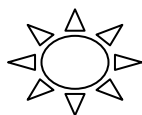


MANUAL DE
HIPNOTERAPIE,
HIPNOTERAPIE MEDICALĂ NIV.1
HIPNOTERAPIE SPIRITUALĂ



DR. ELENA GABOR,
INSTRUCTOR DE HIPNOZĂ

Studii de Caz de Hipnoterapie, Terapia de Regresie în Vieți Anterioare și Regresia în Viata dintre Vieți

TRIUMFUL SPIRITULUI UMAN ASUPRA LIMITARILOR VIEȚII FIZICE

CAZUL 1 - Bărbat, cu cancer de colon- carcinom, stadiul 3. Am avut 3 sesiuni de hipnoterapie.

Cancerul a fost detectat cu 2 ani înainte de sesiunile de hipnoterapie. Pacientul a trecut prin mai multe runde de chimioterapie și radioterapie. Ca urmare, se părea că cancerul a dispărut, dar medicii au descoperit mai târziu că boala a recidivat și afecta și alte organe, cum ar fi ficatul. Când am avut prima sesiune, clientul trecea printr-o altă rundă de chimioterapie. Se simțea pierdut, trist și uneori deprimat. Dormea toată noaptea (opt ore pe noapte) dar cu toate acestea se simțea slăbit dimineața. El declara că avea o dietă sănătoasă.

Sesiunea 1. Am folosit meditație ghidată pentru vindecare / scriptul „Relaxare progresivă cu lumină” pentru a-l ghida în hipnoză, punând accent pe lumina albă / lumina vindecătoare care îi infuzează toate organele și glandele, în special zonele în care a avut cancer. Apoi l-am îndrumat spre Lumină și l-am rugat să rămână acolo pentru a se încălca cu lumină / energie vindecătoare, în scopul de a reconstrui câmpul său energetic. De asemenea, i-am dat sugestii pentru vindecare, pozitivitate, optimism, iubire de sine, iertare de sine și încrederea în sine. I-am oferit o înregistrare pentru depășirea tristeții și depresiei și o înregistrare pentru practică la domiciliu, atât înainte de culcare cât și în timpul zilei.

Sesiunea 2. Clientul a declarat că s-a simțit mai pozitiv și a dormit mai bine. Pe parcursul procesului de regresie, a văzut o viață din trecut în care era un tânăr om de afaceri care lucra într-o companie în domeniul comerțului și era foarte stresat la locul de muncă. Trebuia să concedieze pe cineva, a avut o întâlnire cu acea persoană și acea persoană l-a înjunghiat în zona abdominală. Ca urmare, el a murit. Apoi, s-a văzut pe sine ca o ființă transparentă care călătorea într-un grup departe de Pământ. Se simțea liber.

În continuare, s-a văzut pe sine însuși în războiul civil din SUA ca un soldat tânăr într-un pat de spital, așteptând să îi fie amputat un picior. Mai târziu, s-a văzut predând unor copii istorie cu mare mândrie, încredere în sine, având sentimente pozitive despre experiența sa. Pacientul nu a permis ca experiența din război să-l marcheze într-un mod negativ. De fapt, l-a făcut mai puternic și l-a apropiat mai mult de adevărata lui natură. I-am oferit o înregistrare de meditație ghidată pentru vindecare.

Analiza regresiei: – lecția a fost că nu trebuie să permită cancerului să definească cine este el sau să-i diminueze încrederea și natura pozitivă; că spiritul uman triumfă asupra oricărei limitări fizice.

Sesiunea 3. Cu toate că l-aș fi putut ajuta pe acest client să exploreze mai multe dintre cauzele problemelor sale de sănătate, el a ales să facem o sesiune de hipnoza de sugestie și NLP (programare neurolingvistică) pentru îmbunătățirea creativității și a concentrării. Profesia sa cerea foarte multă creativitate. Am creat pentru el o înregistrare pentru îmbunătățirea creativității, capacității de concentrare, pentru pozitivitate și încredere în sine.

— — — — —∞ — — — — —

CAZUL 2 - Clientă cu o tumoare a nervului median pe antebrațul drept, tumoare care a fost îndepărtată chirurgical cu un an și jumătate înainte de sesiunea noastră. Ca urmare a procedurii chirurgicale, nervul median a fost afectat, iar pacienta și-a pierdut sensibilitatea la atingere în degetul mare, arătător și degetul mijlociu de la mâna dreaptă. Nu putea să-și miște cele 3 degete foarte bine și simțea că nu are suficientă putere în ele. Am făcut 3 sesiuni de regresie.

Sesiunea 1. I-am indus clientei starea de hipnoză prin utilizarea meditației ghidate pentru vindecare / scriptul „Relaxare progresivă cu Lumină”, punând accent pe lumina albă / lumina vindecătoare care să treacă prin întregul ei braț drept și nervul ei median, deschizând toate meridianele energetice ale brațului până la mână și varful degetelor. I-am sugerat să-și imagineze că lumina îi curge prin nervul median, impulsurile nervoase fiind propagate în mod corespunzător și ajungând până la vârful degetelor. I-am sugerat să-și imagineze că degetele își recapătă abilitățile lor normale de a percepe stimulii tactili. I-am sugerat să-și imagineze că lumina o ajută ca degetele ei să devină mai puternice. I-am spus să-și imagineze că întregul ei braț drept este făcut din lumină albă. După sesiune, clienta a spus că, în timpul meditației ghidate pentru vindecare cu lumină albă, a simțit senzații de furnicături puternice și căldură prin tot brațul drept precum și prin degetele de la mâna dreaptă și, de asemenea, prin degetul mare. După ce am condus-o în Lumină, i-am sugerat să meargă la sursele problemelor sale de sănătate, pentru a găsi rădăcinile cauzale ale tumorii.

Clienta a văzut o viață în care era soldat. Acesta a fost rănit la același braț în care ea a avut tumora în viața actuală. Ca urmare a răni, soldatul a dezvoltat o infecție și cangrenă în brațul drept și a suferit mai multe proceduri de amputație până spre zona umerilor. Lecția pe care acea viață i-a oferit-o a fost să învețe iertarea și iubirea necondiționată pentru sine și oamenii care au rănit-o ca soldat.

Într-o altă viață, clienta s-a născut în Africa fără brațul drept și a rămas fără părinți. Ea a trăit o viață în sărăcie. A ajuns să trăiască cu câini într-un hambar, mâncând din hrana pe care o primeau câinii. Oamenii o tratau ca pe un animal și o băteau. A fost o viață foarte traumatizantă și dureroasă. A murit tânără. Lecția de desprins din această viață a fost din nou iertarea și iubirea necondiționată pentru ea și pentru cei care au maltrat-o.

Într-o altă sesiune, clienta s-a văzut pe sine însăși în postura de medic chirurg care opera alte persoane. S-a văzut efectuând o procedură chirurgicală în care a deschis pieptul unui pacient. Ea era șeful/liderul echipei chirurgicale. De asemenea, se afla într-o relație homosexuală cu o altă femeie și a avut probleme de identitate sexuală în acea viață. A simțit că a murit sub un copac și că dintr-o dată Lumină a venit peste ea și ghizii ei a luat-o în Lumină. Lecția învățată a fost să fie

ea însăși în toate situațiile, să se elibereze de convingerile limitative și să creadă în forțele proprii și în capacitatea ei de a-și atinge obiectivele.

