

# Heil-Hypnose als Zauberwort

**KREUZLINGEN** - Hypnose gehört zu den alternativen Behandlungsmethoden, die von vielen Menschen genutzt und geschätzt werden. Stephan Stern hat bereits unzähligen Menschen mit seiner Hypnose zu einem leichteren Leben verholfen, sei dies beim Abnehmen, Rauchentwöhnung, Burnout, Stress, Motivation, Schmerzen oder Ängsten. Zu seinen prominenten Klienten gehörten Leonard und Sarah-Jane und viele mehr.

Bei der Hypnose wird die Person in einen besonderen Zustand, das heisst in einen schlafähnlichen Zustand, versetzt. Dabei wird das Bewusstsein weitgehend ausgeschaltet, so dass für die Person die Stimme von Stephan Stern das Bewusstsein ist. Auf diese Weise können positive Einflüsse übertragen werden. Der Vorteil einer Hypnose ist, dass man beispielsweise langsam abnimmt. Das ist vor allem gesünder, der Körper braucht Zeit, um sich umzustellen. Bei der Hypnose wird das Unterbewusstsein umgestellt, so dass sich die Person bereits beim Einkauf anders verhält, die Einstellung zum Rauchen wird positiv umprogrammiert, genau gleich ist dies bei Schmerzen, Ängsten, Stress und so weiter.

## Den Klienten nicht im Stich lassen

Natürlich kann Hypnose auch gefährlich sein, dies allerdings nur, wenn man verantwortungslos damit umgeht. Es ist allerdings nicht so, dass man aus der Trance nicht mehr aufwacht, das gibt es nicht. Niemand braucht also Angst davor zu haben, dass der Hypnotiseur plötzlich tot umfällt und den Klienten im Stich lässt. Jeder Mensch besitzt einen Selbstschutz, den er in einem solchen Fall automatisch einsetzen würde.

Dass Hypnose bereits in der Medizin, vor allem bei Zahnärzten, angewandt wird, ist bekannt. Von den Krankenkassen ist die Methode aber nur als Zusatzversicherung anerkannt. In der Allgemeinheit ist Hypnose vor allem als Show-Hypnose bekannt. Diese ist sehr unterhaltsam,



da Leute Sachen tun, die sie normalerweise nicht tun würden. Sofern dabei die Menschenwürde nicht verletzt wird, ist dagegen auch nichts einzuwenden. Stephan Stern gehört allerdings nicht zu den Show-Hypnotisuren, er hat sich für die Hilfe am Menschen entschieden. Zu guter Letzt muss gesagt werden, dass Stephan Stern niemandem seinen Willen aufdrängt, der Klient muss es selber wollen und er muss seinen Weg beschreiten. Hypnose ist eine Vertrauenssache. Der Hypnotiseur muss

«Ich dränge  
niemandem meinen  
Willen auf»

Stephan Stern

sich jedes Wort dreimal überlegen, denn das Unterbewusstsein der hypnotisierten Person speichert alles.

## Philosophie von Stephan Stern

Im Seminar- und Lehrangebot von Stephan Stern wird der Mensch in seiner Gesamtheit wahrgenommen. Durch Versetzen des Teilnehmers in eine Leichthypnose entsteht eine tiefe und intensive Entspannung. Der Klient nimmt alles bewusst wahr und kann sich hinterher an alles erinnern. «Alte negative Verhaltens- und Energiemuster werden aufgelöst und durch neue positive Elemente ersetzt. Mit Hilfe der Heilhypnose spüre ich gemeinsam mit Ihnen Ihre Stärken und Talente auf und integriere sie in Ihre Persönlichkeit. Was

Sie aus Ihrem tiefsten Inneren heraus wünschen, das können Sie auch erreichen. Lernen Sie das in Ihnen steckende Potenzial an Lebensstärke, Lebensenergie, Lebensfreude und allen wertvollen Ressourcen kennen und nutzen. Orientieren Sie sich neu, geben Sie sich und Ihrem Leben wieder Kraft und Stärke, mobilisieren Sie Ihre Selbstheilungskräfte.»

## Keine Garantie

Dank einer Hypnose-Sitzung kann das persönliche Ziel erreicht werden. Der deutsche Hypnotiseur aus Ulm kann auf zahlreiche Erfolge seines Wirkens zurückblicken. «Zwar schaffe auch ich keine Wunder, aber bei vielen verzwickten Situationen lässt sich doch schon einiges bewirken», meint der Hypnose-Therapeut mit seiner warmen Stimme. Trotz zahlreicher Erfolge seit über 20 Jahren kann verständlicherweise keine Garantie abgegeben werden. Die Erfolgsquote liegt jedoch bei 85 bis 90 Prozent. Für Firmen hält Stephan Stern Hypnose-Seminare mit den Themen Motivation, Rauchentwöhnung, Burnout, Stressabbau, Depressionen ab. Stephan Stern bietet nun auch in der Schweiz seine Hilfe an und führt sporadisch an verschiedenen Orten seine Sitzungen an: **Frauenfeld:** 3. und 4. August. **Kreuzlingen:** 7. und 8. August. **Uzwil:** 9. und 10. August. Weitere Informationen unter [www.stephan-stern.ch](http://www.stephan-stern.ch) und [termin@stephan-stern.ch](mailto:termin@stephan-stern.ch), Telefon 071 955 77 12.