

VAK क्या है?

VAK सीखने की शैलियों का आधार है।

हर व्यक्ति की सीखने की शैली अलग होती है।

PP by PINKESH Patoria





VAK मॉडल का उपयोग PLR एवं Hypno Healing में



PLR में Visual

कल्पना बहुत महत्वपूर्ण होती है।



Hypno Heal में Auditory

आवाज़ गहरा प्रभाव डालती है।



Kinesthetic अनुभव

शारीरिक अनुभव महत्वपूर्ण होते हैं।

कैसे VAK के ज़रिए क्लाइंट से जुड़ाव होता है?

Visual

आंतरिक छवियाँ, यादें, रंग।

Auditory

थेरैपिस्ट की आवाज़, गाइडिंग स्क्रिप्ट।

Kinesthetic

शरीर की प्रतिक्रियाएँ, भावनात्मक अनुभव।



क्यों जरूरी है VAK की समझ?

सही Healing Style
पहचानना आसान होता है।

Subconscious तक पहुँच
प्रभावशाली होती है।

स्थायी और गहरे परिणाम
PLR और Hypno Heal में मिलते हैं।

अवचेतन मन (Subconscious Mind): क्या है और यह कैसे कार्य करता है

By PINKESH K Patoria Jain



अवचेतन मन क्या है और यह कैसे काम करता है

प्रस्तुतकर्ता

(हिप्पोथेरेपी, माइंड कोच, आदि)

अवचेतन मन

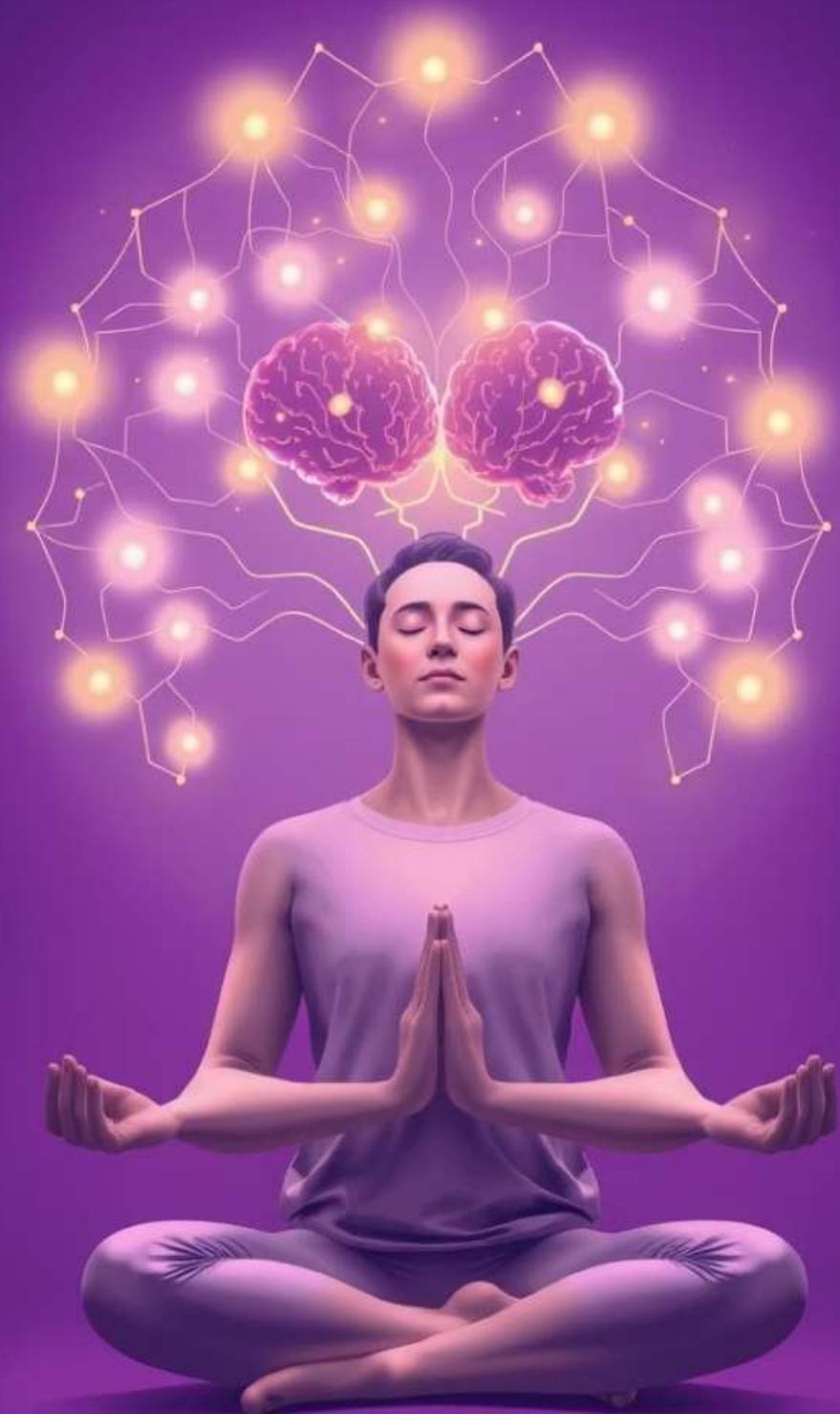
आपके विचारों और कार्यों का अदृश्य नियंत्रक।