Clienta a mai văzut o altă viață în care era un marinar foarte liniștit, care se bucura cu adevărat de ocean. Se simțea echilibrat și împăcat când se afla pe ocean și s-a bucurat de acea viață. Sentimentele pe care clienta le-a avut în ipostaza de marinar au fost foarte pozitive și pașnice. Clienta a mers la Lumină și la Arborele Vieții și a vorbit cu îndrumătorii ei spirituali. Lecția pe care această din urmă viață i-a oferit-o a fost că acele sentimentele de pace, pozitivitate și echilibru sunt sentimentele pe care ea ar trebui să le perpetueze în această viață; că ar putea să aleagă să se simtă la fel ca și marinarul; să navigheze prin viață ca și marinarul, că acel marinar este ea, este o parte a ei-- este un aspect al sinelui său.

De fiecare dată când am avut sesiuni de hipnoterapie cu această clientă, pe măsură ce am îndrumat-o în tehnica de relaxarea progresivă cu lumină, ea a simțit lumina albă/ energia vindecătoare curgându-i prin braț, mână și degete, deschizându-i meridianele energetice. I-am dat înregistrări audio cu meditații ghidate pentru vindecare, pozitivitate, încredere și îmbunătățirea calității somnului. După ce a început sesiunile de hipnoterapie și cele de meditație acasă cu aceste înregistrări, a început să aibă mai multă putere în brațul drept și în degete, iar acum este în stare să facă activități pe care nu le putea face înainte. Medicii ei au fost surprinși de progresul pe care l-a făcut, dar mai ales de faptul că acum putea să miște degetul mare deși, după operație, ei considerau că ea nu îl va mai putea mișca.

— — — — ∞ — — — — —

CAZUL 3 - Clientă care a dorit să experimenteze procesul de regresie în vieți anterioare.

În timpul sesiunii, după ce am condus-o în starea de hipnoză, în Lumină și dincolo de ea pentru a intra în starea de supraconștient, i-am cerut să meargă la sursele problemelor cu care se confrunta în această viață. Clienta s-a văzut pe ea însăși în ipostaza unui soldat în Anglia în anii 1400. O clădire s-a prăbușit și soldatul a fost prins sub grinzi foarte grele. El a strigat după ajutor, dar nimeni nu l-a auzit; nu mai era nimeni în jur. Picioarele lui au fost grav rănite. În acea viață ca soldat, clienta s-a simțit blocată și în cele din urmă a murit acolo. Ea a recunoscut acele sentimente, îi erau foarte familiare. Se simțise blocată întreaga sa viață actuală.

Am continuat sesiunea cu tehnici de iertare și de iubire necondiționată pentru acea versiune anterioară / paralelă a ei și i-am administrat sugestiile corespunzătoare pentru a înlocui convingerile limitative legate de acea experiență.

Clienta a fost surprinsă și uimită de această călătorie de descoperire de sine.

— — — — ∞ — — — — —

CAZUL 4 - Clientă cu un caz complex. Am avut mai multe sesiuni, inițial o dată pe săptămână, apoi de două ori pe lună și apoi o dată pe lună.

Clienta avea o frică foarte puternică de moarte. În plus, avea un loc de muncă foarte stresant unde coordona mai mulți oameni. Ea era în recuperare după o dependentă de alcool și de droguri care durase timp de mai mult de două decenii. În copilărie, a fost foarte deprimată și obișnuia să își muște unghiile până la sângerare și să-și smulgă părul. Obiceiul de a-și smulge părul a rămas

de-a lungul întregii sale vieți, până când a rămas fără păr pe anumite zone ale scalpului (în special în zona occipitală) și a trebuit să poarte peruci. Smulsul părului nu era însă un gest conștient, ci era un obicei. De asemenea, ea obișnuia să aibă atacuri de panică. De curând, a intrat în perioada de menopauză. A suferit de depresie severă de-a lungul vieții. Timp de mulți ani a făcut psihoterapie și terapie medicamentoasă. A avut o cădere nervoasă cu un deceniu în urmă. Actualmente, lua medicamente pentru a putea dormi pentru că îi era greu pentru ea să meargă la culcare. De asemenea făcea terapie cu hormoni. Avea un soț sarcastic cu probleme de sănătate. Nu se simțea încrezătoare în viața ei personală; se simte vulnerabilă. Era critică și frustrată cu ea însăși. Momentan, învața să se iubească. Descria că are în medie 40% gânduri pozitive / 60% gânduri negative de-a lungul zilei. Folosea mâncarea ca o evadare, mănâncând prea multe produse ce conțineau zahăr procesat, junk food și cantități prea mari de alimente. Vroia să piardă în greutate.

Sesiunea 1. Sesiunea de optimizare a gândirii prin terapia de sugestie pentru oprirea obiceiului de smulgere a părului. Clienta a intrat într-o stare profundă în aproximativ 10 minute de relaxare ghidată, a adormit și a început să sforăie. A dormit pe parcursul întregii sesiuni dar am continuat să o ghidez în hipnoză / în Lumină și să-i administrez sugestii. I-am oferit o înregistrare pentru a-și îmbunătăți somnul și o înregistrare pentru pozitivitate. Înregistrarea pe care am creat-o în timpul primei sesiuni nu a putut fi folosită din cauza zgomotelor create de sforăit.

Sesiunea 2. În următoarea sesiune, mi-a mărturisit că nu și-a mai smuls părul deloc, că sesiunea inițială a funcționat foarte bine, deși părea că ea a dormit întreaga sesiune. Subconștientul însă nu doarme niciodată. Ea mi-a spus că devenea conștientă când își apropia mâna de cap, exact așa cum i-am sugerat în timpul primei sesiuni, și astfel era capabilă să se oprească. În această sesiune, am adresat alegerile ei în ceea ce privește alimentația – faptul că mânca o cantitate prea mare de alimente și consuma multe produse cu prea mult zahăr. I-am creat o înregistrare pentru pierderea în greutate și consumul de alimente sănătoase pentru a o asculta acasă seara la culcare.

Sesiunea 3. Pacienta a declarat că ea a continuat să-și îmbunătățească felul de a gândi, alegerile în ceea ce privește alimentația și că nu își mai smulsese părul deloc. Am continuat să lucrăm la îmbunătățirea alegerilor legate de alimentație și a procesului de gândire pentru a o ajuta să ajungă la o gândire foarte pozitivă, optimistă, încrezătoare și de iubire necondiționată.

Începând cu următoarea sesiune, am folosit terapia de regresie în vieți anterioare pentru a accesa sursele problemelor ei și a le adresa, precum și hipnoza de sugestie pentru a-i optimiza modul de a gândi.

