

Erfolgreich und glücklich sein

Gibt es den Glückspilz oder den Pechvogel?

Ja, das Gehirn entscheidet sich für den entsprechenden Zustand!

Neuste neurowissenschaftliche Forschungen haben ergeben, dass die Frontallappen entscheidend sind für das zielgerichtete Verhalten sowie das Erstreben von Vorstellungen für das Schmieden von Plänen und zur Zielerreichung. Für die Organisation der Mittel, um das Ganze in die Tat umzusetzen. *In unserer Hypnose aktivieren wir bewusst die nötigen Regionen.* Wir sprechen die entsprechenden frontalen Hirnbereiche an. Sie lernen „Nein“ sagen zu störenden negativen Angewohnheiten.

Mit den frontalen Hirnbereichen können wir uns geistig erneuern, neue bessere Verhaltensweisen gezielt anwenden und uns entspannt auf unsere Erfahrungen mit der Umwelt und anderen Personen einlassen.

Mit gut aktivierten Frontallappen werden wir aufmerksam, erkennen Neues und erschaffen es. Unsere Ziele werden schnell und effektiv erreicht. Wir gestalten bewusst unsere Zukunft positiv; und nicht zuletzt beeinflussen wir unsere Gesundheit.

Die Selbstheilungsmechanismen werden nämlich durch das Frontalhirn aktiviert.

Die Untersuchungen meditierender tibetischer Mönche haben ergeben, dass deren Frontallappen während der Meditation oder Trance – wie sie auch in der Hypnose erreicht wird, sehr aktiv sind. Besonders aktiv ist der linke Frontallappen, was auf ein hohes Mass an Konzentration, sowie ein Verbunden sein mit positiven Gefühlen wie Zuneigung und Mitgefühl schliessen lässt. Ergebnisse aus der modernen Glücksforschung belegen, dass die Produktion von mit Glücksgefühlen verbundenen Hormonen und Botenstoffen bei hypnotisch richtiger Aktivierung der Frontallappen verstärkt wird. Optimistische Personen haben einen aktiveren linken Frontallappen als unglückliche Menschen. Erkennbar kann dieses Hirnareal schlechte Gefühle weitgehend eliminieren und sorgt für die heitere Ausgeglichenheit und Gemütsruhe. Diese emotionalen Hochs gilt es durch das hypnotische Ansprechen der Frontallappen zu stimulieren. Heute, in unserer schnelllebigen und stressbeladenen Zeit, eilen viele Menschen an vielen Glücksmomenten vorbei - sie laufen ihrem Glück davon, anstatt ihm entgegen zu gehen. Dies macht sie unzufrieden und oft sogar aggressiv ihrer Umwelt gegenüber.