**Spirituelle Hypnose**

**Erfahrungsebenen**

Eine Spirituelle Hypnose ist nicht nur spannend und erhellend, sondern auch sehr heilsam. Wir lassen alten Ballast los, der nicht nur aus Erfahrungen dieser gerade gelebten Existenz herrührt, sondern auch andere Ursachen haben kann, die hier mitberücksichtigt werden können. Wir sind multidimensionale Wesen und als diese auf unterschiedlichen Existenzebenen gleichzeitig unterwegs. Wollen wir etwas wirklich nachhaltig bereinigen, dann reicht es nicht aus, dies nur auf der körperlichen Ebene zu tun.

Wenn wir Entscheidungen treffen, werden wir stark vom Unterbewusstsein beeinflusst.

Probleme entstehen, wenn Unverarbeitetes (ungelöste Themen und Konflikte) in dessen Speicher liegt. Je mehr davon dort lagert, desto instabiler und empfindlicher sind wir, desto mehr Schmerz fühlen wir und desto irrationaler werden unsere Handlungen. Wir lassen uns von den negativen Emotionen leiten, die den unverarbeiteten Gedanken anhängen.

Erfahrungen werden :

* vom ***Überbewusstsein*** (Geist) erzeugt,
* vom ***Wachbewusstsein*** (Verstand) verstanden und
* vom ***Unterbewusstsein*** abgelegt und gespeichert.

Die Erfahrungen unserer Seele können auf 4 Ebenen abgelegt sein:

1. ***Körperliche Ebene (Verstandesursachen)***

🡪 Erfahrungen aus dem aktuellen Leben, abgebildet im Gehirn, die mit den mitgebrachten Erfahrungen aus der genetischen Ebene abgeglichen werden

1. ***Genetische und epigenetische Ebene (systemische Ursachen)***

🡪 in dieses Leben mitgebrachte und im Zellgedächtnis abgespeicherte physische Merkmale und seelische Erfahrungen der Vorfahren

1. ***Historische Ebene (karmische Ursachen)***

🡪 frühere oder parallel verlaufende Erfahrungen der Seele in anderen Körpern, Zeiten, Dimensionen und an anderen Orten

1. ***Seelische Ebene (geistige Ursachen)***

🡪 (Leben der Seele zwischen den Inkarnationen in der geistigen Welt, ohne eine

Bindung an Körper, Raum und Zeit

Alle diese Bereiche können in der Spirituellen Hypnose zugänglich gemacht werden, um Unverarbeitetes ausfindig zu machen und durch Nachbearbeitung zu neutralisieren, sodass verdrängte Erinnerungen keinen schädlichen Einfluß mehr auf das Hier und Jetzt haben. Informelles wird genutzt, um Orientierung zu geben, Falsches wird richtiggestellt.

**Den Verstand richtig füttern**

Während die geistige Wahrnehmung die höchste Ebene des menschlichen Bewusstseins darstellt, unterliegt der Verstand der niedrigsten Stufe.

Der Verstand muss sich immer alles erklären und grübelt so lange, bis er zufrieden ist.

Dabei versucht er, sich sein Bild über die äußere Realität zu machen, die allerdings nur das Abbild der inneren darstellt. Somit erklärt sich ihm immer nur ein winziger Teil.

Solange der Zugang zu tiefer liegenden Schichten verwehrt bleibt, kann sich auch kein Gesamtbild erschließen. Hat er keinen Zugang zu den Ebenen 2-4, kann er allenfalls Gedankenkonstrukte erschaffen, die mit der Wirklichkeit nicht unbedingt viel zu tun haben.

