

Schau mich an!

„Du bist völlig entspannt, lass deine Gedanken ziehen. Konzentriere dich ganz auf meine Stimme“, suggeriert Hypnosetherapeut David Woods seiner Patientin. Langsam fällt sie in Trance. „Es gibt verschiedene Tiefen der Hypnose. Wenn man in einen Trancezustand versetzt wird, ist es, als ob man ein gutes Buch liest oder einen spannenden Film anschaut. Man ist völlig auf das Geschehen konzentriert, das Bewusstsein ist jedoch nicht ganz ausgeschaltet,“ beschreibt er.

Woods muss es wissen, schließlich zählt er zu Englands bekanntesten Hypnotisuren.

Der 39-Jährige ist Leiter des Hypnosezentrums Bayern, das seit Kurzem im Regus Business Center im MAC vertreten ist. Ob Schauspieler oder Sportler mit

Motivationsproblemen, verhaltensgestörte Kinder, Suchtkranke, Stress- und Phobiegeplagte oder Flugbegleiter mit Flugangst: Die unterschiedlichsten Anliegen werden dort behandelt.

„Entscheidend für eine erfolgreiche Hypnosetherapie: Vertrauen und Bereitschaft für Veränderung. Ich kann meinem Patienten nichts suggerieren, was er nicht will. Es wird vom Unterbewusstsein nicht angenommen.“ Hypnose macht also weder willen-

los, noch kann man im Hypnosezustand stecken bleiben. „Das sind schlicht und einfach Mythen“, so Woods.

Hypnose ist auch keinesfalls Magie: „Man kann sich das so vorstellen: Ich versuche, falsche Verhaltensmuster oder – bildlich gesprochen – Verknüpfungen im Unterbewusstsein zu lösen und die einzelnen Dateien wieder ‚richtig zu verknüpfen.‘“

Neben Einzelsitzungen werden außerdem Gruppenseminare, z.B. zur Gewichtsreduktion oder Raucherentwöhnung,



Neu am Airport: Hypnotiseur David Woods. (Foto: ATF)

angeboten. Nähere Infos sowie Termine sind unter T: 0 89/97 00 75 89 erhältlich.

– si –