



Wie Franz Schmid seine Arbeit beim Tourismusverein Niedersonthofen sah

Sozialbau: Auf allen Geschäftsfeldern „erfolgreich bestanden“

„Ein Leben ohne Zigarette wird deine Zukunft sein“

Raucherentwöhnung mittels Hypnose – Seminarleiter: Der Wille aufzuhören ist entscheidend für den Erfolg

Kempten (kro).

Auf zwei bis drei Schachteln am Tag bringe sie es schon und an einem geselligen Abend unter Freunden könnten dann noch mal ein paar Glimmstengel dazu kommen, gesteht Jutta Aumüller. Alle Versuche der Sucht Herr zu werden – von Nikotin-Pflaster bis Akupunktur – seien bisher fehlgeschlagen. Da kann ihr Sigrid Karl-Wipper nur beipflichten. Ihr täglicher Zigarettenkonsum beschränke sich zwar auf „nur“ eine Schachtel, doch auch sie möchte sich das Qualmen nach 24 Jahren endlich abgewöhnen. Leidensgenosse Wilhelm King sagt, er sei sogar zum „Handauflegen“ in die Schweiz gereist, doch anschließend habe er munter weiter geraucht und nun den Entschluss gefasst, „jetzt versuche ich auch das noch.“

Der Versuch ist eine Raucherentwöhnung mittels Hypnose. Doch Seminarleiter Stephan Schlachtmeier stellt zu Beginn klar: „Hypnose ist ein Hilfs-, kein Wundermittel. Wer hier raus geht, bekommt kein Diplom als Nichtraucher. Wer nicht aufhören will, wird es auch auf diesem Weg nicht schaffen.“ Doch für jene mit festem Willen gelte: „Ein Leben ohne Zigarette wird deine Zukunft sein.“

„Schauen Sie auf das blaue Licht und hören nur auf die Musik und auf meine Worte“, lauten die ersten Anweisungen von Stephan Schlachtmeier, der Lampe und Rekorder in Betrieb setzt und weiter spricht: „Hören Sie

nur auf diese immer wiederkehrende Musik und auf meine Stimme. Mit jedem Takt der Musik, mit jedem Wort das ich spreche, wer-

den Sie ruhiger, mit jedem Atemzug entspannter, Müdigkeit wird sich in Ihrem Körper breit machen.“ Dann kündigt Schlacht-

meier an, langsam bis zehn zu zählen und bis dahin jeden Einzelnen in einen leichten Dämmerzustand zu versetzen. Bei der Zahl zehn haben auch alle Teilnehmer die Augen geschlossen, jeder seinen Kopf nach unten gebeugt.

Etwa 30 Minuten spricht der Hypnotiseur nun von dem grauenvollen Leben eines Rauchers, eingehüllt in Nikotin, von den Mengen an Teer, die Atemwege und Lunge belasten, von dem vielen Geld, das ausgegeben wird um die eigene Gesundheit zu zerstören, um Mitmenschen und Umwelt zu gefährden. Im Gegenzug schwärmt er von dem herrlichen Dasein des Nichtraucherers, der ohne Abhängigkeit in Freiheit lebt, der frische klare Luft einatmet und der sein Geld nicht für Teer und Abfallprodukte ausgibt, sondern für einen erholsamen Urlaub. Musik und das Rückwärtszählen von zehn bis eins holen die Gruppe wieder zurück. Nach einem kurzen Gedankenaustausch sind alle auch zum „Schlafenlegen“ bereit. Schlachtmeier wiederholt in den folgenden 20 Minuten seine eindringlichen Worte und der Rekorder die Musik.

Bei Wilhelm King hat „die Sache mit dem Schlafen“ nicht geklappt, dennoch hofft er auf den Erfolg. Sigrid Karl-Wipper glaubt, „es könnte funktionieren“ und auch Jutta Aumüller und Gabriele Räderer schauen am Ende der Veranstaltung erwartungsfroh in die Zukunft – vielleicht als Nichtraucher.



„Nichtraucher durch Hypnose“, das wollten bei Stephan Schlachtmeier auch Sigrid Karl-Wipper sowie (im Hintergrund) Jutta Aumüller und Gabriele Räderer werden. Foto: Rosmarie Kropka

NKSTADT

Be ab
errt

arbeiten sind der
straße in Kemp-
Frühlingsstraße/
12. Juni, für den
das Amt für Ver-
die Sperrung bis
4. Juni. Der Ver-
die Bodmanstra-
Lindauer Straße

gegen
t

platz des C&A in
am Donnerstag-
Octavia mit OA-
n Fahrzeugseite
and laut Polizei
e an der Wand.
enen Schaden in
kümmern, fuhr
Unfall ereignete
15 Uhr. Wer hat
nimmt die Ver-
nummer (0831)