



Silva-Mind-Control

Autor/in: [Heilpraktikerin Hella Hergel](#)

Was ist Silva Mind Control? Silva Mind Control ist ein Methode zur Entspannung und Stressabbau. Die von José Silva entwickelte Entspannungsmethode besticht durch die Einfachheit ihrer Anwendung. Durch leicht nachvollziehbare Techniken kann man sich selbst in einen Alpha-Zustand versetzen, in dem man dann direkt mit dem Unterbewusstsein kommuniziert.

Mit "Alpha" sind die Gehirnströme, die zwischen 7 und 14 Hz liegen benannt. Silva erstrebt für die Arbeit eine Frequenz von 10Hz als Basis. Diese Frequenz liegt zwischen dem Wachbewusstsein (14 -21 Hz) und dem Schlaf (unter 4Hz). Es wird daraufhin gearbeitet diese Frequenz von 10 Hz zu halten um in diesem Zustand Veränderungen im Unterbewusstsein herbei zu führen, die dann im Leben die Ergebnisse herbei führen, die wir anstreben.

Diese Vorgehensweise kann man im weitesten Sinne auch als eine Art von Hypnose bezeichnen.

Allerdings hat José Silva die Vorgehensweise gut strukturiert, sodass dies eine Anwendung ist, die auch von sehr kontrollierten Menschen gut eingeübt werden kann, die sonst nicht loslassen können und schwer in Hypnose versetzt werden können.

Gewinne aus der Anwendung von Silvas Techniken den Alpha-Zustand erreichen, die beiden Gehirnhälften zu harmonisieren eine positive mentale Einstellung aufrecht erhalten mental und physisch Entspannen Einschlaf fördern ohne Medikamente Aufwachen ohne Wecker länger wach bleiben ohne Aufputschmittel Schmerzen positiv beeinflussen Gedächtnis fördern generelle Heilung fördern Gewohnheiten aufgeben wie z.B. Rauchen außersinnliche Wahrnehmung fördern

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten