

# JA zum Leben

INTERVIEW: STEPHANIE GAWLITTA

FOTO: MARGIT SINNEBILD - SINNEBILD PHOTOGRAPHY

## DIE HYPNOSE-/MENTALTRAINERIN UND HUMANENERGETIKERIN CHRISTINE SCHNITZER begleitet

und berät Menschen bei den unterschiedlichsten Herausforderungen. Vor allem durch Tiefenentspannung, Hypnose und Rückführungen erreicht sie dadurch eine Aktivierung der unbewussten Stärken und Fähigkeiten. Wie genau das in der Praxis aussieht und wirkt, dazu haben wir sie in unserem Interview befragt.

**Hypnose, Rückführung, Tiefenentspannung. So lauten die drei Säulen Ihres Angebotes. Was können Sie uns dazu sagen?**

Hypnose gehört zu den ältesten nachweisbaren Methoden zur Gesundung in der Menschheitsgeschichte. Unterschiedliche Namen und Bezeichnungen wurden für das verwendet, was wir heute unter "Hypnose" und "Trance" verstehen.



„HABEN SIE MUT ZUR VERÄNDERUNG!“  
CHRISTINE SCHNITZER

Foto Quellverweis:  
Hair & Make Up:  
Bettina K. Winkler  
Bella B. Artistry  
HD Photostudio

Schon im alten Griechenland wurde der Tempelschlaf abgehaltn, wo der Klient durch den "Hypnotiseur" besprochen wurde. Diese Art der Methode bewirkte so erstaunliche Ergebnisse, dass 300 v. Chr. der Tempelschlaf aufgrund seiner heilenden Wirkung von den Römern übernommen wurde. Um 1780 wurde Franz Anton Mesmer, der fast 20 Jahre am Hof von Maria Theresia forschte, sehr bekannt. Die nach ihm benannten Mesmerschen Streichungen werden heute noch angewandt, um Menschen in Trance zu führen. Die moderne Hypnose basiert vor allem auf den Forschungen des Arztes Milton H. Erickson.

**Bei der hypnotischen Tiefenentspannung** entspannt sich der Körper, während der Geist auf besondere Weise wach bleibt. In der heutigen Zeit gönnen sich mehr und mehr Menschen diese wichtige Auszeit. Nach einer hypnotischen Tiefenentspannung fühlt man sich wieder frisch und ausgeruht und hat Kraft, Motivation und Elan für den stressigen Alltag.

**Rückführungen** in vergangene Leben geben Antworten auf Fragen, die sich vielleicht jeder von uns schon einmal gestellt hat. Woher kommen wir - wohin gehen wir? Habe ich schon einmal gelebt? Themen, die uns „im Heute“ bewegen, können in Rückführungen mit der Past Life Regression Therapy aufgelöst werden. Wir alle haben Erinnerungen, und wenn wir uns diese Erinnerungen zugänglich machen, kann Veränderung im Hier und Jetzt geschehen.

**Wer kann zu Ihnen kommen und was sind die häufigsten Fragestellungen bzw. Probleme?**

Zu mir kommen Menschen wie Sie und ich - um Veränderung und frischen Wind in ihr Leben zu bringen. Die wichtigsten Themen sind: dauerhaft Abnehmen, endgültig Nichtraucher zu sein, dem Burn-out vorbeugen durch

hypnotische Tiefenentspannung, Schlaf- und Angststörungen endgültig auflösen und vor allem das Thema „WER WAR ICH - WER BIN ICH“ - Rückführung in vergangene Leben - Past Life Regression.

**Es gehört sehr viel Vertrauen und Mut zur Veränderung dazu, um den ersten Schritt zu gehen. Was ist aus Ihrer Sicht entscheidend und wie begleiten Sie Ihre Klient(inn)en?**

Ganz entscheidend ist, dass jemand „aus sich selbst“ die Änderung vornehmen will, das „entschiedene Wollen“ ist das Wichtigste. Mein Streben ist es, den Klienten dort abzuholen, wo er gerade steht, seine Stärken und Fähigkeiten erkennen, um ihn dann Schritt für Schritt zu seinem Ziel zu begleiten.

**Wie kann man sich Hypnose in Ihrer Praxis vorstellen?**

In meiner Praxis sitzen Sie bequem auf einem Sessel oder liegen auf einer speziellen gemütlichen Liege. Ich bin bei Ihnen und wende verschiedene Techniken der hypnotischen Kommunikation sowie energetische Methoden an. Dadurch kommen Sie sehr schnell in einen vertieften Ruhezustand, in dem Ihr Unbewusstes mehr und mehr angesprochen wird. Je tiefer der Zustand der Ruhe, die eintretende hypnotische Trance ist, desto mehr öffnet sich das Tor zu Ihrem Unbewussten. Sie spüren nach einiger Zeit eine angenehme innere Ruhe und Entspannung. In diesem Zustand findet dann die vertiefte hypnotische Kommunikation und energetische Behandlung statt.

**Abnehmen, Rauchen aufhören, Schlaf- und Angststörungen gehören zu den häufigsten Themen. Wie läuft in diesem Fall die Begleitung ab und wie sehen die Erfolgsaussichten aus?** Hier arbeite ich mit der von mir entwickelten Six-Step-Methode. Das bedeutet in 6 Schritten zur Wunsch-

figur, in 6 Schritten zum Nichtraucher, in 6 Schritten frei von Angst, in 6 Schritten wieder durchschlafen. Die Begleitung erfolgt in 6 Intensivsitzen über einen Zeitraum von 6 bis 8 Wochen. Die hohe Erfolgsquote beruht auf der gezielten, individuellen Anwendung hypnotischer Techniken in Verbindung mit energetischen Methoden. Die Six-Step-Methode ist ausschließlich für Menschen gedacht, die ernsthaft ihr Leben neu oder anders gestalten möchten.

**Thema Rückführungen. Für wen ist sie geeignet und was kann man damit erreichen?**

Rückführungen in vergangene Leben mit der Past Life Regression Therapy haben großen Erfolg gezeigt, wenn ein belastendes Thema nicht gelöst werden kann. Wenn die Ursache für ein bestimmtes Problem nicht gefunden wird. Diese ursprünglichen Themen aufzulösen, ist das Ziel der Past Life Regression Therapy, um das Leben im Hier und Jetzt aktiv und selbstbestimmt zu gestalten.

**Egal, um welches Thema und Ziel es geht: Worauf kommt es Ihrer Meinung nach an, um ein angestrebtes Ziel erfolgreich zu erreichen - vom Rauchen-aufhören über mehr Selbstsicherheit oder Angstfreiheit bis hin zum Wunschgewicht...**

Zwei Worte sind sehr entscheidend: „ICH will!“. Nicht der Partner will es, die Kinder, die Freunde wollen es. „ICH will es! ICH bin es, der Neues in mein Leben lässt! ICH mache den ersten Schritt. Ich sage JA zum Leben! Ich sage JA zu mir! Jetzt!“

## Kontakt:

Christine Schnitzer  
Hypnose - Mentaltraining -  
Rückführungsbegleitung  
Tel.: +43 (0)664/367 55 59  
[www.meinziel.at](http://www.meinziel.at)