

¿Qué es la terapia de regresión hipnótica?

Escrito por Adraemond - 05/12/2021 12:42

que es la hipnosis regresiva

No hay mucha gente que tenga un buen conocimiento de lo que es la terapia de regresión hipnótica y lo que puede hacer. Tan pronto como escuchan las palabras "regresión hipnótica", algunas personas piensan automáticamente en la regresión a vidas pasadas. Está seguro; La terapia de regresión hipnótica es algo completamente diferente.

Si alguna vez ha pasado algún tiempo alrededor de los ríos, sabe que puede haber fuertes corrientes fluyendo debajo de la superficie del agua. El río puede parecer tranquilo y silencioso, pero si te caes, es posible que te arrastren fácilmente.

Tu mente subconsciente es como esas corrientes, que se agitan bajo la superficie de tu mente consciente. Es posible que no se dé cuenta de las poderosas fuerzas que su mente subconsciente ejerce sobre su comportamiento.

Si parece que tu vida va bien, en la superficie, pero estás luchando contra corrientes emocionales o saboteándote, los pensamientos, sentimientos e ideas que se agitan en tu mente subconsciente pueden ser los culpables. La terapia de regresión hipnótica puede ayudar a acceder a esos pensamientos y sentimientos subconscientes y reducir su capacidad para afectar su comportamiento.
