

Barbers mystische Induktion (Modifiziert von Alain Wolff)

Stelle tiefen Somnambulismus her bevor du mit dieser Methode weitermachst.

„Ich möchte, dass du dir etwas für mich vorstellst. Stelle dir deinen Geist vor, diesen besonderen Teil von dir. Erlaube deinem Geist jetzt eine Reise mit mir zu machen. Er kann frei werden um all diese Erfahrungen nun zu machen und sich Dingen bewusst zu werden, wozu du sonst keinen Zugang hast. Dazu werde ich bald von 1 bis 10 zählen. Mit jeder Zahl die ich sage, steigt dein Geist immer weiter hinauf, dorthin wo Nichts und Alles ist. Lass es einfach zu, dass es passiert und es wird ganz leicht sein. Denn diese Zeit ist nur für

dich bestimmt. In diesem Moment musst du nirgendwohin gehen, musst du nichts anderes tun und an nichts anderes denken. Erlauben deinem Geist, alle lästigen Sorgen loszulassen. Deine Innere Ruhe nimmt zu, und dein Geist wird immer friedlicher und entspannter. Das angenehme Gefühl breitet sich in jedem Körperteil aus, und alles Unangenehme wird immer weniger.

1... Halte deine Augen geschlossen. Ich nehme deinen Geist auf kurze Reise mit. Erlauben ihm, sich als Bewusstsein und Wahrnehmung zu empfinden. Bewusstsein und Wahrnehmung kommen zusammen und steigen auf 2... immer höher und höher. Hinaus aus diesem Zimmer

3... weit über diesen Ort

4... bewegt sich so leicht und es fühlt sich besser und besser an

5... steigen und bewegen sich immer höher in das All.

6... Das Bewusstsein und die Wahrnehmung steigen ewig immer weiter hoch, ewig und für immer. 7... indem ich diesen Teil anspreche, nimmt er die Unendlichkeit um sich herum wahr, für immer und ewig, ohne Anfang und Ende.

8... Unendliche Tiefen fließen in einen unendlichen Raum. Werde dir dessen bewusst, dass dein Bewusstsein Teil dieses Universums ist, das sich immer weiter und weiter ausdehnt, ohne Anfang und ohne Ende, für immer und ewig.

9... du bist ein Teil dieser Unendlichkeit; spüre, wie das Universum dich umgibt, für immer.

Barbers mystische Induktion (Modifiziert von Alain Wolff)

10...Plötzlich nimmst du um dich herum ein leuchtendes weißes Licht wahr, ein intensives weißes, wunderbares Licht, das dich für immer umgibt, ein allumfassendes weißes Licht um dich herum, ein das Universum durchflutendes Licht, das immer weiter und immer weiter vordringt. Dein Bewusstsein und deine Wahrnehmung sind das Universum dieses Lichtes. Spüre, wie es einen neuen Planeten erreicht, einen neuen Platz. Schau dir nur all die Farben an – es ist so farbenfroh und bunt hier!

Betrachte das Rot und Grün – üppiger, als du es dir jemals vorgestellt hast. Und das Blau ist

satt wie auch das Purpur und Violett. Der Himmel ist blauer als jemals zuvor, und die Wolken sind ein wunderschönes sattes Weiß. Und hier sind Farben, die du noch nie zuvor gesehen hast.

Wunderschöne und harmonische Farben, überwältigend. Und hinreißende Bäume mit kräftig grünen Blättern.

Dieser Planet ist überwältigend. Schau dir all die schönen Blumen rundherum an. Und wie süß sie riechen! Was für ein wundervoller Duft in der Luft liegt! Das Laufen auf dem Planeten fühlt sich so leicht an. Die Anziehungskraft ist so gering, dass es sich wie Schweben anfühlt. Das Gewicht ist so gering, dass du dich vollkommen unbeschwert fortbewegen kannst. Atme die wundervolle Luft ein, den Duft, kühle, köstliche, gesunde Luft. Und hier gibt es wundervolle Kreaturen. Schau dir die unglaublich schönen Vögel an, wie ergreifend sie die unglaublich süßen Lieder zwitschern! Das sind offensichtlich intelligente Vögel, aufmerksam und so lieblich. Schau dir die Vögel an, und lausche ihre Lieder. Während du das tust, nimm wahr, dass da noch andere Musik ist, die dich umgibt – nicht nur die der Vögel, sondern auch eine wundervolle, alles durchdringende Musik in der Ferne, die den ganzen Planeten umgibt.

Atme die Luft ein, fühl dich gut, so leicht, und schau dich um. Jeder Grashalm scheint zu leben. Hebe einen Grashalm auf. Der fühlt sich so weich an! Schau dir die wundervollen

Blüten des Planeten an, die Blüten der Bäume sind umwerfend schön – voller Leben.

Barbers mystische Induktion (Modifiziert von Alain Wolff)

Nimm wahr, dass die Blumen auf diesem Planeten bezaubernd sind; die Blüten an den Bäumen sind von vollkommener Schönheit – alle so voller Leben. Schau dir die Tiere des Planeten an, die Hunde und Katzen, so intelligent, und wie anmutig sie sich bewegen! Und all diese schönen Falter und Schmetterlinge! Alle scheinen so glücklich, lieblich und harmonisch zu sein.

