

Corso di Ipnosi Lezione 3

Alcune domande relative allo stato Ipnotico

Le seguenti domande sono poste frequentemente dalle persone prima di essere ipnotizzate. Spesso ve le faranno appena incomincerete a parlarne. Dovrete quindi sapere rispondere:

CHI PUO' ESSERE IPNOTIZZATO?

Abbiamo ipnotizzato migliaia di persone, tanto individualmente quanto in gruppo, senza trovare una persona che non possa essere ipnotizzata. Si tratta di una capacità naturale di ogni essere umano. Si tratta della capacità ad entrare dentro sè stessi.

CHE PUO' ACCADERE SE NON MI RISVEGLIATE?

Non c'è rischio che una persona non esca dallo stato ipnotico. E' impossibile rimanere ipnotizzati. Anche se l'ipnotista se ne andasse mentre la persona è in stato ipnotico, la persona scivolerebbe in uno stato naturale di sonno, svegliandosi quando fosse riposata.

C'E' QUALCHE PERICOLO CON L'IPNOSI?

L'unico modo nel quale l'ipnosi potrebbe essere pericolosa potrebbe essere se usata per eliminare il dolore. Una persona liberata ipnoticamente dal dolore di un mal di stomaco, ad esempio, non avrebbe il dolore a farle sapere che c'è un problema medico.

L'ipnosi è uno stato naturale al quale siamo naturalmente predisposti, come il dormire o lo stare "svegli". E' lo stato in cui la nostra mente è piu' recettiva. Si osserva regolarmente che dopo la maggior parte delle sedute ipnotiche, i soggetti raccontano che dormono meglio la notte e sono piu' rilassati nelle faccende quotidiane.

POTREI FARE QUALCOSA CONTRO LA MIA VOLONTA'?

Mentre sei ipnotizzato, sei cosciente di tutte le suggestioni che ti vengono date, e non farai nulla che non sei contrario a fare. L'ipnosi è in realtà uno stato di maggiore coscienza. Puoi anche ricordare più facilmente, ed avere maggior controllo di te stesso.

CHI E' DEBOLE DI MENTE E' PIU' IPNOTIZZABILE?

No. Le persone con una mente forte ed una forte volontà che vogliono essere ipnotizzate ottengono eccellenti risultati dall'ipnosi.

L'IPNOSI PROVOCA ASSUEFAZIONE?

No, l'ipnosi è uno stato di rilassamento molto piacevole, assolutamente naturale.

COSA CAPITA ALLA COSCIENZA?

Le tecniche ipnotiche sono una scala per scendere all'interno di noi stessi ed esplorare il nostro animo. Socrate diceva "conosci te stesso", ma per farlo bisogna avere gli strumenti. Possiamo guadagnare maggiore coscienza del momento presente. Attraverso le tecniche ipnotiche possiamo andare oltre la nostra abituale percezione della realtà esplorando nuove affascinanti possibilità. Le tecniche ipnotiche possono permetterci di gettare uno sguardo sul nostro sè interiore, che è sempre lì, ma del quale non ci rendiamo conto.

La trance può aprire la strada verso profonde e nuove esperienze interiori. Da sempre l'ipnosi è stata la porta verso nuove dimensioni.