

# „Ich gebe einfach den Schups in die richtige Richtung“

**Rauchen, Abnehmen: Hypnotiseur David Woods ist für viele die letzte Rettung**

Von Tobias Grießer

Er ist für viele die letzte Rettung, für andere – auch Schauspieler und Profisportler – ein unverzichtbarer Begleiter: David Woods. Der Engländer, der in Frontenhäusen bei Dingolfing wohnt und am Münchner Flughafen seine Praxis betreibt, ist Hypnotiseur. Einer der bekanntesten in seiner Heimat und mittlerweile auch in Deutschland. Der 39-Jährige hilft immer mehr Menschen beim Abnehmen oder das Rauchen aufzuhören. Er kann aber auch Angstzustände und Blo-

ckaden lösen, das Selbstbewusstsein stärken, bei der Stressbewältigung helfen oder Erfolgshypnosen (für Firmen) durchführen.

Und David Woods hat es bereits unzählige Male bewiesen, dass das Erfolg hat, was er macht. Dabei kann er seine Patienten aber keineswegs willenlos machen, wie oft befürchtet wird. „Entscheidend für einen Hypnoseerfolg ist Vertrauen und die Bereitschaft für Veränderung“, so der Leiter des Hypnosezentrums Bayern zum Wochenblatt.

Schließlich muss Woods seine Patienten in einen Trancezustand versetzen, „in dem man bei Bewusstsein bleibt. Und ich gehe dann ans Unterbewusstsein heran“, erklärt der 39-Jährige seine Vorgehensweise. Dieser Trancezustand sei so etwas Ähnliches, als ob man ein gutes Buch lese. „Man ist völlig konzentriert auf das Geschehen, das Bewusstsein ist jedoch nicht

## Hypnose – was ist das genau?

Als Hypnose wird ein Verfahren zum Erreichen einer hypnotischen Trance bezeichnet, die durch vorübergehend geänderte Aufmerksamkeit und meist tiefe Entspannung gekennzeichnet ist. Oftmals bezeichnet man mit dem Wort Hypnose auch den Zustand, der durch die hypnotische Induktion erreicht wird. Die Begriffe Hypnose und Trance werden häufig synonym verwendet, wobei Trance nur für einen Zustand steht. Hypnose kann sowohl den Zustand als auch das Verfahren bezeichnen.

ausgeschaltet.“ Dann versuche er, falsche Verhaltensmuster – wie Rauchen oder Süßigkeiten zu essen – zu lösen und wieder „richtig zu verknüpfen. Schließlich weiß ja jeder Mensch eigentlich, dass eine Zigarette nicht gut für den Körper ist. Aber die meisten brauchen einfach den entscheidenden Schups in die richtige Richtung“, so David Woods.

Darum sei er auch beileibe kein „Wunderheiler oder Hellseher“. Das Unterbewusstsein brauche schlicht „das richtige Programm. Und das gibt’s von mir. Ich kann den Leuten den richtigen Weg zeigen, gehen müssen sie ihn aber letztlich doch selbst“, sagt der 39-jährige Hypnosetherapeut.

Nähere Informationen über David Woods und das Hypnosezentrum Bayern gibt es unter den Telefonnummern 0180/5791113, 089/97007589 oder 0171/9539922 und im Internet unter [www.davidwoods.de](http://www.davidwoods.de)



**Er hilft seinen Patienten auf den richtigen Weg, den sie aber selbst gehen müssen: David Woods. Foto: Grießer**