

7 Mystische Veränderungen durch Hypnose



Ängste ablegen

Ja es geht Dir gut.

Du hast alles, was Du zum leben brauchst –
und noch mehr.

Für alle diese Gaben kannst Du dankbar sein.

Da ist nur eine Sache. Sie ist ganz tief in Dir drin.

Du kannst mit niemandem so recht darüber sprechen.

Sie sagen Du bist verrückt,
mit Dir stimmt was nicht.
Du tickst nicht richtig.

Und irgendwie stimmt das ja auch, aber was willst Du
machen?

Du kannst eben nicht anders.
Das geht schon so lange so, dass Du Dich daran gewöhnt
hast Du sagst Dir: Ich lebe damit.
Meistens mehr schlecht als recht.

Du hast Dich angepasst.

Du vermeidest einfach die Situationen in denen Deine Ängste sonst auftauchen und deshalb sind sie fort.

Aber sie sind eben doch nicht fort.

Du weißt ja, dass sie da sind. Und manchmal, ja manchmal kannst Du es dann auch nicht vermeiden. Es geht los.

Du kommst in eine der gefährlichen Situationen und der Ablauf beginnt. Du kannst eben doch nicht immer alles „im Griff“ haben.

Plötzlich ist sie doch wieder da, die Angst.

Immer öfter auch die Panik, weil sich manchmal kein Auslöser feststellen lässt. Keine Berechnung mehr möglich.

Die Attacke kann also immer und überall lauern. Sie stellt sich ein mit allen ihren grausigen Begleitern.

Mit Schweißausbrüchen,

Zittern,

Herzrasen,

Blutdruckabfall,

Schwindel,

mit kalten feuchten Händen –

einfach schrecklich!

Zu der Angst das Bewusstsein zu verlieren gesellt sich vielleicht sogar Todesangst.

Nicht nur weil der Verlust des Bewusstseins zum Beispiel das Autofahren zur unberechenbaren Todesfalle werden lassen kann, sondern auch weil man einen Herzinfarkt oder Hirnschlag erwartet.

Einmal in Gang gekommen lässt sich eine solche Attacke nicht mehr aufhalten. Sie verselbstständigt sich. Schlimm

wird dann auch die Panik vor dem nächsten Mal, die sogenannte „Angst vor der Angst“.

Diese Angst wird immer stärker.
Schließlich sind immer mehr Lebensbereiche von möglicher Aktivität ausgeschlossen.

Deine Lebensqualität wird immer weiter eingeschränkt.

Das führt bei einigen Menschen dazu, dass sie kaum noch ihre Wohnung verlassen können. Ein Ausweg aus diesem Teufelskreis scheint unmöglich. Medikamente und jahrelang andauernde Therapien sind hier bisher die Hilfsmittel der Wahl gewesen.

Was aber wäre, wenn wir unsere Ängste in viel kürzerer Zeit und für immer verlieren könnten?

Der erste entscheidende Schritt dafür ist die Bereitschaft und der absolute Wunsch sein Leben grundlegend zu verändern. Das Leben selbst in die Hand zu nehmen und Verantwortung für das eigene Handeln zu übernehmen. Eine Hypnose gestützte Psychotherapie bietet dann eine wirksame und dauerhafte Auflösung der zugrunde liegenden auslösenden Angstkomponenten.

Sie ist auf Kurzzeit angelegt.

Wenige Sitzungen reichen oft schon aus.

Lasse Dich nicht länger von Deinen Ängsten kontrollieren!

Begib Dich vertrauensvoll in die Behandlung eines kompetenten und erfahrenen Hypnosetherapeuten.

Besonders dann, wenn bisher alle Versuche vergeblich waren, die Angst zu lösen und zu überwinden. Du findest

binnen kürzester Zeit langfristige Entlastung und das Leben macht wieder Freude.

In meinen Behandlungen nehme ich mir viel Zeit für Dich und höre mir Deine Geschichte an.

Für die Hypnose verwende ich dann genau Deine Sprache und kann mit Deinem Unterbewusstsein in direkten Kontakt treten.

Metaphern und Phantasiegeschichten machen meine Sprache zu einem angenehmen Erlebnis ohne Fingerzeig und schulmeistern.

Du hast zu keiner Zeit das Gefühl Deine Kontrolle zu verlieren und wir werden sogar in der Trance miteinander in einen Dialog gehen.

Das hast Du noch nicht erlebt.

Dein Leben rauscht an Dir vorbei – verliere keine Zeit mehr! Tu es jetzt!

Ich wünsche Dir eine schöne Zeit und viel Mut zur Veränderung -



Deine

- Sandra Wollersheim -

Das sagen Klienten:

»

Hallo Frau Wollersheim,

möchte mich einfach mal melden um Ihnen zu berichten wie es mir ergangen ist.

Nun, ich habe es geschafft! Ich konnte mich letzte Woche mit alten Schulfreunden treffen.

Tags zu vor, total verspannt, über Ausreden nachgedacht und dann doch durchgeführt.

Es war ein schöner Abend!

Verrückt, aber ich habe es für mich als kleinen Erfolg verbucht.

Ja, so geht es mir! Man muss darüber lachen, aber das bin ich nun mal.

Ich habe das Ziel, die Sache hinter mir zu lassen.

"Wenn nicht jetzt, wann dann?"

Danke für Ihre Hilfe! Ich würde mich sehr freuen, wenn wir in Kontakt bleiben!

Liebe Grüße

Frau S. aus Siegburg

"

»

Liebe Sandra Wollersheim,

das hätte ich nicht für möglich gehalten!

Nach so langer Zeit kann ich jetzt wieder ganz entspannt Auto fahren – auf der Autobahn!!!
Ich denke manchmal noch daran, was ich mir früher für Gedanken gemacht habe und an welchen Stellen ich besondere Angst hatte, Sie wissen ja ;-).

Aber es wird immer seltener und ich habe die Hoffnung, dass es bald ganz verschwunden sein wird.

Es wäre schön, wenn andere das lesen und sich trauen würden, ihre Angst anzugehen und sich zu stellen – es klappt wirklich!

Ganz liebesh Dankeschön und alles Gute

Gruß

Melanie aus Overath

“