



„Warum und wie kann mir Hypnose helfen mein Idealgewicht zu erreichen und auch zu halten?“

Es gibt einige Dinge in unserem Leben, die wir mit unserem Bewusstsein steuern. Wir nehmen etwas wahr, analysieren und beurteilen es und handeln oder antworten dann nach reiflicher Überlegung.

Im Bereich unserer Gesundheit ist es so, dass die meisten Menschen ihr Verhalten nicht bewusst steuern, sondern vom Unterbewusstsein gesteuert werden.

Wie wäre es sonst möglich, dass die meisten Menschen zwar wissen, wie wichtig harmonische Bewegung und Muskeltraining sind, aber nur ein Teil der Menschen sich ausreichend bewegt. Es ist fast so, als ob in uns Menschen kleine Teilchen sitzen würden, die uns zur Faulheit verführen.

Und genau so ist es beim Essen.

Es gibt Menschen, die haben keine Ahnung, was „gesunde Ernährung“ bedeutet und glauben zum Beispiel, dass der Mensch Zucker essen soll, weil sie mal gehört haben, dass das Gehirn Zucker braucht, andere wieder glauben, dass man nur dann über viel Kraft verfügt, wenn man viel Brot isst.

Diesen Menschen ist geholfen, wenn sie ihr Wissen über Ernährung, Stoffwechsel und Verdauung erweitern und das geschieht in unserem **VitalPRO Online-Seminar**.

Und dann gibt es heute schon viele Menschen, die ziemlich viel über dieses Thema wissen, aber nicht die Kraft haben, dieses Wissen auch umzusetzen. Denn das Wissen allein reicht nicht aus, um schlank und gesund zu sein. Und es reicht schon gar nicht aus, wenn man schlank und gesund werden will.

Die meisten Menschen, die die Entwicklung von Krankheit zur Gesundheit oder vom Übergewicht zum Idealgewicht gemacht haben, haben ihr ganzes Programm geändert. Sie haben sich Wissen angeeignet, und haben die Fähigkeit entwickelt, alte Gewohnheiten hinter sich zu lassen und neue anzunehmen.



Wer auf Dauer sein Leben positiv verändern will, braucht dazu die Hilfe des Unterbewusstseins, das ist die Region in uns, in der die meisten Programme gespeichert sind.

Es sind die Methoden des NLP, des Neurolinguistischen Programmierens, und der Hypnose, die am erfolgreichsten alte Programme löschen und neue installieren können.

Bei der Selbsthypnose nimmt man selbst Verbindung zu seinen unterbewussten Bereichen auf und verändert dort das eine oder andere Programm. Die Methode funktioniert, man muss diese Technik aber beherrschen.

Bei der Fremdhypnose bringt einen der Hypnotiseur, der Coach, der Trainer, in einen Zustand, in dem man für solche Programmänderungen bereit ist.

Es sind nur zwei Voraussetzungen, die man mitbringen sollte:

- 1: Vertrauen zu dem Hypnotiseur und
- 2: die innere Bereitschaft, wirklich etwas verändern zu wollen.

In der Hypnose kann nur das geschehen, was der Klient will, es kann nichts passieren, was der Klient nicht möchte.

In dem kleinen Österreich haben schon tausende Menschen sehr erfolgreich diese Methode die wir in unserem **VitalPRO-Konzept** anbieten angewandt und haben ihr Idealgewicht erreicht oder sind diesem viel näher gekommen und haben diesen Zustand auch erhalten.

Wir wünschen Ihnen mit diesem Programm eine nachhaltige Veränderung Ihres Lebens hin zu mehr Gesundheit und zu Ihrem Idealgewicht.



Dr. med. Wolfgang Plakolm,
Frauenarzt, NLP Lehrtrainer, Hypnosetrainer