ich leite Sie lediglich dabei an, in einen inneren Dialog zwischen Ihrem Unbewussten und Ihrem Bewusstsein zu gehen, helfe Ihnen die inneren Konflikte zu erkennen und zeige Ihnen Wege auf, diese liebevoll aufzulösen. Diese Methode ist gar nicht suggestiv.

Freie Termine können Sie hier einsehen.

Links

Einbei eine kleine Videoeinführung über den Ablauf einer Hypnose:

https://natuerliche-therapie.de/wp-content/uploads/2021/08/Hypnose-Einleitung_480.mp4
(Anbei der Link: https://natuerliche-therapie.de/wp-content/uploads/2021/08/Hypnose-Einleitung_480.mp4)

In einem Interview mit Britta Trachsel für den Podcast Higher Love habe ich von meinem Weg zur Hypnose erzählt und am Ende eine kleine Live-Hypnose angeleitet.