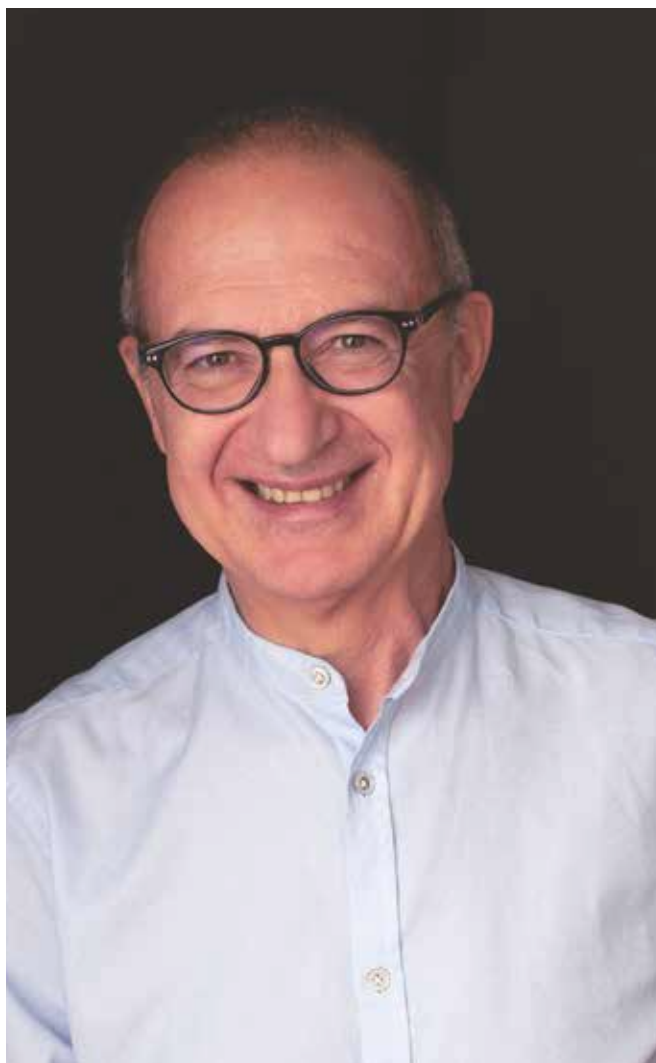


L'IPNOSI SPIRITUALE

«L'IPNOSI NON ESISTE. TUTTO È IPNOSI» COSÌ AFFERMÒ MILTON HYLAND ERICKSON, IL GRANDE PADRE DELL'IPNOSI CONTEMPORANEA.



Se mi chiedessero di poter studiare una cosa sola non avrei dubbi: l'ipnosi. L'ipnosi è affascinante per molti, ma c'è molta confusione, oltre che ben poca conoscenza.

Spesso si crede che sia difficile, oppure che sia un'arte oscura da temere e disprezzare, oppure uno strumento per manipolare gli altri e fargli fare la figura degli stolti, o ancora che sia una truffa e che in realtà non esista.

Eppure, l'ipnosi è la chiave della comprensione profonda del nostro essere umani. L'ipnosi non viene normalmente insegnata, ma è ampiamente utilizzata nei suoi meccanismi nella comunicazione pubblica come la pubblicità, i telegiornali, nei discorsi dei politici. L'ipnosi è "neutra" sta a noi a renderla di beneficio per noi stessi e gli altri, oppure per ingannarli e manipolarli.

Ma che cosa è l'ipnosi? Dobbiamo partire dal nostro cervello. Il nostro cervello ha diversi stati: la veglia, il sonno e il sogno, il coma e la trance. La veglia è lo stato del nostro cervello quando noi parliamo e siamo in uno stato mentale razionale. Il sonno e il sogno sono quando di base noi non siamo coscienti di noi. Il coma è uno stato estremo quando il cervello è andato in *crash*. Lo stato di gran lunga più importante è la trance. La trance possiamo dire



che è lo stato che usa il cervello quando vuole accedere alle memorie del subconscio o al superconscio.

Nel mio modello di lavoro, lo *Spiritual Quantum Coaching* (Giovanni Vota, *Spiritual Quantum Coaching*, ed. Lindau), che unisce la fisica con la spiritualità, tecnica molto pratica e operativa per trasformare la nostra vita, noi abbiamo tre menti: la mente conscia, quella razionale con cui discutiamo e ragioniamo che è la più piccola e lenta delle nostre tre menti. La mente subconscia dove sono registrate le nostre memorie quali tutta la nostra vita, le memorie genetiche, le vite passate o parallele, e ogni emozione negativa di paure e sensi di colpa, ma anche i nostri talenti e abilità.

La mente superconscia è invece il nostro collegamento al Campo Quantico di Infinito Amore Intelligenza. Se siamo in paure e sensi di colpa, saremo nel subconscio; se in amore e gratitudine nel superconscio. Il nostro cervello riceve circa 40Gbyte/secondo di informazioni, per intenderci l'equivalente di 10 film su dvd. Questi vengono tutti memorizzati nel subconscio che non dimentica mai nulla di noi e alla nostra mente conscia ne arrivano solo 2000 byte l'equivalente di una pagina scritta.

Il superconscio invece ci collega al Campo Quantico e qui possiamo accedere a tutte le informa-

zioni del Campo. Inoltre, il nostro subconscio è 500,000 volte più veloce della mente conscia; il superconscio è *infinitamente* più veloce della mente conscia! Questo ci fa subito capire dove abbiamo le nostre risorse più potenti ovvero nel subconscio e nel superconscio: peccato che nessuno ci insegni ad usare queste nostre potentissime risorse e tutto venga limitato alla sola mente razionale. Quando siamo in stato di veglia il cervello accede alla mente conscia. Quando invece il cervello è in stato di trance accede alla mente subconscia o superconscia. Noi passiamo più tempo in trance che in veglia.

Per esempio, quando fai qualcosa benissimo e neanche te ne accorgi, o ti chiamano e non senti, o guidi e arrivi bene a casa senza neanche sapere che strada hai fatto è perché sei in trance. La trance è uno stato fisiologico normale del cervello, ovvero il cervello la usa quando ne ha bisogno. L'ipnosi è qualunque tecnica che porta il cervello nostro o degli altri in stato di trance a comando: a questo punto si spalancano le porte ai nostri veri superpoteri. Nei prossimi articoli approfondiremo tutto questo, che si trova anche nel mio libro *"Spiritual Quantum Regression"* (Uno Ed.) e nei miei corsi, dove si impara tutto ciò in modo molto pratico, semplice e veloce.

Grazie Love and Gratitude