कैसे काम करता है

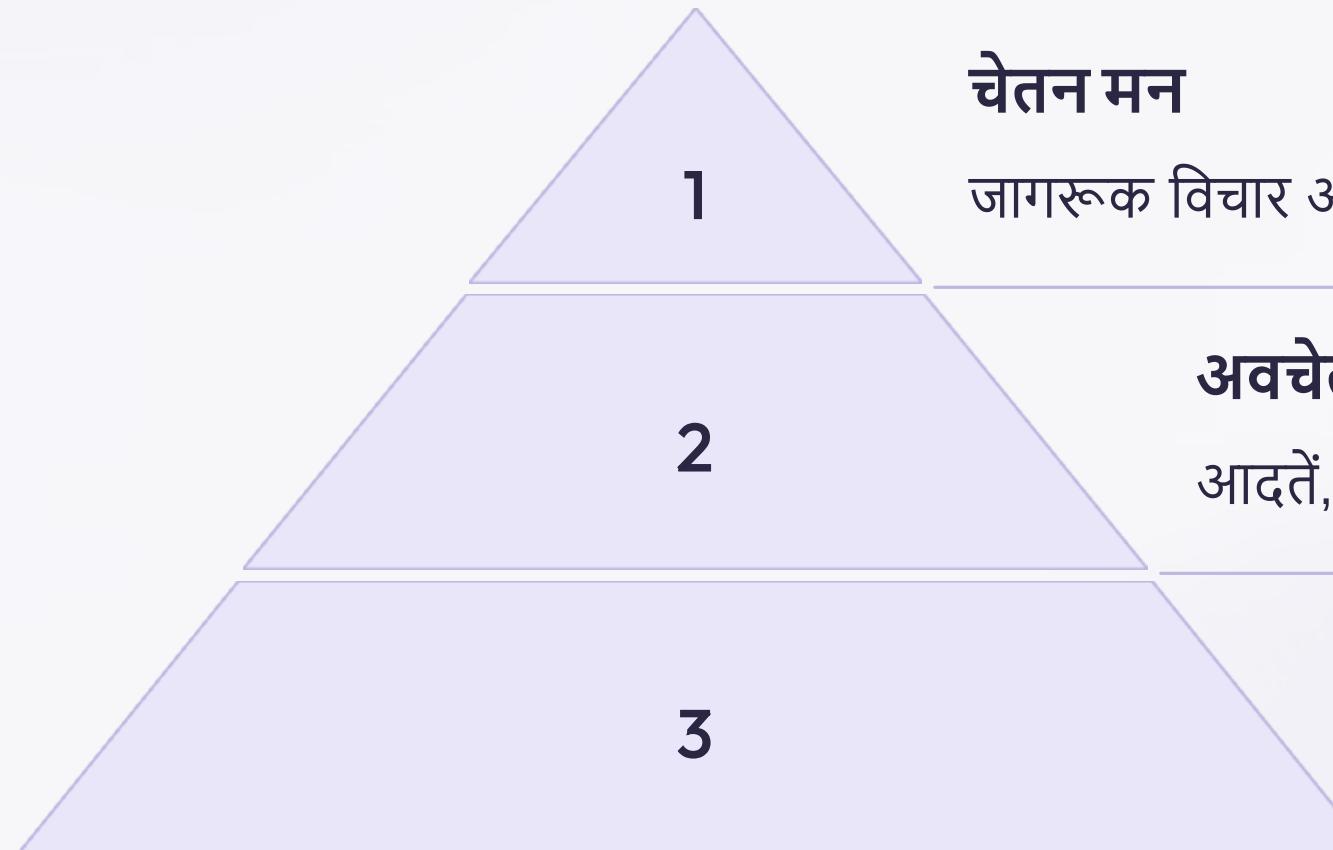
यह निर्देशों का पालन करता है, सोचता नहीं।

प्रभाव

आपकी आदतों, भावनाओं और विश्वासों को नियंत्रित करता है।



मन के तीन स्तर





अवचेतन मन क्या है?



