

WIE FÜHLT SICH DAS AN?

MENSCHEN IN HYPNOSE VERSETZEN?



**Hypnose ist ein besonderer Zustand der Entspannung,
in den man sich versetzen lassen kann.**

Wichtig: Nicht, in den man gegen seinen Willen versetzt wird.

Es ist schon entscheidend, dass man sich darauf einlässt. Es ist eine Art Halbschlaf, in den man gelangt, durch die beruhigende Stimme des Hypnotiseur, und die körperliche Wirkung des Gehörten. Aber wenn du dir dabei einredest „ich hab eigentlich keine Lust mitzumachen!“, dann kann ich als Hypnotiseur natürlich nicht dagegen ankommen. Man kennt das vielleicht vom Autogenen Training. Auch da soll die Stimme entspannend wirken, oft verstärkt durch ruhige Musik. Ist dieser Zustand der Ruhe erreicht, ist das Gehirn aufnahmefähig genug und ich kann verschiedene Dinge ins Unterbewusstsein des Hypnotisierten „pflanzen“. Das können beispielsweise Bilder sein,



wie ein Heliumballon, der langsam seinen Arm nach oben hebt, was dazu führt, dass derjenige tatsächlich unbewusst seinen Arm hebt. Aber auch Halluzinationen sind möglich. Plötzlich ist derjenige davon überzeugt, dass vor ihm ein kleiner, grinsender Vogel sitzt. Es wird aber nicht vorkommen, dass jemand in diesem Zustand über seine moralischen Grenzen hinausgeht. Niemand würde nackt auf dem Tisch tanzen, nur weil ich es ihm sage. Das ist tief in unserem Unterbewusstsein verankert. Außer natürlich derjenige hat generell eher kein Problem damit nackt zu sein. Aber so was nutze ich natürlich nicht aus. Man muss als Hypnotiseur absolut selbstbewusst auftreten und das Publikum mitziehen können. Wenn ich nicht selbst von mir

überzeugt bin und eventuell unsicher auftrete, kann ich auch niemandem das nötige Vertrauen entlocken, sich darauf einzulassen. Man braucht gute Menschenkenntnis und einen hohen Grad an Aufmerksamkeit. Außerdem kommt natürlich auch ein bisschen Show dazu. Ich will ja auch unterhalten. Aber alles, was ich mache, kann im Grunde jeder lernen. Ich hab's mir eigentlich selbst beigebracht durch meine langjährige Erfahrung als Mentalist, aber es gibt sogar richtige Schulen und Akademien.

.....
 David Mitterer, Mentalist und Hypnotiseur aus München,
www.davidmitterer.de
