

HAI VOGLIA DI  
**RELAX**  
MA NON HAI MAI TEMPO?



LA SOLUZIONE E' **L'IPNOSI**  
(CHIEDICI INFORMAZIONI)

L'ipnosi è uno stato naturale della mente, durante il quale la tua attenzione è concentrata su un'immagine ed è rivolta verso l'interno, più che verso l'ambiente esterno.

Come quando sei completamente assorto nella lettura di un libro o nella visione di un film e qualcuno ti parla: lo senti, ma la tua mente resta concentrata su ciò che stai facendo e non registra ciò che accade intorno a te.

Così l'ipnosi è un modo rapido e semplice per rilassare in profondità il corpo e la mente, ridurre o addirittura eliminare le sensazioni e le emozioni sgradevoli, riscoprire energia e concentrazione. Tutto in pochi minuti.

Ecco le risposte alle domande più frequenti che i clienti ci rivolgono.

### L'ipnosi è sonno?

No, durante l'ipnosi sei in uno stato di coscienza parzialmente modificato e senti tutto ciò che ti sta intorno, semplicemente non te ne occupi.

### L'ipnosi è perdita di controllo?

No, al contrario avrai il perfetto controllo delle tue emozioni e sensazioni fisiche e sarai tu a scegliere di rimanere in quello stato perché è la tua mente a desiderarlo.

### In ipnosi dirò o farò cose contro la mia volontà?

No, l'ipnosi è uno stato rilassante e potenziante che ti è alleato, non nemico: nessuno potrebbe farti dire o fare cose che tu non vuoi. Non più di quanto la pubblicità già faccia quando guardi la tv...

Se scoppia un incendio nel palazzo e sono in ipnosi, rischio di non accorgermene?

Se la tua mente registrasse un pericolo nell'ambiente esterno, ti farebbe uscire dallo stato di ipnosi all'istante.

Se l'ipnotista muore improvvisamente non uscirò mai più dall'ipnosi?

Se nessuno ti guidasse fuori dall'ipnosi per qualunque motivo, riemergeresti spontaneamente, come risvegliandoti da un breve sonno, con i tuoi tempi naturali.

### Ci sono controindicazioni?

L'ipnosi è una pratica sicura e piacevole. La sconsigliamo solamente in caso di diagnosi psichiatriche gravi, e di assunzione di psicofarmaci o alteranti.