स्वचालित कार्य

यह मन का वह भाग है जो स्वतः काम करता है।



निर्देशों का पालन

यह सोचता नहीं, केवल निर्देशों को फॉलो करता है।

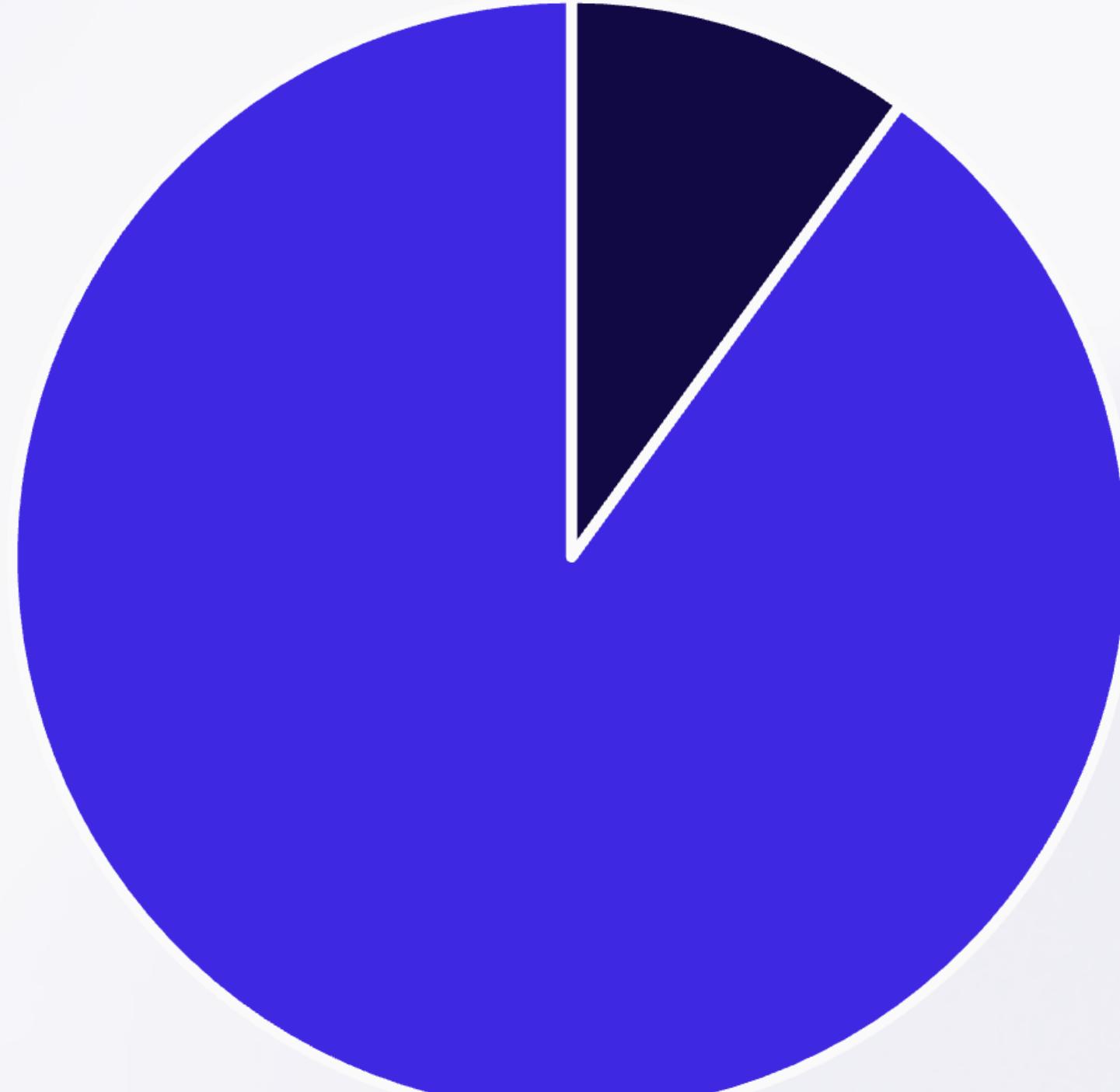


नियंत्रण केंद्र

हमारी आदतों, भावनाओं, विश्वासों को नियंत्रित करता है।



इसकी संरचना कैसी होती है?



