

Sotto, Antonio Valmaggia, ipnologo e presidente di Past Life Regression School - Italia, nel corso di un'intervista con la Radiotelevisione svizzera.

di Antonio Valmaggia

Per parlare di ipnosi conviene partire dalle sue origini e chiarire subito che essa affonda le radici storiche nella notte dei tempi dell'umanità, dal momento che è uno stato di coscienza naturale dell'uomo. Quindi, possiamo affermare che l'ipnosi è sempre esistita.

Essa ha conosciuto nel passato differenti interpretazioni e applicazioni. L'ipnosi regressiva alle vite precedenti, della quale mi occupo ormai da



Ipnosi regressiva

In uno stato non ordinario di coscienza la nostra mente ha la possibilità di ricordare il passato e di testimoniare esistenze precedenti, a volte vissute in altre dimensioni...

tanti anni e di cui parleremo, è però diversa dall'ipnosi classica, e si differenzia da questa in quanto a presupposti, metodologia e finalità.

L'ipnosi regressiva alle vite precedenti è un metodo di conoscenza del sé e le sue tecniche sono costituite da una varietà di metodologie che permettono il recupero consapevole di memorie legate a esperienze che hanno avuto luogo in "altre esistenze" e, in alcuni casi, anche in "altre dimensioni".

A parlarne per la prima volta è stato lo psichiatra americano Raymond Moody nel suo celebre bestseller "La vita oltre la vita", pubblicato in Italia nel 1977.

I benefici di questa pratica sono tanti ed è difficile elencarli in poche righe. Durante una seduta di ipnosi si provano sensazioni di rilassamento che portano a uno stato di coscienza profondo. Le onde cerebrali rallentano, ci si stacca dagli stimoli esterni e si entra nel proprio mondo interiore. L'attenzione si sposta dall'esterno all'interno e si entra in un'altra dimensione. Sono momenti di "non-pensiero", è la percezione di una realtà senza l'interposizione di diaframmi interpretativi. Si affinano le capacità mnemoniche, sensoriali ed emotive e in un'atmosfera di graduale liberazione dalle tensioni e dai blocchi la mente profonda può finalmente schiudersi, rivelando i misteri del passato più remoto.

Diversamente dal sonno, però, nell'ipnosi c'è la consapevolezza di tutto. L'ipnosi e il sonno sono stati di coscienza differenti; infatti l'elettroencefalogramma di una persona in trance ipnotica corrisponde a quello di una persona sveglia, ma in stato di rilassamento profondo.

C'è da dire, inoltre, che l'ipnosi funziona solo se c'è il consenso e la collaborazione della persona. Non succedono le cose "strane" che si vedono nei film o sui palcoscenici: quelle servono solo a fare spettacolo. In ipnosi una persona si comporta come in stato di veglia, mantenendo inalterati i suoi principi etici e morali. La personalità rimane la stessa.

Chiunque può sottoporsi all'ipnosi, anche chi è scettico. Anzi, spesso le migliori esperienze ipnotiche sono quelle che partono da un'assenza di aspettative. Però, naturalmente, chi non offre alcu-