

Deep Recovery Prozess

Eine besonders kraftvolle hypnotische Intervention zur Klärung, Reinigung und Kräftigung des Unbewussten

Der Deep Recovery Prozess ist eine Universalintervention, von der nahezu all unsere Klienten profitieren können.

Er schlägt die Brücke zwischen dem Abbau von Blockaden (kurative Arbeit) und dem Aufbau erwünschter Zielressourcen (generative Arbeit). Somit bietet er dem Klienten das Beste aus beiden Welten: Der Heilarbeit (alte Blockaden und Schmerzen werden losgelassen), und der Progressionsarbeit (neue Stärken und Fähigkeiten werden in die persönliche Zukunft projiziert).

Er eignet sich besonders gut für Klienten, ...

- die während der Therapie (zum Beispiel mittels Hypnoanalyse) Therapieblockaden erleben
- die nicht so richtig wissen, was sie wollen – außer, dass sie „ihr Leben irgendwie verändern müssen“
- die nur ein einziges Mal Ihre Praxis besuchen können, sich aber dennoch unmittelbar spürbare Resultate wünschen

Mit einer Exekutionsdauer von ca. 45 Minuten – inklusive Induktion und Vertiefung – lässt er sich problemlos in einer einzigen Sitzung durchführen.

Spezielle Kontraindikationen für den Deep Recovery Prozess:

- akute Krise
- akute Suizidalität

Der Prozess koppelt Ideomotorik an Suggestion und durchläuft den logisch nachvollziehbaren Prozess der Reinigung, bevor die Kräftigung (im Sinne Aufbau innerer Ressourcen) beginnt. Die Wirkung ist zuweilen phänomenal – so sind heftige Abreaktionen eher die Regel als die Ausnahme, und viele Klienten berichten im Nachhinein von einer sehr tiefen Ruhe und Gelöstheit, die sie erleben.



Deep Recovery Prozess: Ablauf.



Induktion & Vertiefung
ca. 20-30 Minuten sind perfekt



Reinigung
Ideomotorik Hände:
Alte Blockaden fließen in die wie Schalen
geöffneten Hände



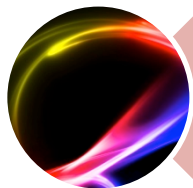
Klärung
Reinweißes Licht durchflutet Körper, Geist und
Seele



Kräftigung & Stärkung
Ideomotorik Vergangenheit (linke Hand) <-
> Zukunft (rechte Hand) --> Herzintegration



Zukunftsprogression



Exduktion

Prozessablauf

Vor Prozessbeginn ...

- wir der Klient gefragt, ob er bereit für eine Erfahrung ist, in der er alten Ballast über Bord spülen darf und die Praxis mit einem völlig neuen Selbstwertgefühl gestärkt verlassen darf – erst fortfahren, wenn der Klient explizit bejaht
- holen wir uns das Einverständnis, dass Berührung während der Sitzung gestattet ist

Prozess-Stufe I

- Induktion durch Fixationsmethode
- Vertiefung durch Arm Drop, Fraktionierung mit erneuter Fixation, Biorhythmik, progressive Entspannung, Zaubertreppe

Prozess-Stufe 2: Die Reinigung.

Und in wenigen Augenblicken wirst du deine Arme leicht anheben ... die Hände wie Schalen geöffnet ... um allen alten Ballast, alle alten Verletzungen, Wut, Trauer, Enttäuschungen, Schmerzen einfach aus dir fließen zu lassen ...

Hebe nun deine Unterarme, deine Hände leicht an ... und die Hände drehen sich ... wie nach oben geöffnete Schalen ...

[für den Fall, dass der Klient Schwierigkeiten hat, den Anweisungen zu folgen: „Und ich werde dich jetzt bei dieser Erfahrung ein ganz klein wenig unterstützen ... in wenigen Augenblicken werde ich deine Hände, deine Handgelenke berühren ... du wirst dann ein tiefes Gefühl von Frieden und Vertrauen in dir spüren ... ich berühre nun deine Hände ... und du erlebst, wie sich deine Hände drehen ... wie nach oben geöffnete Schalen ...]



Und du kannst jetzt ... in deine wie Schalen geöffneten Hände ... allen alten Schmerz, unnützen Ballast, seelische Wunden und Verletzungen ... all das fließen lassen, was im Hier und Jetzt und für deine persönliche, freie und glückliche Zukunft keinen Nutzen mehr hat ...