यह कैसे काम करता है?



दोहराव

दोहराव से प्रोग्राम होता है।



बचपन के अनुभव

बचपन के अनुभव इसमें गहराई से छप जाते हैं।



सुझावों का स्वीकार

सुझावों को बिना जाँच के स्वीकार करता है।



बचपन में कैसे प्रोग्राम होता है?

1

0-7 वर्ष

यह समय सबसे संवेदनशील होता है।

2

रिकॉर्डिंग

जो सुना, देखा, अनुभव किया – सब इसमें रिकॉर्ड हो जाता है।



आदतों पर असर

दोहराव से आदत

जो बार-बार किया, वह आदत बन जाता है।

नकारात्मक आदतें

जैसे – डर, आत्म-संदेह, अधिक खाना, नकारात्मक सोच।



अवचेतन आपके जीवन को कैसे प्रभावित करता है?

जीवन के पहलू

आपके विचार, निर्णय, रिश्ते, करियर, स्वास्थ्य – सब पर इसका असर।

नियंत्रण केंद्र

यह आपके "रिज़ल्ट्स" का असली कंट्रोल सेंटर है।





अवचेतन मन की शक्ति को समझना

यह प्रस्तुति आपको अवचेतन मन की शक्ति और उसे बदलने के तरीके के बारे में बताएगी। हम नकारात्मक विश्वासों को समझेंगे और उन्हें सकारात्मक में बदलेंगे।

by PINKESH Patoria





नकारात्मक विश्वास कैसे बनते हैं?

बचपन के अनुभव

बचपन या दर्दनाक अनुभवों से "मैं लायक नहीं हूँ" जैसे विश्वास बनते हैं।

दर्दनाक अनुभव

ये अनुभव "मुझे प्यार नहीं मिलेगा" या "मैं हमेशा बीमार रहूँगा" जैसे विश्वासों को जन्म देते हैं।



अवचेतन को कैसे बदला जाए?