Clienta a revizuit o viață în care era un bărbat ce trăia într-un trib și vâna pentru familia sa: tatăl, mama și sora sa. Acest om vâna cerbi și alte animale. Ulterior, fusese grav rănit și nu-și mai poate folosi partea dreaptă a corpului. Se simțea ca un infirm și că devenise o povară pentru familia sa. Se simțea lipsit de valoare, așa că decidese să-și părăsească familia, să aibă grijă de el însuși, să fie singur. A murit în pădure singur. Clienta mea a recunoscut tiparele acelei vieți manifestându-se în viața ei actuală. În viața actuală, s-a simțit nedemnă, lipsită de valoare, de aceea a început să bea alcool și să consume droguri. Se simțea ca un infirm și ca o povară pentru familia ei. Ea decisese să se izoleze. S-a izolat de persoanele din jurul său încă din copilărie, când evita să se apropie de alți copii, preferând să se joace de una singură. S-a izolat de membrii

familiei sale, ca de exemplu de copiii ei. obișnuia să se încuie în baie ca să consume droguri și alcool, iar copiii ei băteau la ușă implorând-o să se oprească. Această sesiune a ajutat-o să realizeze că nu este deloc nedemnă, lipsită de valoare; că din contră, este vrednică de iubire, de tot ceea ce este bun și că nu era o povară pentru nimeni. I-am administrat sugestii pentru a-și recunoaște propria valoare; sugestii pentru iertare, pozitivitate și optimism. Ca urmare a acestei sesiuni, teama de moarte a clientei a dispărut, deoarece a înțeles că moartea este doar o iluzie.

Alte sesiuni de regresie în vieți anterioare avute ulterior, au scos la iveală alte convingeri negative pe care ea le-a dobândit în alte încarnări și care trebuiau optimizate.

— — — — ∞ — — — — —

CAZUL 5 - Clientă care a dorit să încerce terapia de regresie în vieți anterioare.

Clienta s-a văzut pe sine însăși ca un bărbat ce făcea parte dintr-un trib și care a fost alungat din trib pentru că nu s-a conformat. I-a fost foarte greu ca renegat. A fost singur pentru un timp și apoi a găsit un grup de oameni care erau ca el și astfel a fost fericit pentru tot restul vieții sale. A devenit învățător și i-a ajutat pe alții. În viața sa actuală, clienta se simțea la fel, simțea că nu aparține în familia sa, ca și cum ar fi fost un paria. Am continuat ședința cu optimizarea convingerilor sale.

— — — — ∞ — — — — —

CAZUL 6 - Clientă cu dificultăți în a-și liniști mintea și cu dificultate de a adormi.

Această persoană a văzut o viață anterioară în care era o femeie fără adăpost care trăia pe străzi, la sfârșitul anilor 1800. Era singură, un paria. În viața ei actuală, clienta s-a simțit mereu singură și a avut sentimentul că nu aparține nici unui grup, ca este un paria. În viața precedentă, a murit lovită de o mașină, Am continuat prin a-i face optimizarea convingerilor descurajatoare. Clienta a considerat că viața anterioară pe care a experimentat-o este foarte relevantă pentru ea.

— — — — ∞ — — — — —

CAZUL 7. Clientă cu un sentiment constant că familia ei va muri. Era căsătorită și avea copii. A avut vise violente toată viața sa.

După ce am condus-o la sursele sentimentelor ei, clienta a accesat o viață în care familia sa a murit într-un accident de mașină. Ea nu putut face față durerii, așa că s-a sinucis aruncându-se de pe un pod în acea viață anterioară.

După regresie, clienta a declarat că fost un lucru bun pentru ea să înțeleagă de ce a avut acele sentimente toată viața ei. Le adusese cu ea din viața anterioară.

I-am administrat sugestii pentru eliberarea de sentimentul de frică și pentru a căpăta o perspectivă pozitivă și optimistă asupra vieții. După sesiune, mi-a mărturisit că nu se aștepta să vadă acea viață din trecut.

În următoarea ședință, mi-a spus că visele ei au devenit mai plăcute și că teama că familia ei va muri i-a dispărut.

Fetița ei în vârstă de 18 luni a avut de asemenea coșmaruri toată viața ei. I-am oferit o înregistrare audio pentru gândire pozitivă, pentru conectare cu Lumina, iar coșmarurile fetei au dispărut complet din prima noapte în care a ascultat înregistrarea.

— — — — —∞ — — — — —

CAZUL 8. Clientă izolată social, cu dificultăți în relația cu partenerul de viață și cu profesie în domeniul medical.

Făcuse tratament cu antidepressive timp de 20 de ani, până când a început să aibă amețeli și tendințe suicidale. Avea coșmaruri foarte des. A decis să nu mai ia antidepressive și a oprit administrarea lor cu un an înainte de începerea sesiunilor noastre. Coșmarurile au devenit mai puțin frecvente după ce a încetat să mai ia Zoloft. Are migrene și claustrofobie severă. A luat calmante puternice, până când a devenit dependentă. A renunțat la calmante cu 2 ani înainte de sesiunile noastre. Are somn foarte agitat, cu vise anxioase. Lucrează în ture de noapte. De multe ori se trezește foarte slăbită. Îi lipsea încredere în sine, este extrem de critică cu privire la ea însăși. Fusese violată la 14 ani, are o imagine negativă asupra propriului corp, experimentează anxietate în public. A descris ca are 30-40% gânduri pozitive de-a lungul zilei, restul negative.

Sesiunea 1. Ședința de hipnoza/ imagerie dirijată pentru vindecare cu lumină albă. Am ghidat-o în hipnoză în Lumină și i-am administrat sugestiile pentru reconstruirea câmpului energetic, pentru vindecare, pozitivitate, iubire de sine, încredere în sine, iertare, să-și recunoască propria valoare, să-și iubească corpul și să-și îmbunătățească imaginea de sine. Am înregistrat ședința și i-am mai oferit încă o înregistrare pentru somn, pentru ascultare în fiecare zi.

Sesiunea 2. Clienta se simțea mai pozitivă, cu somnul îmbunătățit. A văzut o viață anterioară în care era călugăriță. A fost obligată să rămână în mare parte izolată, îi era frică și se simțea ca și cum ar fi fost forțată să fie acolo. Clienta a observat conexiunea cu acea viață anterioară, deoarece în această viață simte anxietate socială, este izolată social, nu dorește să iasă și să interacționeze cu oamenii. Ea a simțit că a avut un copil care i-a fost luat în acea viață anterioară.

Clienta a mai văzut, de asemenea, o viață în care era un bărbat care nu era capabil să-și întrețină familia. Copiii lui nu aveau ce să mănânce, așa că el a decis să se sinucidă, lucru care reprezenta una dintre radacinile cauzale ale depresiei sale, ale gândurilor sale de suicid și ale altor sentimente neplăcute pe care ea le-a trăit în viața actuală. Clienta a fost copleșită de depresie încă din anii adolescenței, simțindu-se mereu deprimată, având convingerea că nu este suficient de bună, că nu este egală cu alte persoane, la fel ca și în viața precedentă când nu și-a putut întreține familia. Ea simțea că nu avea calitățile necesare pentru a reuși în profesia ei. A descris că întotdeauna a avut un sentiment de inferioritate față de colegii ei și oamenii cu care a lucrat, și nu s-a simțit suficient de bună pentru a vorbi în fața lor. Acest lucru părea să își aibă originea în viața anterioară pe care a revizitat-o, întrucât în acea viață s-a simțit incapabilă, ca acel bărbat, să-și întrețină familia. În principiu, la fel ca acel om, clienta se simțea incompetentă.