Das ist ein wundervoller Ort, eine schöne Welt.

Nimm die Menschen um dich herum wahr. Schau sie dir ganz genau an. Sie sind alle sehr,

sehr lebendig mit liebevollen Gefühlen, über den ganzen wundervollen Planeten verteilt. Die Menschen sind so lebendig, dass du die Dimensionen in ihrer Tiefe ausloten und die Intelligenz und Liebe von diesen wundervollen Menschen ausströmen sehen kannst.

Nimm wahr, dass die Menschen spielen, sie spielen und lachen. Sie sind lebendig, glücklich, arbeiten, singen, tanzen und lachen, glücklich – herzerquickend und voller Vitalität. Spüre die durchdringende Kraft der Freude und Vitalität, die von den Vögeln, Tieren und Blumen ausströmt. Vitale Energie. Diese lebendige Energie durchdringt alles und fließt durch dich hindurch. Du wirst dir dessen bewusst, dass auch du ein Teil dieses Planeten bist.

Dieser Planet ist diese Erde und hat diese fließende vitale Energie in jeder lebendigen Kreatur. Schwingende, wundervolle Gefühle der Wärme und das Gefühl des Lebens sind in dir.

Durchdringend und stark durchfließen sie dich und jede andere Person auf diesem Planeten, der diese Erde sein könnte. Du spürst eine wundervolle Nähe zu jedem Lebewesen auf dieser Erde und im ganzen Universum – eine wunderbare Nähe, während du fühlst, dass deine Grenzen sich auflösen. Du verbindest dich mit den Bäumen und den Vögeln und den Menschen und den Schmetterlingen und den Blumen und den Blüten und den Blättern der Bäume und jedem Grashalm.

Alles ist am Leben – genießt die Fülle des Lebens –, mit aller durchdringenden Lebensenergie fließend, bewegend, schwebend. Diese wunderbare, wundervollen Nähe; eine Einheit mit allen; ein Gefühl, durch und durch lebendig zu sein.

Barbers mystische Induktion (Modifiziert von Alain Wolff)

Das wunderbare Gefühl der Freude und des Glücks steigt immer höher, und es fühlt sich so gut an, so lebendig zu sein! Schau dir jetzt die Tiere an, wie diese fließende Energie durch deine Augen strahlt, ebenso in dir und in jedem anderen Wesen. Wie ihre Augen die Magie des Sehens ausstrahlen und welche Stärke und Energie sie besitzen, wie sie den Geräuschen des Universums lauschen! Bemerke, wie diese Tiere die Energie des Lebens schmecken, berühren, fühlen, spüren können, die durch jedes Lebewesen, durch jede Person, durch jeden Planeten fließt.

Und du wirst dir der Stärke, Vitalität und Energie und des lebendigen Wunders bewusst, die diese ganze Erde durchfließt. Es fühlt sich so gut an, so lebendig zu sein, ein Teil dieser lebendigen fließenden Energie zu sein, ein Teil dieses wundervollen, schönen Universums zu sein und nun von dieser wundervollen, starken, gesunden Energie erfüllt zu sein, die von jedem und durch jedes lebendige Wesen aus diesem Universum kommt.

Du fühlst die Stärke und Bewegung der Energie – stark, vital und jetzt Ihr ganzes Sein durchdringend – wie sie jedes Lebewesen durchdringt, das ganze Universum durchfließt, bis in die Unendlichkeit.

Ich werde bald von 10 bis zur 1 zählen. Mit jeder Zahl die ich sage, kann kommt der Geist wieder zurück dahin, wo er vorher war, bevor wir diese Reise gemacht haben.

10... nimm noch einmal einen Augenblick, um all das wahr zu nehmen, was es war zu nehmen gibt, alles mitzunehmen, was es mitzunehmen gibt

9... du weißt, dass es ganz leicht ist wieder hierher zu kommen, wann immer du möchtest

8... weiter hinunter, ganz sanft

7... 6... 5...

4... bald wieder da und vereint

3... der Geist vereint sich wieder mit dem Bewusstsein und dem Körper

2... lässt alles einfließen was er mitgebracht hat

1... wieder vereint

Barbers mystische Induktion (Modifiziert von Alain Wolff)

Lebendige Energie durchfließt dich nun. Du bist jetzt bereit, wieder diese Stärke und Gesundheit des Lebens, die mit jedem Lebewesen verbunden ist, zu spüren. Du bildest eine Einheit mit jedem anderen Lebewesen und bist bereit, diese Welt zu betreten, sich fließend, schwebend, fließend und schwebend zu fühlen wie jedes andere menschliche Wesen. Wenn du deine Augen gleich öffnest, bist du bereit, diese Energie durch und durch zu leben und zu fühlen.

Wenn du die Augen öffnest, bist du bereit, das Leben neu zu spüren, zu leben und zu erleben, ab jetzt. Bei der Zahl Fünf, und nicht vorher, nimmst ein paar tiefe Atemzüge, kannst dich strecken und die Augen in einem für dich besten Moment wieder öffnen.

Und fühle dich wunderbar, begeistert und glücklich durch diese Erfahrung.“ (*Von eins bis fünf zählen und Hypnose auflösen.*)