

bewusster leben

NEU DENKEN UND HANDELN

The Perfect Flow

Tai Chi für Einsteiger

Coffee4Health

Wie gesund ist Kaffee?

Warum ich?

Wege aus der Opferrolle

Wut tut gut!

Warum wir zu unseren Gefühlen stehen sollten

Engel sind immer um uns

Authentische Erfahrungen mit himmlischen Wesen



**Den Dalai Lama erleben.
HIER & JETZT!**

Gewinnen Sie Karten für seine Vorträge in Hamburg



Buddha at Home

Mein Stille-Retreat für Zuhause

Der Hypnose-Coach

Robert Salopek hat ein Hypnoseverfahren entwickelt, das seinen Klienten bei der Neuausrichtung ihres Lebens hilft. Und seine Erfolge sind verblüffend.

Wer heute von Hypnose spricht, der denkt automatisch an Showhypnose, bei der man den Befehlen eines ominösen Hypnotiseurs hilflos ausgeliefert ist und Dinge tut, die man im normalen Wachzustand wohl niemals tun würde.

Die seriöse Hypnose, auch Hypnotherapie genannt, hat jedoch nichts mit dieser Art der Vorführhypnose zu tun. Sie ist vielmehr eine Heilweise, die nicht nur die klassischen Felder der Raucherentwöhnung, Gewichtsreduktion oder ein mangelndes Selbstbewusstsein behan-

deln, sondern auch Erfolge bei Stressabbau und Einschlafproblemen vorweisen kann. Bereits seit mehreren Jahrtausenden wird die Hypnose erfolgreich eingesetzt. Dabei gilt Milton Erickson, ein amerikanischer Arzt und Psychiater, als Vater der modernen Hypnotherapie. Er setzte vor allem auf die Wirkung von Metaphern, die den engen Bezugsrahmen des Patienten durchbrechen und baute auf die Weckung und Aktivierung neuer oder verschütteter Ressourcen. Seine sanften und indirekten Suggestionen (ganz entgegen dem

autoritären Stil vergangener Tage) markieren einen Wendepunkt in der therapeutischen Hypnose. Mit seinem Prinzip „Alles, was der Patient mitbringt, wird genutzt“ überführte er die Hypnose als ein vormals starres Ritual in eine aktive Therapieform.

Hypnose und mediale Fähigkeiten

Robert Salopek, Leiter des *Hypnosezentrums Europa*, verknüpft nun diese Form der Hypnose mit seinen Fähigkeiten als Geistheiler und hellsehtiges Me-

rend der Hypnose alles um sich herum wahr. Er ist also nicht, wie es so schön heißt, „weggetreten“.

Das Ziel der Aktivhypnose ist es, die Aufmerksamkeit auf das innere Erleben zu fokussieren und den Klienten seine Neuausrichtung so sehr fühlen zu lassen, als ob sie schon Realität wäre. Seine Klienten geben dem Hypnose-Coach Salopek recht: Viele von ihnen berichten, dass sie nach der Behandlung eine Neuausrichtung in ihrem Leben spüren und positiv umsetzen konnten. **bl**

Das Ziel der Hypnose ist es, die Aufmerksamkeit auf das innere Erleben zu fokussieren.

dium. Durch diese Kombination erzielt er noch bessere Erfolge als sie in einer reguläre Hypnosesitzung möglich sind. Dabei kann er aus einem breitgefächerten Erfahrungsschatz aus seiner Arbeit als Coach schöpfen.

Eine Behandlung bei ihm verläuft in etwa so: Während eines Vorgesprächs schafft sich Robert Salopek ein Bild des Klienten und erörtert mit ihm gemeinsam, was er sich als Veränderung oder Harmonisierung wünscht. Die Hypnose wird daraufhin speziell auf seine Bedürfnisse abgestimmt. Trotz des tranceartigen Zustands nimmt der Klient wäh-



INFO

Robert Salopek
Hypnose-Coach, Authentic Life Coach®,
Unternehmer und Bestseller-Autor
www.hypnosezentrum-europa.com