Ea a mai accesat o altă viață în care a fost o femeie care a fost jefuită și ucisă de niște persoane care căutau bani, pe care însă ea nu îi avea. A văzut imediat cum acea viață se oglindea în viața sa actuală, în care ea nu voia să aibă nimic de a face cu banii, și, prin urmare, nici nu avea bani.

Ca urmare a acestor sesiunilor, clienta a descris îmbunătățiri în ceea ce privește încrederea în sine, iubirea de sine, pozitivitatea și încrederea în viață, scaderea anxietății etc., dar programul său de lucru și natura muncii sale nu reprezentau un mediu propice în care ea să poată progresa foarte repede.

— — — — —∞ — — — — —

CAZUL 9. Clientul a dorit să facă o regresie în vieți anterioare.

Avea probleme cu banii, simțea că nu are suficienți bani. Făcea bani și îi pierdea prin investiții. A considerat că nu-și permite să întretină o familie, așa că a rămas singur.

Sesiunea 1. În această ședință, clientul a accesat o viață în care a fost fermier și a avut o soție și un copil, pe care a simțit că nu îi poate întreține. Copilul lui s-a îmbolnăvit, așa că a mers să-și caute un loc de muncă într-un oraș din apropiere, cu scopul de a obține mai mulți bani pentru a-și salva copilul. Nu a făcut suficienți bani și, între timp, copilul său a murit. Clientul a recunoscut că încă funcționează după aceleași tipare de gândire în viața actuală, încercând să facă mai mulți bani dintr-o dorință inconștientă care atunci a realiza ca era de fapt de a-și salva copilul din viața anterioară. În acea viață din trecut, el a simțit vinovăție și rușine pentru că nu a fost în stare să aibă grijă de familia lui. Nu s-a întors la soția sa pentru o lungă perioadă de timp, dar ea l-a iertat.

Pacientul a recunoscut modul în care viața lui actuală este o oglindă a vieții sale din trecut, datorită faptului că pune prea mult accent pe securitatea financiară, pe a face bani, pe a-i investi, iar apoi îi pierde. În opinia mea, motivul pentru care pierdea banii în mod repetat era pentru a ajunge din nou de unde a plecat și a o lua de la capăt, pentru a găsi explicația care stă în spatele obsesiei lui pentru bani, pentru că altfel nu ar fi fost conștient de faptul că există o problemă. În viața noastră actuală, ducem aceleași bătălii pe care le-am dus și în viețile anterioare fără însă să ne dăm seama.

Sesiunea 2. După prima sesiune, clientul a început să devină mai conștient de dorința sa de a-și asuma rolul de cap de familie. Pe parcursul celei de a doua sesiuni de regresie, el s-a văzut ca un om care trăia într-o zonă izolată cu fiul său adolescent. Se simțea singur acolo doar cu fiul său, cu toate că aveau o relație bună. Soția lui murise și nu și-a dorit să aibă pe nimeni altcineva în viața lui. Se întreba adesea dacă a făcut o treabă bună în creșterea băiatului lui. Simțea că ceilalți oameni / comunitatea îl învinovăteau pe el pentru moartea soției sale. De aceea a decis să trăiască izolat. Cu toate acestea, nu voia ca fiul său să aibă aceeași soartă ca el, își dorea ca fiul său să găsească pe cineva.

În continuare, el se vede la nunta fiului său. Era foarte fericit pentru fiul său și soția acestuia. Nunta a avut loc la casa lor, care era o cabană, iar familia ei era foarte plăcută. Mai târziu, fiul său a avut un copil. Clientul s-a văzut pe sine însuși ținându-și nepotul în brațe și a simțit cât de minunat este să ai un copil mic și să simți dragostea pentru el. S-a conectat profund cu acele sentimente. Apoi, fiul său a avut mai mulți copii, iar clientul s-a văzut implicat în creșterea nepoților săi. Familia lui îl iubea foarte mult. Se simțea bine să fie implicat în creșterea copiilor și în viața socială. Se pare că în acea viață, și-a învins reticența inițială de a se angaja în relații cu alte persoane. A murit înconjurat de familia sa și de dragostea lor. Lecțiile din această viață anterioară au fost că era în regulă pentru clientul să-și înceapă o familie, că era capabil să

susțină o familie, să le ofere ce-și doresc, să-și crească copiii și nepoții într-un mod plăcut și să aibă o viață frumoasă împreună. Această regresie l-a ajutat pe el ca suflet să-și amintească cum este să ții un copil în brațe, să-ți iubești copilul și nepoții și să ai o familie mare. După această sesiune, ezitățile clientului cu privire la întemeierea unei familii au dispărut, devenind chiar foarte deschis și entuziast la ideea de a-si întemeia o familie.

— — — — —∞ — — — — —

CAZUL 10. Clientă cu multe probleme de sanatate

Clienta a avut cancer cervical, tumora fusese îndepărtată chirurgical, prin histerectomie, cu 4 ani înainte de ședințele noastre. A avut, de asemenea, limfom non-Hodgkin, a făcut chimioterapie ultima oară cu un an în urmă. Nu era sigură dacă încă avea acel limfom. Nu se simțea în stare să se ridice din pat dimineața, era mereu nervoasă și furioasă. Avea dureri de spate, traumatisme craniene, fibroză mamară, oboseală, dureri de cap, insomnie, osteoporoza, chirurgie de bypass gastric – a fost supraponderală în trecut. Avea anxietate, frici, frică de bani. Descria ca are 30% gânduri și convingeri pozitive și 70% negative în gândirea zilnică. Era nesigură pe sine și critică despre sine. A fost molestată în copilărie, violată în adolescență și violată din nou, la maturitate.

A dorit să facă terapia de regresie în vieți anterioare pentru a identifica sursele problemelor ei. Sesiunile au fost realizate prin telefon.

Sesiunea 1- Hipnoterapie/imagerie dirijată pentru vindecare și hipnoza de sugestie pentru vindecare și optimizarea gândirii: pozitivitate, îmbunătățirea relației cu sinele, etc. I-am sugerat să folosească afirmații, i-am oferit înregistrarea audio a ședinței precum și o altă înregistrare pentru îmbunătățirea somnului și pentru pozitivitate.

Sesiunea 2- Îmbunătățiri semnificative în modul de gândire, în iubirea de sine și în claritatea minții. Și-a schimbat obiceiurile alimentare în alegeri mai sănătoase.