Wir nutzen die Hypnose, um durch Tiefenentspannung das Loslassen des nach außen gerichteten Verstandesdenkens zu ermöglichen, wodurch eine ganzheitlichere Sichtweise mit einem unverfälschteren Blick auf die innere Wirklichkeit stattfindet. Wir erlangen ein höheres Verständnis, je tiefer wir kommen, weil sich das Spektrum so erweitert, dass immer mehr ersichtlich wird. Je mehr ins Feld kommt, desto klarer erschließen sich Zusammenhänge ganz von alleine, die echten Sinn ergeben. Je entspannter der Klient in der Hypnose ist, desto mehr kann er sehen, und je mehr er sieht, desto mehr entspannt er sich durch das Begreifen der Hintergründe.

**Warum kann es sehr hilfreich sein, eine Spirituelle Hypnose auszuprobieren?**

Während in der Regressionshypnose normalerweise nur das aktuelle Leben in diesem Körper mit seinen Erinnerungen aus Gedanken, Gefühlen und Körperwahrnehmungen betrachtet wird, wird in der Spirituellen Hypnose der Erfahrungsraum um karmische, systemische und geistige Ursachen erweitert. Der Klient erhält Informationen über verschiedene gelebte Rollen in Vorleben oder parallelen Welten, über systemische Zusammenhänge bezüglich der Ahnen und der Seelenfamilie und über Entscheidungen, die die Seele vor ihrer jetzigen Inkarnation zusammen mit ihren geistigen Helfern und dem Rat der Weisen getroffen hat. Das ist wichtig für die Heilung, denn wer ein allumfassenderes Gesamtbild hat und darin einen höheren Sinn und Zweck erkennt, erreicht ein höheres Verständnis, was die Aussöhnung mit einem harten Schicksal ermöglicht. Eine wirklich authentisch empfundene Vergebungshaltung aus tiefstem Herzen heraus ist Grundlage für die Wiederherstellung des eigenen Seelenfriedens.

**Umgang mit den inneren Bildern und Sequenzen**

In der Spirituellen Hypnose tauchen durch die Bewusstseinserweiterung neue Erinnerungen und Wahrnehmungen auf, die sonst vom begrentzen Verstand im Tagesbewusstsein nicht erreicht oder nicht begriffen und damit ausgeblendet wurden.

Manchmal rutscht ein Klient auch während einer Regressionsarbeit in ein sogenanntes „früheres Leben“ und nimmt Ereignisse wahr, die nichts mit seiner jetzigen Verkörperung zu tun haben. Ob es sich dabei wirklich um eigene Vorleben oder anderweitig gespeicherte Erinnerungen handelt, ist dabei unwichtig. Wir wissen nicht, aus welcher Ebene das Unterbewusstsein seine Bilder und Eindrücke gerade schickt, oder ob sie gar im Moment nur rein metaphorisch zu verstehen sind. Es geht um die Wirkung und den Einfluss auf das Bewusstsein heute.

Alle Bilder, die ein Klient in der Hypnose empfängt und ganz hautnah aus sich selbst heraus erlebt und erfühlt, haben mit ihm zu tun, denn er hat sie sich irgendwann zu eigen gemacht, wann und wodurch auch immer. Alles, was mit uns in Resonanz geht und damit Wirkung auf uns hat, beeinflusst unser Leben – maches positiv, anders negativ. Eigene Erfahrungen wiegen dabei genauso schwer wie mitgefühlte oder übernommene, z.B. die der Vorfahren. Die abgespeicherten, für wahr gehaltenen und damit verinnerlichten Informationen, die selbst erlangt, übertragen, falsch oder richtig sein können, werden gezeigt, damit man sie in der Hypnose auf Wahrheitsgehalt und Gültigkeit untersuchen kann. Falsche Informationen entspringen einem Wissensmangel und müssen korrigiert werden, damit es uns wieder besser gehen kann. Und je tiefer und ursprünglicher sie ausgegraben und bereinigt werden, desto besser geht es uns im Anschluss an so eine Sitzung.

