**Vorbereitung auf die Spirituelle Hypnose**

Name: Datum:

**Kleine Anamnese:**

* Was erhoffst Du Dir zu erfahren oder bist Du nur neugierig?
* Was soll durch diese Neugierde befriedigt werden?
* Was möchtest Du im Leben verändern?
* Was möchtest Du in naher Zukunft erreichen?
* Was brauchst Du dafür?
* Nenne 7 Vorteile: Was ist nach der Veränderung anders?

**-**

**-**

**-**

**-**

**-**

**-**

**-**

Je besser Du Dein Ziel kennst, desto hilfreicher ist für Dich diese Hypnosesitzung.

Wir suchen keine Ziele, sondern lösen Blockaden auf, die Dich daran hindern, Deinem Ziel näher zu kommen.

Du erlangst wärend Deiner Seelenreise ein umfassenderes Verständnis für Zusammenhänge.

* „Warum gibt es diese oder jene Unwegsamkeiten?“
* „Warum komme ich nicht voran?“
* „Warum passiert mir immer wieder dasselbe?“

Solche oder ähnliche Fragen sind typisch. Sobald Du jedoch den tieferen Sinn dahinter verstanden hast, kannst Du ganz anders damit umgehen.

Es zeigt sich in dier Spirituellen Hypnose immer metaphorisch das, was Dein Thema am besten umschreibt und für Dein Bewusstsein am Verständlichsten ist.

Sprich alles aus, was Du wahrnimmst, dann können wir für Dich viel rausholen.

Möchtest Du die Sitzung aufgenommen haben, dann bringe bitte am Therapietag ein Aufnahmegerät mit!

Beobachte Dich und Dein Verhalten in den Tagen und Wochen nach der Hypnosesitzung sehr genau.! Vielleicht magst Du auch ein Tagebuch führen. Frage Dich: “*Was ist heute schon besser als gestern*?” Wenn wir den Fokus nicht auf den Mangel / Defizit lenken, sondern auf die fließende Energie, können wir uns von ihr nach vorne targen lassen – in eine positive Zukunft. Nicht fragen was an Problemen noch da ist, sondern was sich schon gebessert hat.

**1. Liste mit 5-10 Fragen an die geistige Welt**

Bitte notiere Dir 5-10 sinnvolle Fragen, die Dich beschäftigen und Dich dazu geführt haben, eine Spirituelle Hypnose durchführen zu lassen, z.B:

* Warum begegne ich immer Menschen, die mich ausnutzen (oder mir wehtun o.ä.)?
* Warum habe ich mir diesen Körper mit seinen Defiziten (oder Makeln o.ä.) ausgesucht?
* Warum bin ich in dieser Familie groß geworden?
* Warum komme ich im Leben nicht voran?
* Warum komme ich von diesem Mann (dieser Frau) nicht los?

Besser, als Warum-Fragen zu stellen, sind zielführende Fragen, wie z.B.:

* Was sollen mir Menschen beibringen, die mich ärgern?
* Wie hilft mir mein Körper bei der Erfüllung der Aufgaben, die ich mir für das jetzige Leben gestellt habe?
* Wer von meiner Verwandtschaft gehört zu meiner Seelenfamilie und welches Thema haben wir für diese aufzulösen?
* Was ist meine Lebensaufgabe?
* Was kann ich tun, damit es besser wird?
* Wie kann ich mein Leben trotz dieser Erschwernis bestmöglich weiterführen?
* Was kann ich für meine Gesundheit tun?

Frage Dich: *“Was will ich mit meiner Frage erreichen?”*, dann kommst Du Deiner Zielsetzung

schon näher.

**Liste meine Fragen:**

**1.**

**2.**

**3.**

**4.**

**5.**

**6.**

**7.**

**8.**

**9.**

**10.**

**2. Liste von wichtigen Menschen aus meinem Leben**

Außerdem benötige ich im Vorfeld noch eine Liste von etwa 5–10 engen

Verwandten, Freunden, Kollegen und Bekannten, aber auch von Widersachern, die einem das Leben schwer machen. Diese Personen können auch schon gestorben sein.

In dieser Liste sollten auch ein paar wichtige Eigenschaften dieser Personen enthalten sein. Das ist deshalb wichtig, damit wir Personen aus einem vorherigen Leben besser zuordnen können. Häufig inkarnieren wir nämlich mit Seelen, die zu unserer Seelengruppe gehören oder mit Seelen, die wir schon aus früheren Leben kennen. So können Mutter und Tochter im vorherigen Leben vielleicht beste Freunde oder ein Ehepaar gewesen sein. Und wenn wir die Eigenschaften dieser Personen kennen, können wir einfacher herausfinden, wer welche Rolle spielt und warum.

**Wer ist wichtig (pos. wie neg.) in meinem jetzigen Leben?**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Name und Geschlecht  der Person | Rolle  im jetzigen Leben | Besondere  Charakter-  eigenschaften |
| 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| 5 |  |  |  |
| 6 |  |  |  |
| 7 |  |  |  |
| 8 |  |  |  |
| 9 |  |  |  |
| 10 |  |  |  |

**Besondere Wünsche?**

*Ich wünsche Dir eine spannende und erkenntnisreiche Sitzung!*