După ce am ghidat-o la sursele problemelor ei, s-a văzut ca fiind o femeie amerindiană (nativ americană) lângă un tipi, împreună cu persoane în vârstă, femei și copii din tribul ei. Ea și alte femei găteau mâncare afară, la foc. Ea s-a descris ca fiind tânără, îmbrăcată cu o rochie lungă și cu părul împletit în 2 cozi. La un moment dat, dintr-o dată a simțit că ceva nu era în regulă. Nu cu mult timp după aceea, a auzit niște cai apropiindu-se, dar sunetele pe care le făceau acei cai erau neobișnuite, ciudate, și ca urmare a început să se îngrijoreze, să se streseze. Știa că bărbații erau la vânătoare și a simțit că se va întâmpla ceva rău. Nu a spus nimic nimănui despre ce simțea, dar în scurt timp i-a văzut pe bărbații din sat plini de sânge, fiind urmăriți de soldați din armată. Când au ajuns în sat, bărbații amerindieni au încercat să protejeze tribul, pe bătrâni, femei și pe copii și strigau la ei să fugă. Toată lumea a intrat în panică și a început să fugă, iar frica și haosul au pus stăpânire pe sat. Soldații au reușit să-i omoare pe nativii americani și au început să-i ucidă și pe copii și pe persoanele în vârstă. Cu focul pe care femeile l-au folosit pentru gătit, ei au ars toate tipiurile, iar femeile au fost capturate. După ce i-au ucis pe toți, cu excepția femeilor, soldații au început să le violeze. Clienta mea a descris că a fost violată de mai mulți bărbați și, în timp ce se întâmpla acest lucru, ea se ruga să fie ucisă. La un moment dat, a auzit un copil plângând; se simțea de parcă ar fi fost singura persoană rămasă în viață din tribul său. S-a gândit că cel mai bine e să rămână în viață de dragul copilului, pentru a încerca să-l

salveze, dar nu cu mult după acest moment, copilul a fost ucis, spintecat. Atunci ea a realizat că nu mai avea nici un motiv ca să rămână în viață. S-a uitat în jurul ei, a văzut un cuțit, l-a apucat și și-a luat viața. A murit imediat. Apoi, a plutit spre Lumină și și-a dat seama că ar fi trebuit să-și asculte intuiția și să-i avertizeze pe cei din trib mai devreme, că ceva rău era pe care să se petreacă.

Ea a realizat că această viață anterioară reprezenta, de fapt, radacina cauzală a cancerului cervical și a limfomului Hodgkin de care suferea în viața actuală. Când a murit în viața anterioară, nu putea înțelege cum au putut acei oameni să facă așa ceva, de ce au ucis oameni nevinovați, cum au putut să facă astfel de lucruri oribile unor copii, femei și persoane în vârstă, cum e posibil să faci așa ceva unei alte ființe umane. Ea nu a înțeles cruzimea acelor oameni. A simțit că a ținut cu ea acele gânduri, sentimente și mai ales furie după ce a murit și, ca urmare, în viața actuală a re-experimentat scenariu similar – faptul că a fost violată de mai multe ori – continuând să simtă acea mânie (pentru a putea rezolva în viața actuală ceea ce nu a rezolvat în viața trecută). A realizat că toate acestea s-au manifestat ca probleme sexuale, cancerul cervical, limfomul Hodgkin și furie. (Observați legătura dintre cancer și furie, mânie pe care și studiile recente o arată). Pentru a rezolva acele probleme, ea a trebuit să accepte lucrurile așa cum au fost, să le ierte și să ofere iubire necondiționată și compasiune.

Apoi, a trecut dincolo de Lumină și a intrat în Râul Vieții. Acolo a văzut multe lumini / spirite care pluteau împreună în Râu. Pe măsură ce s-a conectat mai profund și a devenit mai deschisă, a început să simtă frecvența energiei, să simtă energia Realității Ultime și a descris că sentimentele erau extraordinare, care nu poate fi descris în cuvinte.

După sedință, clienta a descris o situație în care conștiința sa superioară i-a dat posibilitatea, de a practica în această viață încrederea în intuiția ei. Înainte de această sedință, ea a simțit să nu meargă la o programare pe care o avea la stomatolog ci să meargă să se întâlnească un prieten la un restaurant. A simțit că a fost îndrumată să stea în partea din spate a restaurantului și, la un moment dat, o femeie în vârstă a intrat în restaurant, a căzut și s-a lovit la nas de o masă. Clienta mea a fost singura care a putut vedea acest lucru pentru că restul oamenilor erau cu spatele la femeia în vârstă. Ea s-a dus repede la acea doamnă și a ajutat-o să-și oprească sângerarea – sângera puternic din nas. Clienta a făcut tot ce a putut să o ajute. Ea a ajuns la concluzia că, dacă nu și-ar fi urmat ghidajul interior de a se așeza în partea din spate a restaurantului, nu ar fi văzut-o pe acea doamnă în vârstă. Astfel, ea învața să-și urmeze intuiția, să facă lucrurile care este îndrumată să le facă, pentru că acel ghidaj este oferit cu un scop.

— — — — —∞ — — — — —

CAZUL 11. Clientă căreia îi era frică să își spună părerea, să se evedențieze, crezând că astfel familia ei ar putea avea de suferit.

Clientei îi era frică să strălucească, să fie văzută, se temea că familia ei ar putea avea de suferit dacă oamenii ar vedea-o. Avea o profesie care cerea creativitate și împărtășirea muncii ei cu alte persoane.

Ghidată fiind către sursele problemelor ei, pacienta a accesat o viață din trecut în care era o tânără femeie pelerin în vârstă de 20 de ani. Aceasta se simțea singură și trecută cu vederea, ignorată. Părea să aibă un copil cu ea, o fată care părea să-i fie soră de care ea avea grijă. Toată lumea avea familie, doar ea nu.

Se simțea atrasă de un bărbat cu părul negru și lung, care părea a fi un nativ american. El i-a oferit câteva informații pe care ea le-a crezut. A avut încredere în el și, ca urmare, a împărtășit acea informație cu tatăl ei și restul grupului. Tatăl ei, având încredere în ea, a crezut și el ceea ce spusese acel bărbat nativ american. Chiar dacă o femeie în vârstă din grupul lor nu a fost deloc de acord, i-au permis bărbatului și grupului său să se alătore grupului lor de pelerini. După ce amerindienii s-au alăturat grupului, i-au ucis pe pelerini, inclusiv pe tânără și familia ei. Ea a fost împinsă în apă, s-a lovit cu fața de o piatră și s-a înecat.

Clienta și-a dat seama că, în mod inconștient, purtase cu ea din viața anterioară în viața ei actuală vina pe care a simțit-o pentru că a trădat încrederea familiei sale și faptul că s-a simțit responsabilă pentru moartea lor. În această viață, avea o teamă puternică că, dacă ea ar împărtășit ideile sale cu alții, familia ei ar fi putut fi rănită. Subconștient, îi era teamă să nu repete aceeași greșeală și în viața sa actuală.

Lecția desprinsă din această regresie a fost că ea trebuia să se ierte pentru faptul că a avut încredere în acel bărbat nativ american și pentru consecințele deciziei sale. Trebuia să se ierte pentru moartea întregii comunități în viața ei din trecut. De asemenea, trebuia să îl ierte pe acel bărbat pentru că a mințit-o.