Das ist der große Gewinn, wenn man sich für eine spirituelle Hypnosesitzung entscheidet, bei der man in frühere Leben und ins Zwischenleben der Seele geführt wird. Besonders für Menschen in Trauer erschließt sich hier eine neue Welt jenseits des Verstandes, die einfach nur tröstlich ist. Leben und Lebendigkeit beschränkt sich nicht nur auf diese Existenz. Darum können auch heilsame Begegnungen mit Verstorbenen stattfinden. Außerdem lassen sich Schicksalschläge leichter ertragen und verarbeiten oder besondere Schwierigkeiten besser lösen, wenn man weiß, dass nichts zufällig so gekommen ist, und dass ein tieferer Sinn dahinter liegt. Die Anstrengungen, die wir unternehmen, um an Herausforderungen zu wachsen, statt zu stagnieren, waren nicht umsonst, wenn es nach dem körperlichen Tode weitergeht. Ein Mensch, der den Tod kennt, kann ganz anders leben. Das verändert die Sichtweise für vieles enorm und läßt Gelassenheit einkehren, wo andere noch in Ängsten feststecken. Wir wissen dann: Nichts geht verloren, wir existieren alle weiter und erlangtes Wissen und Verständnis nehmen wir mit, genau wie unsere Liebesfähigkeit. Nichts wurde umsonst gelebt oder erlitten. Wir können aus jeder Erfahrung schöpfen. Zu dieser Erkenntnis selbst über das eigene Erleben gekommen zu sein ist etwas ganz anderes, als nur davon erzählt zu bekommen oder davon gelesen zu haben.

**Überwindung der Angst**

Niemand muss Angst haben, dass in der Hypnose Bilder auftauchen, die nachher hängenbleiben. Hängenbleiben kann immer nur das, was nicht verarbeitet wird. Und nicht verarbeitet wird immer nur das, was uns überfordert, weil wir uns in der Not alleingelassen fühlen und keiner da ist. der uns auffängt oder aufklärend hilfreich zur Seite steht.

In der Hypnose sind wir nicht allein. Der Therapeut hilft uns dabei, die Bilder zu verstehen und richtig einzuordnen. Aber der wichtigste Helfer sind wir selbst! Da wir in die Vergangenheit schauen, wird immer dass heutige Bewusstsein zu Hilfe genommen, welches natürlich weiter entwickelt ist und aus der jetzigen Sicht natürlich die Situation ganz anders betrachtet und bewertet als damals. Das reife Ich hilft dem unreifen, sich aus seiner Erstarrung zu lösen. Es kann mit seinen gesammelten Erfahrungen dem früheren mit Rat und Tat zur Seite stehen, und niemand Fremdes muss hier hereinpfuschen. Da jedee Seele anders aufgestellt ist, ist sie auch immer der beste Experte für sich selbst.

Die wahrgenommenen Bilder des Unterbewusstseins werden vom Überbewusstsein korrigiert, nicht vom Verstand. Der legt sie nur ab. Es taucht auch nur das auf, was vom jeweiligen Bewusstseinsstand des Klienten schon verarbeitet werden kann.

Außerdem befindet man sich in einer tiefen Hypnose in einem maximalen Entspannungszustand. Angst erzeugt Anspannung, und wer sich für Hypnose und somit Entspannung entscheidet, kann nicht gleichzeitig angespannt sein. Die wahrgenommenen Situationen werden zwar subjektiv erfahren, trotzdem aber mit einem ruhigen, gelassenen und damit objektiv-distanzierten Blick beurteilt. Es braucht den Abstand, um noch mal klarer seine Situation und andere Menschen und ihr Verhalten uns gegenüber unverzerrt einschätzen zu können. Wenn der Verstand oder unverarbeitete Emotionen mitmischen, fällt Objektivität schwer oder ist, besser gesagt, gar nicht möglich. Wir bleiben in den alten Strukturen gefangen. Vergebung kann nicht stattfinden und ungelöste Themen bleiben Themen, die uns nicht loslassen.

