

Dowiedz się czym jest prawdziwy Trans.

O hipnozie, o tym jak ona działa i o tym jak często ludzie oczekują od niej czegoś zupełnie innego - oraz o tym co może ich w niej spotkać.

Często obserwowano, że ludzie którzy doskonale wchodzili w trans i uzyskiwali podczas niego znaczące, obiektywnie mierzalne zmiany w swoich życiach, mimo wszystko bywali niekiedy odrobinę niezadowoleni. [Byli zadowoleni samych wyników transu i bardzo cenili hipnozę jako metodę szybkiej zmiany osobistej, skutecznej relaksacji czy wydajnego pozbywania się ograniczających problemów.](#) Jednocześnie zdawali się być niezadowoleni, ponieważ gdzieś, w swojej wyobraźni, oczekiwali od samej hipnozy czegoś więcej. Oczekiwali 'oddania się we władzę hipnotyzera', 'całkowitej utraty świadomości', 'zapomnienia o wszystkim co miało miejsce w trakcie transu; lub nawet 'nie wiem, po prostu niezziemskiego przeżycia'. Jakaś ich część zainteresowana była faktyczną zmianą która zachodziła w ich życiu, ale inna potrzebowała po prostu dobrego show, pasującego do uzyskanych z książek i filmów wyobrażeń n.t. tego czym jest i jak działa hipnoza.

Oczywiście, skuteczny hipnotyzer może dodatkowo zaserwować takie doświadczenia klientom, jeśli tego właśnie pragną dla uzyskania pełni doświadczenia. Od pewnego momentu swojej kariery sam zacząłem celowo dodawać takie drobiazgi - chwile amnezji, zaburzenie odczuwanego czasu, itp. - do dłuższych transów, które prowadziłem z klientami. Choć nie miały one nic wspólnego z faktycznym efektem, po którego uzyskaniu przychodził do mnie klient, ani z tym czego uczył się n.t. tego jak sam może wywoływać u siebie stany hipnotyczne, samo wystąpienie tych doświadczeń pozwalało na dodatkowe potwierdzenie w głowie hipnotyzowanej osoby 'tak, wydarzyło się coś niezwykłego, zmiana na której mi zależy na pewno będzie miała miejsce'. Takie 'potwierdzenie' zwiększało jeszcze skuteczność prowadzonego transu, ponieważ klient świadomie wracał później do tego przeżycia z poczuciem pewności, wzmacniając uzyskany efekt. Jednocześnie jednak...

Jednocześnie jednak, takie doświadczenia są absolutnie zbędne dla tego, aby trans hipnotyczny odniósł skutek. Trans jest bowiem niezwykle naturalnym stanem - ludzie wchodzą weń każdego dnia, ilekroć idą spać, ilekroć film, gra lub książka którym poświęcają uwagę wciągnie ich na tyle, że tracą na chwilę kontakt z rzeczywistością. Trans pojawia się w dowolnym momencie w którym dana osoba skupia się na jakimś fragmencie swoich bieżących doświadczeń, wyłączając wszystko inne - fenomen dobrze znany doświadczonym kierowcom, którzy potrafią po prostu 'wyłączyć się' z prowadzenia na typowej trasie, zwracając świadomą uwagę na drogę tylko w razie potrzeby, a jednocześnie prowadząc wydajnie i bezpiecznie. Pojawia się też w dowolnym momencie, w którym osoba staje się bardziej podatna na sugestie - np. w momencie gdy osoba w białym kitlu wypowiada się na tematy zdrowotne, większość ludzi wchodzi w lekki trans i ocenia jej słowa dużo mniej krytycznie, niż oceniałoby opinie swojego sąsiada. Trans ma miejsce wszędzie, podobnie jak zjawiska hipnotyczne, nawet te bardzo głębokie - jeśli kiedykolwiek szukałeś kluczy, które leżały idealnie na widoku, a mimo wszystko nie mogłeś ich spozrzeć, to wiesz już na czym polega hipnotyczny fenomen halucynacji negatywnych - nie dostrzegania rzeczywistych zjawisk. Fenomen, warto dodać, wg. niektórych badaczy wymagający bardzo głębokiego transu - a jednak większość ludzi doświadczyła go w swoim życiu co najmniej kilkakrotnie podczas normalnych, codziennych przeżyć.

Patrząc z tej perspektywy, oczekiwanie niecodziennych, zdumiewających przeżyć od typowego transu, który nie jest nastawiony na wywołanie takich przeżyć, przypomina oczekiwanie niecodziennych, zdumiewających przeżyć podczas codziennego mycia zębów. Tym co faktycznie robi hipnotyzer, tym dzięki czemu ludzie korzystający z hipnozy mogą doświadczać w swoim życiu głębokich zmian, nie jest wprowadzenie ludzi w trans. To większość osób doskonale potrafi robić samemu, są wręcz całe szkoły filozoficzne (Buddyzm, IV Droga Gurdżijewa, itp.) poświęcone oduczaniu ludzi wchodzeniu w trans w życiu codziennym. Tym co oferuje hipnotyzer jest celowo kierowany trans, prowadzący do realnych zmian na których zależy klientowi. Zadaniem osoby prowadzącej trans jest taka komunikacja z podświadomością klienta, aby łatwiej, szybciej i skuteczniej dokonał on tych zmian i uzyskał dostęp do tych zasobów, które są mu potrzebne.

Nie zmienia to faktu, że podczas transu możliwe są bardzo ciekawe i nietypowe zjawiska i doznania. Amnezja hipnotyczna, synestezja, niezwykle realistyczne i naturalne wyobrażenia, niezwykle stany świadomości, wywoływanie stanów narkotycznych bez przyjmowania żadnych egzogennych substancji, zaburzenie poczucia czasu, regresja wiekowa, czy tzw. most kataleptyczny - usztywnienie ciała osoby, czyniące ją sztywną jak deska - to wszystko jest możliwe do wywołania i stanowi wspaniałe uzupełnienie terapeutyczno-rozwojowych aspektów

transu. Po prostu warto pamiętać o tym, że nie stanowi to o istocie hipnozy, a prezentuje jedynie dodatkowe triki, które można dzięki niej uzyskać.

[Dowiedz się więcej o możliwościach hipnozy](#)

Autor: globtroter

Artykuł pobrano ze strony eioba.pl