



Harry Eilenstein

Hypnose für Anfänger

Experimente, Zusammenhänge und die Anwendung in der Magie

Inhaltsverzeichnis

I. Was ist Hypnose?

1. Die „klassische Hypnose“
2. Schlafredner und Schlafwandler
3. Dominante Menschen
4. Die Massenhypnose
5. Ein Modell des Bewußtseins

II. Methoden des Hypnotisierens

1. Die Haltung des Hypnotiseurs
2. Hypnose durch Worte
3. Hypnose durch Gesten
4. Hypnose durch Lebenskraft
5. Hypnose durch Telepathie

III. Anwendungsmöglichkeiten

1. Erforschung der Psyche
2. Heilung der Psyche
3. Heilung des Körpers
4. Aufklärung von Verbrechen u.ä.
5. Erforschung früherer Inkarnationen
6. Erforschung magischer Möglichkeiten
7. Befehlen von Handlungen

IV. Die Tiefe des Hypnose-Zustandes

V. Das Wecken aus der Hypnose

1. Wecken mit Worten
2. Wecken mit Lebenskraft
3. Eigenständiges Erwachen

VI. **Die Nebenwirkungen des Hypnotisierens**

1. einmalige Hypnose
2. häufige Hypnose
3. Alternativen zur Hypnose

VII. **Erlebnisse mit der Hypnose**

VIII. **Hypnose-ähnliche Vorgänge**

1. Bewußtseinsübertragung
2. Darschan
3. Phowa
4. Besessenheit
5. Hypnose-Kampf
6. Bewußtseinsausweitung
7. Spiritus familiaris
8. Ein Levitations-Experiment
9. Der „Hepp-Versuch“
10. Eine Shaolin-Übung

IX. **Ein Hypnose-Modell**

Bücherverzeichnis

I Was ist Hypnose?

I 1. die „klassische Hypnose“

Hypnose ist ein Zustand der Psyche und des Bewußtseins, der im Alltag in der Regel nicht vorkommt.

Bei der „klassischen Hypnose“ übernimmt der Hypnotiseur die Funktion des Wachbewußtseins des Hypnotisierten, der dadurch in einen schlafähnlichen Zustand gerät. In diesem Zustand kann der Hypnotiseur mit dem Hypnotisierten sprechen - er hat allerdings nicht das Wachbewußtsein des Hypnotisierten als „Gesprächspartner“, sondern nur das Unterbewußtsein des Hypnotisierten. Der Hypnotisierte befindet sich in einer Art Traumzustand - genauer gesagt in einem „Wach-Traum“, da er zwar ohne Wachbewußtsein, aber ansprechbar ist.

I 2. Schlafredner und Schlafwandler

Die einzige Gelegenheit, bei der ein Mensch auf natürliche Weise in einen Hypnose-Zustand gerät, ist das Sprechen im Schlaf. Wenn man einen Menschen, der im Schlaf spricht, Fragen stellt, beantwortet dieser Mensch diese Fragen wahrheitsgemäß, da er nicht von seinem Wachbewußtsein, sondern von seinem Unterbewußtsein her antwortet.

Die erweiterte Version dieser „Schlaf-Gespräche“ ist das Schlafwandeln, bei dem zu dem Sprechen im Schlaf noch das Bewegen im Schlaf hinzukommt. Manche Schlafwandler

kann man auffordern, etwas Bestimmtes zu tun, was sie dann auch befolgen.

Diese beiden „natürlichen Hypnose-Zustände“ entstehen dadurch, daß das Kleinhirn nicht in ausreichendem Maße die inneren Traumbilder von den motorischen Zentren im Gehirn trennt. Diese Trennung bewirkt normalerweise, daß man dann, wenn man vom Laufen träumt, nicht auch tatsächlich aufsteht und zu laufen beginnt.

I 3. Dominante Menschen

Es gibt Menschen, die jeden Raum, den sie betreten, sofort vollständig ausfüllen. Diese Menschen sind in der Regel eher dominant und haben oft einen Skorpion-Aszendenten oder den Pluto im ersten Haus ihres Horoskops. Wenn solch ein Mensch den Raum betritt, vergißt man, was man eigentlich wollte und überläßt sich weitgehend der Führung der Situation durch den anderen.

Dieses Phänomen ist der Hypnose eng verwandt - nur daß dabei die auf diese Weise „hypnotisierten“ Menschen wach bleiben. Allerdings haben die Menschen in dieser „Wach-Hypnose“ die Steuerung ihrer Handlungen weitgehend aus den Händen gegeben.

Oft haben diese dominanten Menschen auch eine manipulierende Sprechweise, d.h. sie zielen mit ihrem Sprechen nicht darauf ab, zusammen mit dem anderen etwas zu erkennen, sondern wollen mit ihren Worten ein bestimmtes Ziel erreichen, d.h. andere zu einem bestimmten Verhalten bewegen. Die meisten Politiker gehören zu dieser Sorte von dominanten Menschen - „Alpha-Männchen“ und „Alpha-Weibchen“.

I 4. Die Massenhypnose

Bei einer Massenhypnose nimmt ein solcher dominanter Mensch eine zentrale Stellung ein und richtet eine große Menge von Menschen, die ihm zuhören, ganz auf sich selber aus – sie sind auf den Redner fixiert, er schlägt sie in seinen Bann, er weitet sein Bewußtsein auf sie aus.

Solche Massenhypnosen finden sich vor allem bei politischen Großveranstaltungen in Diktaturen – sie dienen der Unterwerfung der Menschen. Oft werden diese Großveranstaltungen von der Architektur des Ortes, an dem die Rede gehalten wird, von der Beleuchtung, von Aufmärschen und Inszenierungen unterstützt. Das wichtigste Element ist natürlich der Wille, die Redekunst, die Mimik und die Gestik des Redners.

Diese „Gleichschaltung“, wie diese Technik im „Dritten Reich“ genannt worden ist, ist die Unterdrückung und Ersetzung des wachen und eigenständig entscheidenden Ichs der Zuhörer durch das dominante Ich des Diktators.

Auch erfolgreiche Talkmaster, Revolutionsführer, Feldherren u.ä. brauchen die Begabung, dominant die Stimmung einer Gruppe lenken zu können.

Hypnoseähnliche Zustände kommt im Alltag offenbar doch deutlich häufiger vor als man normalerweise annimmt ...

I 5. Ein Modell des Bewußtseins

Es gibt im normalen Leben vier Formen des Bewußtseins:

- das Tiefschlaf-Bewusstsein, das wie eine weiße Leinwand ist, auf der Bilder erscheinen können, oder wie die Stille, in der ein Ton erklingen kann;
- das Traumbewußtsein (Unterbewußtsein), das alle Wahrnehmungen und Erinnerungen der betreffenden Psyche enthält;
- das Wachbewußtsein, das das eigene Verhalten im Alltag lenkt;
- und den Ekstase-Zustand, der sich vor allem in Angst und Lust zeigt.

Diese vier Formen des Bewußtseins wirken zusammen und haben eine effektive Arbeitsteilung:

- Der Tiefschlaf ist das unbeleuchtete Haus, das den Raum zur Verfügung stellt.
- Das Unterbewußtsein ist das Archiv in diesem Haus, in dem sich alle Informationen befinden und das nur ziemlich dämmrig erleuchtet ist.
- Das Wachbewußtsein ist ein Schreibtisch in einem Büro in diesem Haus, in dem es eine Deckenlampe gibt, die alle Dinge in diesem Raum sichtbar macht – dort befinden sich alle Informationen, also alle Bewußtseinsinhalte, die in der derzeitigen Situation benötigt werden.