La finalul sesiunii, clienta a spus că, dacă i-aș fi cerut să-și imagineze sau să creeze o viață anterioară în mintea sa, niciodată nu s-ar fi gândit la acest scenariu, deoarece ea a crezut întotdeauna că nativii americani au fost victimele și nu agresorii.

După această ședință, teama ei de a fi văzută și de a-și exprima opiniile proprii în fața altor persoane a dispărut.

— — — — —∞ — — — — —

CAZUL 12 - Clienta, Angela Freychet, în vârstă de 40 de ani. În viața actuală a luat multe decizii din frică, având un sentiment de "inerție", că nu era capabilă să se miște nici înainte nici înapoi, că pur și simplu era blocată pe loc. Ședința este descrisă de clientă, care a devenit studentă și a apoi absolventă a programului nostru de certificare în hipnoterapie, hipnoterapie medicală și spirituală.

După îndrumarea clienței spre sursele problemelor pe care le întâmpina în această viață, ea a accesat o viață paralelă de trecut (viață anterioară). Iată experiența ei:

"Mă uit la picioarele mele și văd niște picioare goale și mici, cu unghii murdare. Pielea mea este palidă, picioarele îmi sunt subțiri. Sunt o fată de aproximativ 10 ani... îmbrăcată cu o rochie și am părul lung, castaniu. Sunt singură într-o pădure, iar lumina începe să se reducă. Mi-e frică și mi-e frig. Am auzit niște sunete și mi-e teamă de ceea ce s-ar putea afla acolo, deși nu pot vedea nimic. Mă ghemuiesc pe sol, pe frunze și mi-e teamă. Nu pot să merg nicăieri din cauza fricii ... mă imobilizează. Așa că stau acolo. Am înghețat de frică. Nu pot să merg nicăieri, întregul meu corp este încordat de frică și frig. Așa că eu stau pur și simplu acolo ...

Acum am sentimentul că îmi revin în fire... și dintr-o dată frigul și frica au dispărut. Acum o căldură îmi învăluie ființa și simt că sunt ridicată de pe pământ. Simt cu mă ridic... sus... și mai sus. Mă simt de parcă aș pluti sau ceva mă transportă prin aer fără efort. Pe măsura ce urc și mai sus, simt doar pace ... un sentiment de a fi cărat, purtat.

Urc și mai sus, în nori ... merg mai departe spre căldură ... este foarte liniștitor și eliberator. Mă mișc prin și peste un curcubeu de lumină ... și continui în sus în acest spațiu în care sunt ca niște vapori sau particule minuscule de lumină. În acest loc pot vedea viața mea anterioară.

Învățămintele acestei experiențe au legătură cu frica, cum frica m-a imobilizat complet în acea viață astfel încât nu am putut face nimic să schimb situația în care mă aflam. Această lecție se

reflectă în viața actuală, căci multe dintre deciziile mele au fost făcute din frică și de multe ori m-au împiedicat să merg mai departe. Sentimentul de "inertie" a fost un sentiment obișnuit în această viață, sentimentul că nu ești capabil să te miști nici înainte nici înapoi, pur și simplu că ești blocat pe loc.

Inocența este o altă "temă" a acestei experiențe, și anume faptul că noi toți, la baza ființei noastre, suntem inocenți. Indiferent de vârsta și circumstanțele fiecăruia, esența a ceea ce suntem este inocența. În acea viață, eram un copil, pierdut și singur într-o pădure. În această viață, nu sunt nici pierdută, nici singură, și totuși încă simt inocența din adâncul inimii mele. "

Pe măsură ce am îndrumat-o din nou în regresie pentru a examina o altă sursă a problemelor ei actuale, clienta a descris următoarele:

"Merg mai departe către o viață viitoare (comparativ cu cea examinată precedent) unde mă văd cu cizme negre dansând pe o masă. Mă văd ca pe o femeie de vârstă mijlocie într-o tavernă undeva în Irlanda. Toată lumea dansează, bea și face gălăgie. Sunt mulți oameni care râd și vorbesc, cineva cântă la vioară. Simt efectul alcoolului cum îmi curge prin sânge. Sunt amețită și mi-e cald și, dintr-o dată, mi-e greață. Am nevoie de aer, aer curat. Ies afară și simt aerul rece.... vomit și simt o îngrozitoare durere de cap.

Dintr-o dată, îmi dau seama că trebuie să mă duc acasă la copiii mei - am doi băieți. Am un sentiment de neliniște, simt că ceva nu este în regulă. Sunt în afara casei mele și văd flăcări ieșind pe ferestre. Totul a luat foc. Sunt în stare de șoc. Mă uit, dar nu simt nimic. Sunt copleșită, complet amorțită și împietrită. Nu există nici un strigăt în mine, nici un vaiet, nici o reacție... doar o amorțeală asurzitoare care acoperă orice alt sentiment. E ca și cum sunt goală în interiorul meu. Nu este nimic acolo. Ca și cum m-am detașat complet și vizionez totul cu ochi imparțiali ca un zombie. Și acesta este modul în care văd restul acelei vieți. Sfârșitul vine ca o ușurare. Cad și mă prăbușesc la pământ. Dar eu eram de mult timp plecată, în afara experienței, de mult timp.

Abia atunci îmi dau seama că cei doi băieți ai mei sunt cu mine. Mă însoțesc spre casă. Sunt atât de fericită să fiu cu ei din nou. Ființele mele dragi! Există atât de multă iubire și iertare ce radiază dinspre ei... și dinspre mine, și ne înțelegem unii pe alții. Ne înțelegem fără cuvinte. Ei mă îndrumă, îmi arată calea în sus, în sus, prin nori. Suntem atrași spre o poartă iluminată, spre locul unde intră lumina ... este ca un arc sau o trecere de nori cu o lumina sclipitoare care pătrunde printre ei. Sunt atrasă de frumusețea și pacea acestei porți și continuăm să ne îndreptăm spre ea.

Mi se prezintă un rezumat al acelei vieți - una în care am ales să înec durerea în amorțeală, de parcă aș fi protejat ceva. Viața aceea mi-a arătat cum am ales să nu fiu prezentă; nici cu copiii mei, nici cu viața după ce i-am pierdut. Am ales să înec durerea cu alcool și să mă detașez de sentimente, și asta a adus doar suferință. Pot să văd felul în care acest lucru s-a repetat în această viață - alegând să nu simt nimic atunci când lucrurile devin prea intense. Înțeleg cum acest lucru a fost un tipar al meu și în viața actuală. Nu mi-am permis să fiu pe deplin prezentă.

Sunt pregătită să mă eliberez și să mă iert, să las în urmă durerea, vinovăția și să fiu pe deplin prezentă. Am avut deja aceeași revelație când cei doi băieți ai mei au venit să mă ridice atunci când am murit. Mi-am dat seama că aceste două suflete erau cei doi băieți ai mei reîncarnați în băieții mei din viața actuală. M-am simțit nespuse de fericită că au ales să fie copiii mei din nou în această viață.

