

OP-Suggestionen

Es ist heute Deine **eigene** Entscheidung, hier zu sein und es ist eine gute Entscheidung.
Du hast hier und jetzt die Gelegenheit, wieder die **Kontrolle** über Deinen Körper und über Deine Gesundheit zu bekommen.

Du wirst sehen:
der schwierigste Teil ist schon **überstanden**.
Die Voruntersuchungen sind vorbei,
die Diagnose steht fest,
Du hast genug Informationen gesammelt,
um Dich auf die OP einzulassen.

Die Ärzte und die Pfleger wissen genau, was sie tun müssen
Du bist in einer Klinik mit optimalem Standard,
mit tollem geschultem Personal,
mit sehr guten Ärzten,
mit optimalen Anästhesisten,
alles geschieht zu Deiner **optimalen Sicherheit**,
zu Deiner **Gesundung**.

Wenn Du später zurückschaust, wirst Du feststellen,
dass es viel **leichter** war, als Du gedacht hast.
Und dass es viel schneller vorbei war, als Du gedacht hast.
Und Du wirst zurücksehen und merken, dass alles gut verlaufen ist.
Deine **positive** innere Einstellung hat Dir geholfen.
Du kannst Dich jetzt schon **freuen** auf das,
was Du nach Deiner völligen Genesung alles wieder tun wirst,
welche Dinge auf Dich warten
welche spannenden Aufgaben Du kennst
und welche Du noch gar nicht kennst.
Das Leben hat noch viel vor mit Dir.
Du darfst Dich auf die Erleichterung danach freuen.
Die Operation ist nötig und zu Deinem Allerbesten.

Bevor Du nun zur OP gehst,
kannst Du Dich auf einen **sicheren** Raum konzentrieren.
Dein eigener Zufluchtsraum, der Dir immer offen steht,
wenn Du ihn brauchst.
Dort wirst Du Ruhe finden,
Entspannung,
Wohlbefinden,
Sicherheit
und **Heilung**.
Du kannst ihn betreten, wann immer Du möchtest.

Positive Suggestionen unterstützen Dich in Deinem Wohlbefinden,
negative Suggestionen brauchst Du nicht aufzunehmen,
sie sind gleichgültig für Dich.
Deine **innere Weisheit** wird auf Dich und auf Deine gesamten körperlichen Vorgänge achten.
Während der OP wird sie weiterhin Deine Körperfunktionen optimal anleiten.
Dein Blutdruck wird völlig normal sein,
während der OP wird nur eine minimale Blutung erfolgen,
nur so viel wie nötig.

Die Betäubung, die für Dich vorgesehen ist,
dient Deiner **Entspannung**.
Entspannung erleichtert die Operation.
Eine entspannte Muskulatur kann sich besser regenerieren.
Die Betäubung verschafft Dir **Sicherheit und Wohlbefinden**.
Dich erwartet eine maximale Entspannung,
da Du optimal aufgehoben bist.
Während der OP werden Deine Muskeln genauso entspannt sein,
wie es nötig ist,
um optimale Bedingungen für Deine Gesundheit zu schaffen.

Alle achten auf Deine Sicherheit,
auf Dein Wohlbefinden,
auf Deine Gesundheit
und auf Deinen Körper.
So erfährst Du ein **maximales Wohlbefinden**
bis hin zu einer **vollständigen Genesung**
mit einem Minimum an Medikamenten.

Wenn Du andere Sinneseindrücke spürst,
wenn Du anders fühlst,
anders riechst,
anders hörst,
anders fühlst **schmeckst?**,
anders siehst,

so spiegelt das nur die notwendige Veränderung in Dir wieder.
Du wirst Dich danach **besser** fühlen.

Selbst wenn Du die Sprache im OP mit all ihren Fremdwörtern nicht genau verstehst,
alle arbeiten zu Deiner **Gesundung**, zu Deiner **Sicherheit**.
Die Betriebsamkeit ist völlig normal und nur zu Deinem Allerbesten.
Alle achten auf Dein Wohlbefinden.
Es gibt auch viele Geräusche im OP,
alle dienen Deiner Sicherheit.
alle positiven Suggestionen unterstützen Dich in Deinem Wohlbefinden,
negative Suggestionen brauchst Du nicht aufzunehmen,
sie sind gleichgültig für Dich.

Während der ganzen Vorbereitung zur OP,
während der OP und bis hin zur vollständigen Genesung
wird Deine innere Weisheit Endorphine produzieren,
sodass Du Dich immer **gut und sicher** fühlen kannst.
Deine innere Weisheit wird wissen, was zu jedem Zeitpunkt gut,
richtig und angemessen ist.

Sollte es irgendwelche Komplikationen geben,
kannst Du alle entsprechenden Anzeichen und Symptome zeigen,
die eine schnelle Diagnose und Korrektur möglich machen.
Alles wird gut verlaufen.

Nach der OP wirst Du sanft wieder in den wachbewussten Zustand zurückkehren,
lächelnd wird es Dir wohl ergehen,
bis die Heilung vollständig abgeschlossen ist.
Ruhig und gelassen kannst Du beobachten,
wie langsam die Betäubung verschwindet,
wie langsam wieder normale Gefühle in Deinen Körper kommen,
wie Deine Energie zurückkehrt.
Und Deine innere Weisheit wird diese Prozesse unterstützen,
solange es gut und richtig ist.

Du spürst eventuell manchmal ein Ziehen oder einen Druck an der operierten Stelle,
das stört Dich überhaupt nicht,
es ist ein Zeichen für die **positive Veränderung**,
die Dir diese OP gebracht hat.
Es heißt, dass die operierte Stelle gut zusammenwächst und schon begonnen hat, zu heilen.
Die Endorphine werden weiter durch Deine innere Weisheit überall dorthin fließen,
wo sie gebraucht werden.
Sie sorgen für Wohlbefinden,
für **rasche Heilung**,
für eine rasche Rückkehr zu normalen, gesunden Körperfunktionen.
Du kannst Dich wohl fühlen, wenn alles normal abheilt.

Die innere Weisheit wird Deine Durchblutung nach der OP ankurbeln,
damit Du möglichst schnell wieder Deine normalen Körperfunktionen spüren kannst.
Sie unterstützt Deine **rasche Wundheilung**.
Sie kennt alle körperlichen Zusammenhänge in Deinem gesamten Körper-Geist-System,
sie wird wissen, was zu tun ist,
dass Deine Genesung schnell und vollständig geschieht.

Bald wirst Du wieder einen guten Appetit entwickeln,
Dein Körper wird jede Stärkung genießen.
Die Zeit im Krankenhaus vergeht schnell
und nach der OP wirst Du bald wieder zuhause sein
und Deinen gewohnten Tag beginnen können.
Jeden Tag wirst Du Dich **wohler und wohler** fühlen,
Du kannst Dich während der Genesungszeit richtig wohl fühlen,
bis Dein Körper sich vollständig,
körperlich,
seelisch
und ganzheitlich von der OP erholt hat.

Du hast eine gute Entscheidung getroffen,
Dich heute operieren zu lassen,
alles wird gut gehen,
Du kannst Dich entspannen.

Freu Dich auf Deine **Genesung!**

Eva Maria Leonardy