ध्यान

मन को शांत करने
और अवचेतन तक
पहुँचने के लिए।



हिप्पोथेरेपी

अवचेतन मन को
सीधे प्रभावित
करने के लिए।



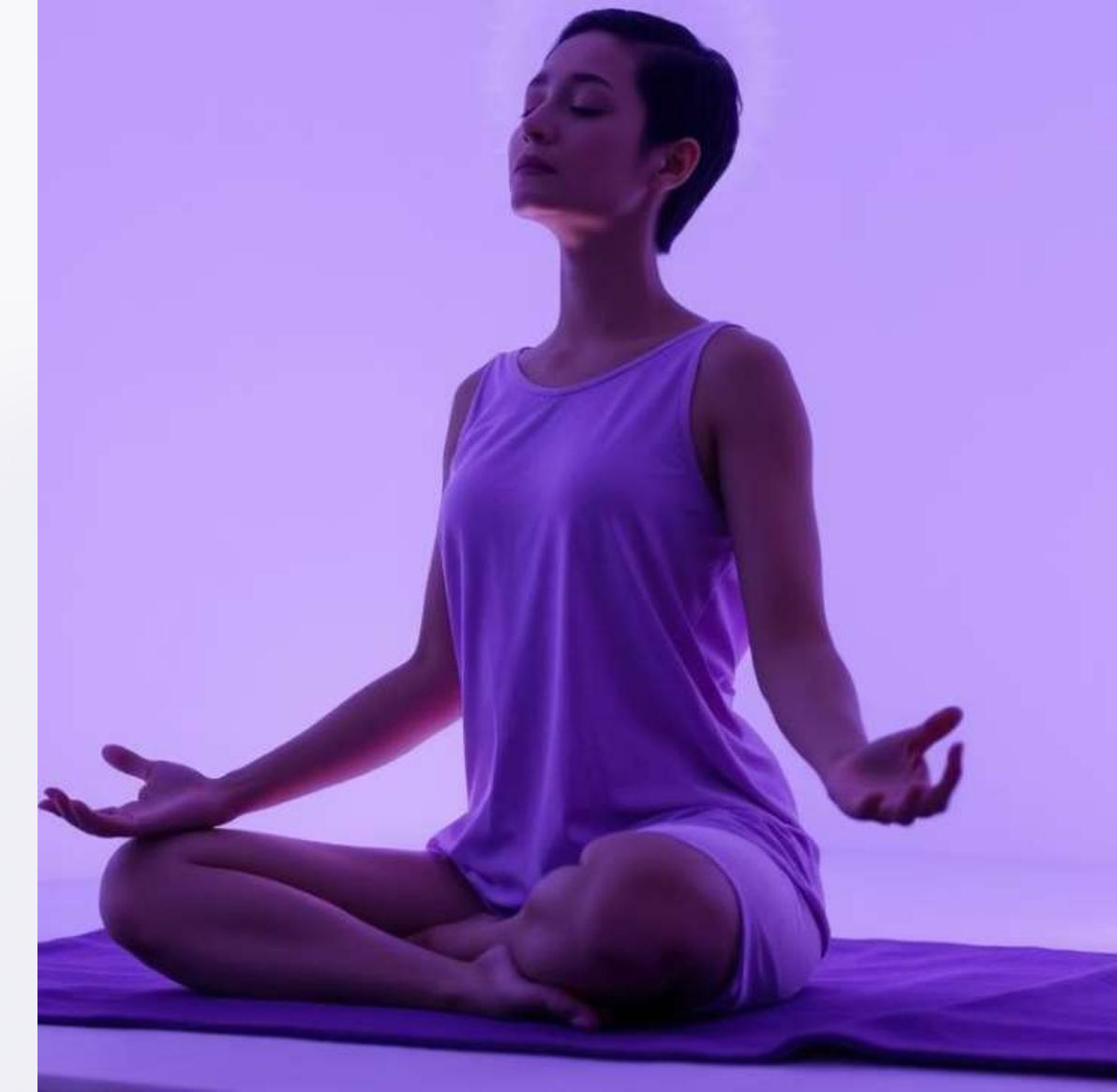
सकारात्मक पुष्टि

सकारात्मक
विचारों को
दोहराकर।



विजुअलाइज़े शन

वांछित परिणामों
की कल्पना
करके।





सुझावों की शक्ति

विचार ही वास्तविकता

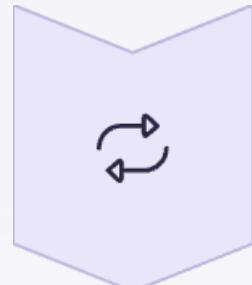
जो आप बार-बार सोचते हैं, वही आपकी सच्चाई बन जाती है।

सकारात्मक पुष्टि

"मैं स्वस्थ हूँ", "मैं सुरक्षित हूँ", "मैं योग्य हूँ" जैसे विचार दोहराएं।



अवचेतन मन में नया बीज कैसे बोएं?



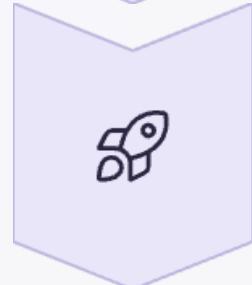
दोहराव

नियमित रूप से सकारात्मक विचारों को दोहराएं।



भावना जोड़ें

अपने विचारों में भावनाएं शामिल करें।



विश्वास रखें

अपने विश्वासों पर पूर्ण भरोसा रखें।



गहरी रिलैक्स अवस्था

शांत अवस्था में सुझाव दें।



अवचेतन मन को Reprogram क्यों करें?