În ceea ce privește experiența de dincolo de acea poartă, am simțit cum ființa mea plutește din nou în sus spre un loc plin de vibrații. Mi-a amintit de centrul cercurilor concentrice din valuri atunci când arunci o pietricică într-un iaz. Centrul pulsa ... o experiență foarte familiară. Îmi dau seama că această pulsație a fost experiența pe care am avut-o de multe ori când eram copil,

întinsă în pat noaptea, complet lucidă și conștientă. Aceste pulsații păreau atât de reale și reconfortante pentru mine ... și am uitat totul până la această regresie. Pulsația era în același timp în interiorul mine și în jurul meu. Iar înțelepciunea finală pe care mi-a transmis-o această experiență este să am încredere; să am încredere deplină că totul va fi bine. "

— — — — —∞ — — — — —

CAZUL 13 - Femeia diagnosticată cu agorafobie, caz descris de CeeJay Brown, doctor în psihologie, psihoterapeut, terapeut de familie și hipnoterapeut certificat prin programul nostru de certificare în hipnoterapie, hipnoterapie medicală și spirituală.

"Un domn mi-a descris că soția lui a devenit în ultimul an o persoană complet singuratică. Ii era frică să părăsească locuința și a fost diagnosticată cu agorafobie. Acest domn își dorea soția înapoi așa cum o știa el, iar copiii lui o voiau pe mama lor înapoi.

Am mers la ea acasă pentru sedință și am discutat, iar eu i-am răspuns la toate întrebările pe care ea le-a avut. Am ghidat-o în hipnoza și i-am cerut să meargă la punctul inițial care îi cauzează teama de a-și părăsi locuința. Ea s-a întors într-o altă viață în mijlocul anilor 1800. Ea și soțul ei de atunci erau foarte fericiți în acea viață și aveau mai mulți copii. S-a organizat un eveniment în oraș și au mers și ei, lăsându-și copiii acasă cu o bonă. Un incendiu a izbucnit în timp ce ei erau plecați, iar bona și toți copiii au murit în incendiu. Ea avea 29 de ani în acea viață atunci când copiii ei au fost uciși. Simptomele ei în viața actuală au început să se manifeste la scurt timp după ce a împlinit 29 de ani. Am procesat toate acestea și i-am spus subconștientului ei că ea este într-o altă viață, într-un alt corp, la fel ca și copiii ei. Ca urmare, această femeie a reușit să se elibereze de toată frica și vina din viața precedentă.

Această pacinetă a fost unul dintre cei mai dificili clienți ai mei, având în vedere că a fost nevoie de 4 sesiuni înainte ca ea să-și părăsească casa. Soțul ei și-a recuperat soția și, mai important de atât, cunoscând aceste informații, el este acum capabil să fie mai atent la nevoile ei și o asigură că lucrurile vor fi în regulă atunci când iese din casă."

— — — — —∞ — — — — —

CAZUL 14 – Clienta: femeie în vârstă de aprox. 20 de ani.

Regresie realizată de studenta Leti Styles și Instructor dr. Elena Gabor în cadrul Programului de Certificare în Hipnoterapie.

Clienta a venit la hipnoterapie la recomandarea unuia dintre medicii ei pentru a-și rezolva depresia, anxietatea și insomnia de care suferea, cât și alte simptome și stima de sine scăzută. Ea vroia să se detașeze de un bărbat de care era obsedată, să-și îmbunătățească încrederea în sine și să-și depășească depresia și anxietatea.

Clienta a declarat că are sentimente de anxietate, depresie și de furie față de ea însăși, se enervează pentru faptul că este nervoasă și are o stimă de sine foarte scăzută. Ea ne-a informat că a fost diagnosticată cu depresie, anxietate și ADD (deficit de atenție), a luat diferite medicamente antidepressiv (Adderall, Prozac, Wellbutrin, Lexapro) în ultimii 5 ani pe care le ia în continuare. Ne-a spus, totuși, că depresia ei s-a mai ameliorat acum față de cum era cu câțiva ani în urmă, când avea gânduri suicidale. În general, se simte deprimată, anxioasă, nemotivată, lentă și incapabilă de a merge mai departe în viața ei.

A mai adăugat că are o problemă cu consumul exagerat de dulciuri și carbohidrați și că face alegeri alimentare nesănătoase. Consumă dulciuri și înghețată pentru a trece mai ușor peste stările ei emoționale. Nu este constantă în obiceiurile zilnice ce țin de sănătate, pare să facă lucruri împotriva ei însăși și are dificultăți în a rămâne motivată. Cu o săptămână în urmă, a început să facă exerciții fizice de 6 ori pe săptămână. De asemenea, practică meditația o dată pe zi, folosind diferite tehnici, dar consideră că este dificil.

Are relații tensionate cu majoritatea persoanelor din familia ei și a declarat că le permite părinților ei să o controleze. De asemenea, ea a spus că trăiește pentru părinții ei, vrea să le facă lor pe plac și, prin urmare, nu trăiește viața pe care ea și-o dorește. A avut un incident neplăcut în copilărie (la 4 ani) când, în timp ce se afla în mașină în drum spre casă, tatăl ei s-a înfuriat când ea a început să se plângă că lucrările ei s-au mototolit. El a țipat la ea și, în frustrarea pe care a simțit-o, a oprit mașina la marginea drumului și a lăsat-o acolo. Tatăl s-a întors apoi după ea și a luat-o în mașină, însă acest episod a marcat-o profund devenind o traumă. Ca adult, a vorbit cu tatăl ei despre acest lucru, dar el nu-și amintește incidentul. El a crezut că ar putea fi doar frustrările ei. Din acel moment din copilărie, ea a considerat că nu este suficient de bună, că nu contează, că e vina ei și că trebuie să fi făcut ceva rău din moment ce tatăl ei s-a comportat în acest fel față de ea. Clienta mai are un frate mai mare, foarte manipulativ, care deține controlul asupra ei. Simte că nu poate fi ea însăși și devine frustrată cu sine din acest motiv. Are multe regrete. Este foarte atașată de rezultatul lucrurilor. Locuiește pe cont propriu acum, dar este stresată din cauza situației financiare; atât de stresată încât uneori are dureri de stomac din cauza aceasta. Nu se simte împlinită în ceea ce privește relațiile sociale; se simte dezamăgită și decepționată. A devenit aspră, rece și s-a retras din interacțiunile sociale. Îi place de un băiat pe care l-a pus pe un piedestal și a devenit obsedată de el, chiar dacă nu erau într-o relație amoroasă. Ea a încercat mereu să-i facă pe plac și a avut o atitudine pasiv-agresivă. Ea nu se simte în stare să treacă peste aceste lucruri și să meargă mai departe în viață.

Are probleme în a trece peste anumite momente pentru a merge mai departe și ia lucrurile personal. Crede adesea că ceva rău se va întâmpla. De asemenea, îi este greu să creeze și să își păstreze motivația în proiectele ei. Crede că nu va crea nimic și că nu merită să se ostenească. Și-a pierdut speranța. Simte că majoritatea gândurilor și credințelor sale sunt negative.