... so dass dein Unterbewusstsein ganz von selbst zuverlässig unterscheidet, welche alten Glaubenssätze ... Dinge, die du früher einmal über dich gedacht hast und die dich behindern oder einschränken ... du hier und heute aus dir fließen lassen kannst ... hinter dir lassen darfst ... denn hier und jetzt ist der richtige Zeitpunkt gekommen, um alte Fesseln zu lockern und zu lösen ... alten Ballast einfach über Bord zu spülen ... so dass tief im Innersten deiner Selbst eine nahezu ungeahnte Freiheit entstehen kann ...

[Fortfahren, motivieren – alter Ballast soll in die wie Schalen geöffneten Hände fließen.]

... und je mehr alten Ballast du loslässt, umso mehr sich deine Hände füllen, umso schwerer werden sie ... so dass sie ganz allmählich damit beginnen können, sich zu drehen ... auf diese ganz typische, hypnotische Art und Weise, leicht ruckhaft ... beginnen sich deine Hände nun zu drehen, so dass du allen alten Ballast, Wunden, Verletzungen von dir fließen lassen kannst ... und du dich mit jedem Atemzug mehr und mehr von dem befreist, was einmal war, um viel Raum und Platz zu schaffen für all das, was in Zukunft sein kann.

[Fortfahren, bis die Hände vollständig geleert sind.]

Prozess-Stufe 3: Die Klärung.

Sehr gut. Und wie wäre es jetzt, wenn du eine wunderbar heilsame innere Reinigung erfahren würdest ... eine Art innerer Frühjahrsputz, die auch die letzten Ecken noch entstaubt und somit eine wunderbare Leinwand schafft für die fantastischen Bilder deiner Zukunft ...

Stell dir nun vor, wie über dir ein Strahl auftaucht aus reinweißem Licht ... ein Licht, das so hell ist, dass er überhaupt nicht heller sein könnte ... ein heilsames Licht voller positiver Energie, das nun von ganz oben herab nach unten strahlt ... und auf deine Kopfhaut trifft ... und deinen gesamten Körper durchdringt ... und jede Pore, Faser, ja jede Zelle deines Körpers in dieses wundervoll heilsame Licht taucht ... das alte, wund Stellen abheilen lässt und eine unglaubliche innere Reinheit und Klarheit schafft ...

[Fortfahren mit dem Bild des reinweißen Lichts.]

Prozess-Stufe 4: Die Kräftigung.

Und deine Hände werden sich abermals gleich wie Schalen öffnen ... doch diesmal wirst du eine gänzlich andere Erfahrung machen ...

[nun Suggestionen geben, wie die Hände sich selbst bewegen oder – falls passend – entsprechend nachhelfen und unterstützen. Dies kann vom Klienten als äußerst wohltuend empfunden werden!]



fortfahren.]

Ankerung Zukunftsressourcen

Und all die Träume, die Wünsche und die Pläne der Zukunft ... all das Gute, was du dort zu sehen vermagst ... all die tollen Momente, die du in Zukunft erleben willst und wirst ... all das kann nun in deine rechte Hand fließen ... fließen [nach Bedarf fortfahren.]

Ankerverschmelzung & Integration

Und in wenigen Augenblicken werden sich die kraftvollen Ressourcen deiner Vergangenheit mit deinen Wünschen und Zielen der Zukunft verschmelzen ... so dass sich deine Hände nun aufeinander zu bewegen ... mehr und mehr ... je mehr dein Unterbewusstsein damit beginnt, diesen Prozess in Gang zu setzen ... [fortfahren, bis die Hände sich berühren] ... und nun werden deine beiden Hände sich zu deinem Herzen hinbewegen, so dass sich all die Kräfte der Vergangenheit, der hoffnungsvolle Schimmer der Zukunft ... so dass all diese Ressourcen auf tiefster Ebene mit dir selbst verschmelzen ... und noch mehr zu einem Teil deiner Selbst werden [Fortfahren, bis die Hände das Herz berühren.]

Prozess-Stufen 5 & 6

Future Pace mit anschließender Exduktion.



Ankerung der Vergangenheitsressourcen

In deine linke Hand werden nun alle positiven Ressourcen der Vergangenheit fließen ... so dass dein Unterbewusstsein nun auf eine Reise geht ... in die Vergangenheit ... und jeden einzelnen Augenblick, an dem du dich kraftvoll, motiviert, geliebt und gewertschätzt gefühlt hast ... in deine linke Hand fließen lässt ... jeden Glücksmoment, die großen wie die kleinen ... all das kann nun in deine linke Hand fließen [ganz nach Bedarf