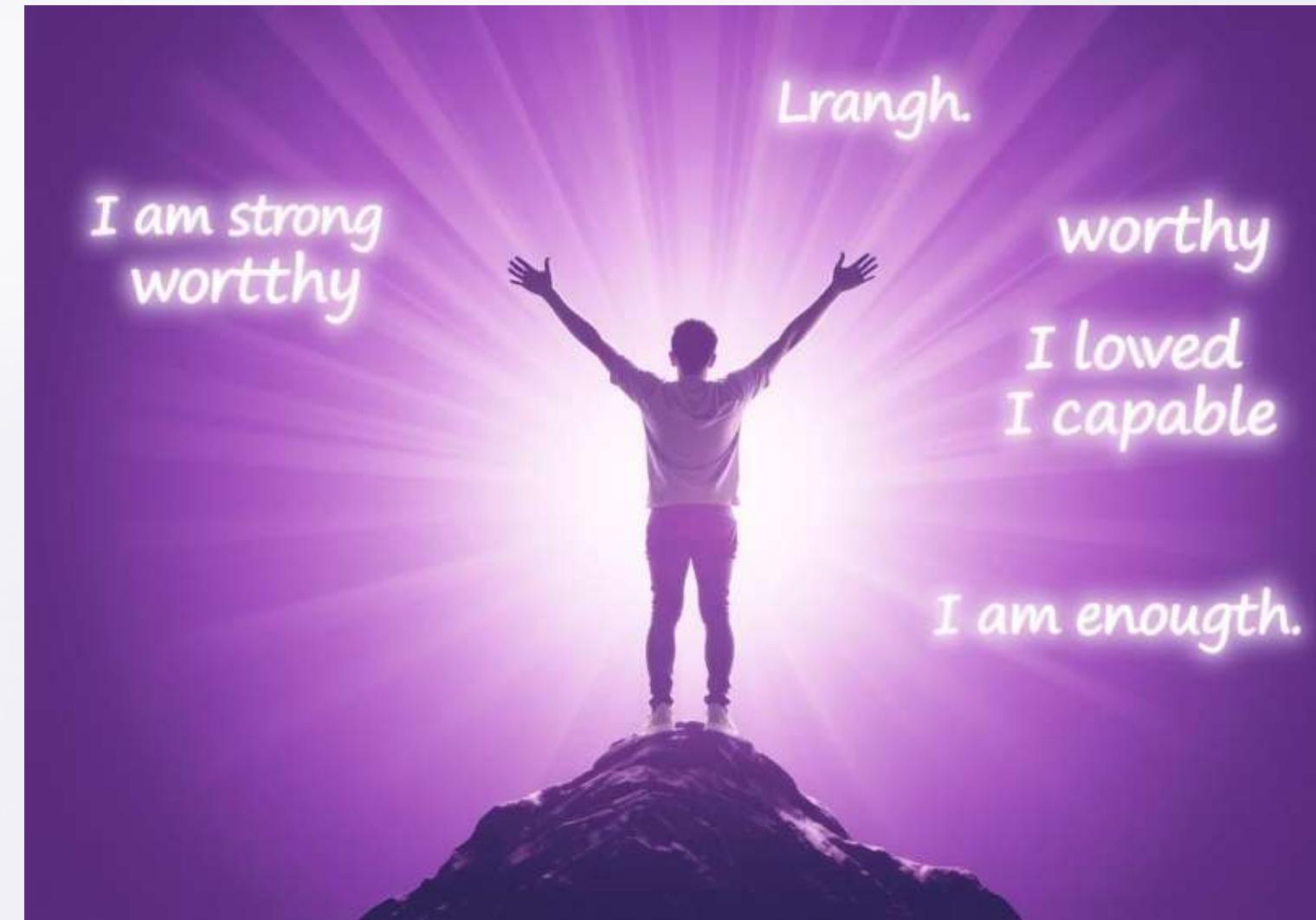
पुराने डर हटाएँ

पुराने डर, ब्लॉक्स, और बीमारियाँ दूर करें।



नए विश्वास लाएँ

नए विश्वास, आत्मबल, स्वास्थ्य, और सफलता प्राप्त करें।





उदाहरण - कैसे अवचेतन से बदलाव संभव है

1

सकारात्मक पुष्टि

एक व्यक्ति ने 'मैं ठीक हो रहा हूँ' दोहराया।

2

सुधार

कुछ ही हफ्तों में चिंता और गैस्ट्रिक समस्या में सुधार आया।



अवचेतन मन का सार

शक्तिशाली सेवक

यह एक शक्तिशाली सेवक है जो निर्देशों का पालन करता है।

निर्देशों का पालन

जो निर्देश देंगे, वही वह मानेगा।

समझें और सशक्त करें

इसे समझें, सिखाएँ और सशक्त करें।

"आपका भविष्य आपके अवचेतन मन में पहले से लिखा जा रहा है। अब समय है उसे जागरूकता से लिखने का।"

संपर्क करें: Pinkesh Patoria Jain, 9425817772WA only,
<https://therapist.pinkeshpatoriajain.com>

