



ASOCIAȚIA ROMÂNĂ DE  
**HIPNOZĂ**

# Asociația Română de Hipnoză

Sediul Social: București, Str. Turnu Măgurele 1, Bl C3, ap 104, Sector 4

CUI: 31183986; Nr Înființare: 318/A/2014; Cod CAEN: 8559

Email: [contact@AsociatiaRomanadeHipnoza.ro](mailto:contact@AsociatiaRomanadeHipnoza.ro)

Web: [www.AsociatiaRomanadeHipnoza.ro](http://www.AsociatiaRomanadeHipnoza.ro)

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/asociatia-romana-de-hipnoza>

Facebook: <https://www.facebook.com/asociatiaromanadehipnoza>

Tel: 0741 044 701; 0720071016

20.02.2017

## COMUNICAT DE PRESĂ

# Durerile de spate au un nou tratament: HIPNOZA!

**Nu există om în ziua de azi care să nu sufere de ceva, pe care să nu îl doară ceva. Fie că vorbim de dureri de picioare, de articulații sau de spate, acestea sunt prezente în viața noastră de zi cu zi și de cele mai multe ori, sunt chiar exacerbate de stresul zilnic cu care ne confruntăm. Pe lângă masajele sau medicamentele de subminare a durerii, specialiștii mai recomandă o metodă inedită și mult mai eficientă: hipnoza.**

În opinia hipnoterapeutului Eugen Popa, președintele Asociației Române de Hipnoză, durerea în sine este un element esențial în supraviețuirea umană și mai ales în cazul durerilor cronice, acestea necesită o rezolvare mult mai profundă și nu doar una superficială, prin medicamente.

“Durerea este esențială pentru existența omului. Fără ea, viața noastră ar fi amenințată pentru că, mai presus de toate, durerea este un semnal de alarmă. Din păcate, acest semnal este de cele mai multe ori prost înțeles de noi. Atunci când durerea nu mai este acută ci devine una cronică, putem spune că a trecut de la un nivel fizic, de la o cauză fizică, la una emoțională. Hipnoza este, fără doar și poate, o metodă inedită, eficientă și chiar uimitoare de control și eliminare a durerii, și este folosită de sute de ani de marii hipnoterapeuți ai lumii. Hipnoza este folosită pe post de analgezic, stare medicală caracterizată prin scăderea marcantă sau dispariția sensibilității la durere, spontană sau terapeutică. Multi specialiști, printre care îl putem aminti pe Dr. James Esdaile, au realizat sute de intervenții chirurgicale fără anestezie, de la extracții dentare până la amputări de membre sau extracție de tumori, folosindu-se doar de hipnoză”, declară Eugen Popa.

În cazul durerii de spate, care este una dintre cele mai frecvente dureri de care se plâng oamenii, specialistul afirmă că hipnoterapia are capacitatea nu doar de a o ameliora, ci chiar de a o elimina în totalitate. “Hipnoza creează o stare mentală în care mintea subconștientă, motorul emoțiilor și senzațiilor, poate primi mai ușor sugestii pozitive pentru interpretarea și depășirea durerii. Persoana aflată în suferință este adusă într-o stare de relaxare profundă în care schimbă răspunsurile pe care subconștientul le transmite la mesajele de durere. De exemplu, prin hipnoză îți poți programa subconștientul să elibereze endorfine atunci când este necesar pentru a atenua durerea de spate. Endorfinele sunt analgezice produse în mod natural de creier. Atleții, de exemplu, se elimină în organism o cantitate semnificativă de endorfine în timpul





ASOCIAȚIA ROMÂNĂ DE  
**HIPNOZĂ**

# Asociația Română de Hipnoză

Sediul Social: București, Str. Turnu Măgurele 1, Bl C3, ap 104, Sector 4

CUI: 31183986; Nr Înființare: 318/A/2014; Cod CAEN: 8559

Email: [contact@AsociatiaRomanadeHipnoza.ro](mailto:contact@AsociatiaRomanadeHipnoza.ro)

Web: [www.AsociatiaRomanadeHipnoza.ro](http://www.AsociatiaRomanadeHipnoza.ro)

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/asociatia-romana-de-hipnoza>

Facebook: <https://www.facebook.com/asociatiaromanadehipnoza>

Tel: 0741 044 701; 0720071016

antrenamentelor intense. Endorfinele au capacitate de a produce o anestezie ușoară sau o anestezie completă a durerii”, afirmă președintele Asociației Române de Hipnoză.

În practică, există trei modalități de bază prin care hipnoza poate trata durerile de spate:

1. Se pot da sugestii directe la nivel de subconștient pentru a influența percepția durerii. Acest lucru înseamnă că, deși cauza este încă acolo, senzația nu va mai fi percepută.
2. Ne putem învăța subconștientul să producă endorfine care vor fi folosite ca analgezice pentru durerea de spate, astfel încât durerea să nu mai fie simțită.
3. Folosind hipnoza, pot fi descoperite cauzele emoționale ale durerii, și prin rescrierea experienței traumatiche, durerea poate fi vindecată definitiv.

Asociația Română de Hipnoză organizează, în perioada 13-18 martie 2017, la Hotel Siqua din București, singurul curs care abordează tehnicile de control al durerii prin hipnoză.

*Eugen Popa este unul dintre cei mai cunoscuți și bine pregătiți traineri din România și președintele Asociației Române de Hipnoză. De-a lungul carierei s-a specializat atât în metode de terapie și dezvoltare personală Occidentale (Hipnoză, NLP, Mindset, Habits, Psihologie Pozitivă) cât și Orientale (Meditație, Yoga, Spiritualitate), fiind astăzi un trainer holistic în toată puterea cuvântului. Studiile sale l-au purtat pe trei continente, în Europa, Asia și Statele Unite, iar până în prezent a susținut conferințe, traininguri și workshop-uri în Thailanda, Statele Unite ale Americii, Brazilia, Turcia, Grecia, Anglia, Germania etc., la care au participat mii de oameni.*

## Persoană de contact

Eugen Popa

Președinte

0741.044.701

[contact@prosuccesstraining.ro](mailto:contact@prosuccesstraining.ro)

Transmite,

Dr. Tănase Taseu

Director General

Plus Communication

0725.465.508