Clienta afirmă că nu are încredere în ea însăși, nu se iubește, se simte nemotivată, confuză și fără direcție în viață. Are o mentalitate de victimă, o atitudine defensivă și este o perfecționistă. Este foarte auto-critică și se auto-sabotează în multe domenii ale vieții sale. Ea a afirmat, de asemenea, că are tendința de a se dezamăgi sau a se răni pe sine înainte să o facă oricine altcineva, pentru că în acest fel simte că deține controlul. Ne-a spus că are o stimă de sine scăzută și nu-i place corpul ei. În prezent este șomeră, se simte nemotivată și foarte lentă fizic. Imaginea de sine pare distorsionată, având în vedere că este o persoană care arata ca având greutatea ei ideală și este frumoasă; însă ea se consideră neatractivă. Nu consumă alcool, droguri sau țigări. Clienta declară că viața ei s-a îmbunătățit după ce a citit cartea lui Eckard Tolle "Puterea prezentului", dar nu aplică principiile promovate de această carte în viața ei de zi cu zi.

Pe deasupra, nu doarme bine noaptea, nu are un somn profund și vorbește în somn.

Sesiunea 1: Hipnoterapia pentru optimizarea gândurilor și convingerilor clientei orientate către negativitate, pentru detașarea de bărbatul de care era obsedată și pentru depășirea insomniei.

Sesiunea 2: Trei zile mai târziu, clienta ne-a declarat că a urmat sugestiile noastre ascultând înregistrarea primei noastre sesiuni seara, înainte de a merge la culcare. Se simțea detașată de

bărbatul cu care fusese obsedată și somnul i se îmbunătățise. Ea a dorit să facă o regresie în vieți anterioare pentru a afla de ce viața ei era așa cum este.

Am îndrumat-o spre sursele problemelor ei actuale și s-a văzut în 1920 la Londra, în postura unui avocat în vârstă de 40 de ani, apărând un bărbat acuzat de crimă. Ca avocat, clienta noastră s-a simțit obligată să-l apere pe acel bărbat în ciuda faptului că avea sentimentul că acesta era vinovat. Regresia începe într-o celulă atunci când clientul său era intervievat după ce a fost acuzat de o crimă brutală, iar avocatul se simțea inconfortabil pentru că trebuia să-l reprezinte. Împotriva intuiției sale, l-a reprezentat în instanță și avea să regrete acest lucru pentru tot restul vieții sale.

Ghidată la următorul eveniment, clienta s-a văzut, ca acel avocat, în sala de judecată, unde clientul său a fost găsit vinovat de crimă. Din acel moment, avocatul s-a simțit foarte rușinat pentru că a apărut pe cineva de care știa că era vinovat și a devenit foarte furios pe el însuși pentru că a luat acest caz. Ca rezultat al acestui proces și a sentimentelor sale de furie, regret și dezamăgire, a decis să renunțe la profesia de avocat. Ulterior, s-a simțit deprimat, conflictual, nemotivat și fără direcție pentru tot restul vieții sale. Și-a pierdut încredere în sine și scopul în viață. Odată ce a renunțat la a practica avocatura, el a renunțat la a fi pasionat de ceva. Totul a devenit foarte greu pentru el și nu a mai reușit să aibă succes sau să-și construiască altă carieră. Schimba doar locuri de muncă pentru a se întreține. Din acest motiv și-a pierdut și familia. Soția sa a înaintat divorț și el a rămas și fără copii. Din punct de vedere emoțional, ei au trecut peste acel moment. Soția lui s-a recăsătorit și și-a reconstruit viața fără el. El a ajuns la concluzia că nu era demn de a fi iubit. Copiii săi nu-l respectau dar nici el nu se aștepta să fie tratat cu respect de ei. El nu le-a cerut copiilor lui să-l iertare. Începe să mulțumească pe toată lumea și nu era el însuși cu oamenii din jur; era plin de regrete.

Am ghidat apoi clienta ca acel fost avocat la următorul eveniment important, care s-a dovedit a fi momentul când avea 80 de ani, înainte de a muri. Acesta a murit singur. Simțea că a avut atât de mult potențial, dar era furios pe el însuși că nu a contribuit mai mult în viață. De asemenea, simțea că copiii săi nu-l iubeau și îl vizitau foarte rar. El a considerat că nu are dreptul să le ceară iertare copiilor, pentru că el a dispărut din viața lor și doar a existat. De aceea s-a simțit vinovat și deprimat, până în momentul când a murit singur. Se simțea oribil. S-a gândit să-și ia viața la un moment dat, dar nu a putut s-o facă.

Clienta a declarat că a fost o ușurare pentru ea să vadă această viață și că acum îi sunt clare sursele convingerilor și sentimentelor sale actuale. Sentimentele și convingerile din acea viață anterioară sunt la fel cu cele din viața ei actuală: sentimentul de vinovație, apatia sa, lipsa motivației de se implica în proiecte sau de a le duce la finalitate, mentalitatea de învins, izolarea socială, a nu simți iubire, deprimarea, tristetea, tendința de compensare prin a face ce vor alții pentru a fi pe placul lor, etc. Această viață i-a fost prezentată pentru a descoperi sursele problemelor ei și pentru a o ajuta să renunțe la sistemul de convingeri descurajator din care încă funcționa, astfel încât să nu repete același tipar și să retrăiască aceeași viață din punct de vedere emoțional.

Lețiile desprinse din această viață au fost să nu se lase mereu dusă de val să-i mulțumească pe alții, să contribuie cu adevărat și să facă ceva care-i place și o pasionează, să fie ea însăși, nu să cedeze la presiunile familiei sau ale societății și să preia controlul propriei vieți. De asemenea, să învețe să treacă peste regrete, să se ierte, să-și ceară iertare și să se iubească necondiționat.

După partea de regresie a ședinței, am continuat cu integrarea acelor lecții din trecut și cu optimizarea convingerilor pentru iertare de sine, încrederea în sine, stimă de sine, iubire de sine

și pentru a-și folosi abilitatea de a face alegeri bune în viață. De asemenea, am folosit tehnica de ancorare în viitorul pe care si-l dorește al acestei vieti, pentru a-si indrepta focusul si atentia asupra indeplinirii telurilor sale si astfel sa ajunga sa traiasca versiunea de viata pe care si-o dorește.

Clienta urmeaza sa vina în continuare la sedinte pentru a continua procesul de optimizare a gandirii si aliniera constientului si subcoștientului cu nivelul supraconstient de gandire, lucru care duce la o functionare cooperantă a tuturor aspectelor conștiinței și astfel la o vindecare din toate punctele de vedere.

În concluzie, așa cum reiese din toate regresiiile, motivul pentru care oamenii suferă în viața lor actuală este pentru că ei consideră, la nivel subconstient, că au făcut ceva rău în alte vieți. Continua să trăiască acele vieți din trecut în viața lor actuală din punct de vedere emoțional.

— — — — —∞ — — — — —