

HYPNOSE

Auf dem Weg zur eigenen Grenze

Thomas Niegisch muss immer wieder Überzeugungsarbeit leisten. Er kennt das schon, wenn sein Beruf allzu leicht in die Ecke einer Kirmesattraktion geschoben wird.



Erzählt er, was er macht, denken die meisten an starr geradeaus blickende Menschen, an Pendel und an ein Fingerschnippen zum Schluss. Die Hypnose soll als Show-Variante natürlich unterhalten, verfolgt aber viel eher therapeutische Ziele. Wer sich darauf einlässt, beschreitet den Weg zum eigenen Unterbewusstsein und wird begleitet von einem Fachmann.

Obwohl sich der Begriff vom griechischen Wort für Schlaf ableitet, trifft der Zustand eines eingeschränkten Bewusstseins es besser. Ein klarer Verstand wäre auch hinderlich, denn genau der stünde beim Blick auf die Innenwelt im Weg. Etwa ab dem fünften

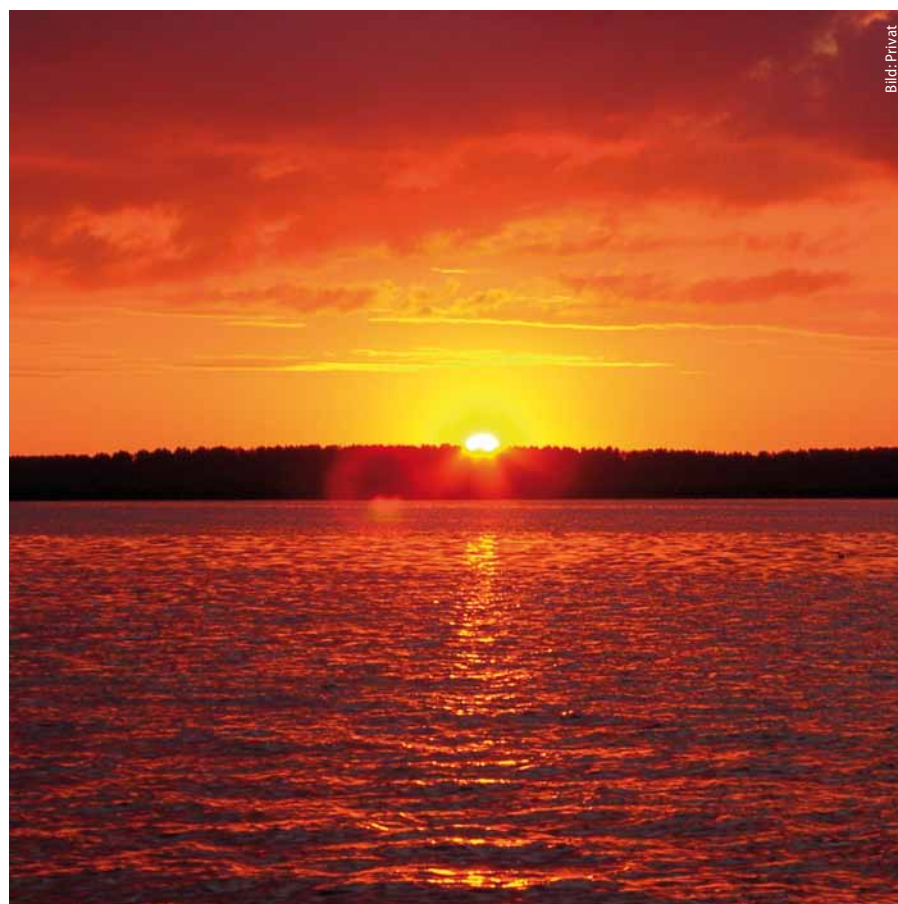


Bild: Privat

Lebensjahr entwickelt der Mensch einen inneren Kritiker. Der entscheidet, was in unser Unterbewusstsein durchgelassen wird und was nicht. Alles, was wir erleben, gleicht er mit den dort abgespeicherten Glaubenssätzen ab. Sie sind die Basis für die eigene Einstellung zu vielen Punkten des Lebens, sie prägen das Handeln und richten es im Alltag aus. Hypnose ermöglicht, diesen Entscheider für eine Weile auszublenden. Das schafft freie Bahn zum Unterbewussten und erlaubt, die Leitgedanken zu ändern.

„Die Grenze des Machbaren liegt immer in den eigenen Vorstellungen.“

Wunderbar entspannt und bereit, sich vom Hypnotiseur leiten zu lassen, macht man sich auf den Weg. ‚Ich muss jetzt eine rauchen‘ ist ein Beispiel für ein unbewusst ablaufendes Denkmuster, das analysiert, beleuchtet und schließlich geklärt werden kann. Begleitende Hinweise von Thomas Niegisch

führen während der Behandlung zu neuen Wahrnehmungen, die das Unterbewusstsein umsetzt, ohne dass dafür geistige Aktionen notwendig sind. Der Körper regt seine Selbstheilungskräfte an und ermöglicht, aus alten Mustern auszubrechen, sie gegen andere zu ersetzen.

Schon vor über sechstausend Jahren verankerten sumerische Priester ‚heilsame Botschaften‘ im Unterbewusstsein ihrer hypnotisierten Patienten. Das kritische Denken umgehen, ist bis heute der Kernpunkt der Behandlung geblieben. Ob man zum Nichtraucher werden oder Gewicht verlieren möchte, Furchtzustände sowie Krisen bewältigen will, die Einsatzgebiete sind vielfältig. Oft wird der Hypnotiseur von Menschen aufgesucht, die mit Minderwertigkeitsgefühlen kämpfen, mit erhöhter Scham und ihrer eigenen Sexualität. Manche kommen auch zu ihm, weil sie sich nur zu etwas mehr Sport durchringen oder ihre Leistung in Schule oder Beruf steigern wollen.

Thomas Niegisch lächelt, wenn er von seiner Arbeit erzählt. „Es ist für mich jedes Mal grandios zu sehen, wie jemand entdeckt, welch gewaltiges Potenzial in ihm steckt. Die Grenze des Machbaren liegt immer in den eigenen Vorstellungen!“

TEXT: ROBERT PFEFFER