

## **Ali Eşref Müezzinoğlu**

### **45 Yıllık Bilinçli Hipnoz Deneyimi ve Çok Özel Vakalarla Uygulamalı Hızlı Hipnoz**

Müezzinoğlu Tekniği, kısaca yurt dışında bilindiği ismiyle Muezzi tekniği 45 yıllık tecrübe ile yoğurulmuş bir tekniktir: Gözle tespit, sözle telkin esasına dayanır.

Oldukça basit bir teknik gibi görünmesine rağmen hastanın bilinci ve bilinçaltında derin, güçlü ve kalıcı etkiler oluşturur. Diğer hipnotik yöntemlerin çoğunda olduğu gibi Muezzi Tekniği de hastanın ihtiyacına uygun biçimde şekillendirilebilen bir ana kalıp gibidir. Bu sayede hipnoterapist hastanın ihtiyacına uygun telkin kalıpları rahat kullanır. Ayrıca terapistin yeteneklerini hipnoza katmasını mümkün kılar.

Muezzi Tekniği bir veya daha fazla mayalama seansı içerir. Bu seanslarda hasta hipnoz hakkında bir fikir sahibi olur, süreç ve yöntemi öğrenir. Böylece dirençler en aza iner. Kendilerine, yönleme ve terapistte güvenleri yükselir ve hipnoz uygulamasına aktif olarak katılımları artar.

Müezzinoğlu yöntemi, süratli ve beş ila on seans kadar kısa bir süreçte etkisi gösterebilmektedir. Her seans yaklaşık yirmi ila otuz dakika sürer. Bu özellik hastanın dikkatini ideal süre olan yirmi dakika koruyabilmesini sağlar. Doktor ise kısa süreli uygulama sayesinde zihinsel enerjisini optimal düzeyde değerlendirebilmektedir.

Muezzi Tekniği hastayı teslim almayı veya kontrol etmeyi amaçlamaz. Yöntemin özü hastanın kendisi ve eylemlerinin tüm sorumluluğunu alması için gerekli telkinleri sunmaktır. Hasta bu telkinleri günlük yaşamın gerekliliklerine uygun şekilde yönetir.

Muezzi Tekniği dıştan bakıldığında otoriter bir yöntem gibi görünse de esasında ebeveyn yaklaşımı içinde, yol gösterici, ikna edici ve yardım öneren öğeler de içerir. Sistemin hastanın tüm bu otoriter, permisif, parental, yol gösteren yaklaşımları içeren telkinleri hatırlamasını ve gerektiği anlarda davranış yanıtlarına yansıtmasını amaçlar.

Tekniğin faydalarından bir diğeri indüksiyon aşamasında gözle tespit uygulamasının yarattığı bağlılık ve güven duygusunun teşkil edilmesidir.

Muezzi Tekniği hipnozdaki en etkili güçlerden birisini yani kelimeleri ustaca kullanır. Sadece uygun zamanda uygun kelime öbeklerini değil aynı zamanda insan için çok değerli bir motivasyon kaynağı olan müzikaliteyi de kullanır. Kelime öbekleri bilinçli zihni olduğu kadar bilinçaltı zihni de eşit güçte etkileme potansiyeline sahiptir.

Kelimelerin gücünü oluşturan ise üçlü sistemler halinde sunulan, birbirine benzer görünen ancak güçlü şekilde birbirini destekleyen, bazen de karşıt etki oluşturmasına rağmen birbirinin etkisini artıran kelime öbekleridir. Fiziksel olarak karşıt eylemleri de bu öbekler içinde kullanarak, son eylemin daha güçlü bir etki oluşturması sağlanır.