Ein negatives Gefühl wie Angst macht das Bewusstsein und damit Körper und Geist eng. Der Mensch koppelt sich immer mehr von sich selbst ab und findet dann nicht mehr zurück in die wohltuende Gelassenheit. Ein Teufelskreis! Orientierung gebende Aufklärungsarbeit kann diese leicht wieder erzeugen, läßt man es zu. In der Hypnose geschieht genau das und die Angst kann überwunden werden. Das Nervensystem glättet sich und beginnt, sich zu regenerieren. Aus quälenden Fragen des Warums erschließen sich heilsame Antworten, und die Enegie, die man vorher an die Dunkelheit verschwendet hat, kehrt wieder zu einem zurück, was automatisch eine Zunahme an Kraft, Stabilität und Selbstschutz erzeugt.

**Erkenntnissgewinn in der Spirituellen Hypnose und Auflösung der Probleme**

Transformation geschieht durch Neubewertung und Veränderung der Sichtweise. Was wir früher als Realität akzeptiert haben, muss heute keine Gültigkeit mehr haben. Alles, was auf unser Glaubens- und Wahrnehmungssystem einwirkt – und egal wie lange es her ist, solange es nicht vearbeitet ist, wirkt es weiterhin ein – verändert unsere Gefühlslage. So wie wir fühlen, so leben wir. Darum ist es wichtig, Falschinformationen aufzulösen oder zu überschreiben. Die Spirituelle Hypnose deckt so etwas auf, wobei nur das ins Bewusstsein gelangt, was für die Heilung wichtig ist, und wofür der Klient schon reif genug ist. Wird der rote Faden erkennbar, kann er bearbeitet werden. Die Negativspirale wird unterbrochen.

Wie „erinnern“ uns in der Spirituellen Hypnose an andere Zeiten und Orte und bringen diese Bilder und Sequenzen, die aus der Tiefe auftauchen, weil wir um Erklärung heutiger Probleme bitten, mit dem Hier und jetzt in Verbindung.

Besonders spannend wird es, wenn wir Akteure unseres aktuellen Lebens energetisch erkennen, und sich plötzlich dadurch zu erklären beginnt, wo unsere Schwierigkeiten herrühren, warum wir sie durchmachen und wie wir diese beseitigen können. Oft reicht eine kurze Vergebungsarbeit auf Seelenebene aus, um mit sich und anderen wieder ins Reine zu kommen, was den Seelenfrieden auf beiden Seiten wiederherstellt.

**Fragen in der Spirituellen Hypnose, die man sich stellen kann**

Im Prinzip kann man sich jede Frage stellen, als würde man die Glaskugel befragen, die ja auch nichts anderes als ein Werkzeug zur Erreichung eines hypnotisch-fokussierten Entspannungszustandes ist.

Oft gestellte Fragen sind:

* *Warum habe ich diese Ängste?*
* *Was ist meine Lebensaufgabe?*
* *Was ist meine Berufung?*
* *Bin ich auf dem richtigen Lebensweg?*
* *Warum komme ich im Leben nicht voran?*
* *Warum manövriere ich mich immer wieder in dieselben Situationen?*
* *Warum ziehe ich immer dieselben Menschen / Probleme ins leben?*
* *Warum bin ich ausgerechnet in dieser Familie groß geworden?*
* *Warum komme ich von diesem Mann (dieser Frau) nicht los?*
* *Warum habe ich mir diesen Körper mit den Defiziten (oder Makeln o.ä.) ausgesucht?*
* *Gibt es ein Leben vor oder nach dem Tod?*
* *Wer war ich in früheren Leben?*
* *Was hat das mit meinem jetzigen Leben zu tun?*
* *Wie geht es meinem Verstorbenen?*
* *Welche Lösung gibt es für ...?*

Seien Sie also neugierig und offen für jede Antwort. Dann ist die Spirituelle Hypnose in jedem Falle eine Bereicherung, die ihr Leben verändern kann.