

Fall Elisabeth Gröner, 82 Jahre alt, 20kg Übergewicht, nächtliche Heisshungerattacken

Ratlos kommt sie in meine Praxis, hat jegliche Diät, mit mehr oder weniger Erfolg probiert, fühlt sich in ihrem eigenen Körper einfach nur unwohl. Die starke Gewichtszunahme kam aus ihrer Sicht erst, als Ihr Mann vor 8 Jahren verstarb. Für sie ist klar, dass es hier einen Zusammenhang geben muss. Nachts isst sie alles in sich hinein, oft mehrere tausend Kalorien, bis sie nicht mehr kann, und vollgeessen zurück in ihr Bett fällt. Allerdings, so gibt sie zu, musste sie sich schon immer sehr in Sachen Ernährung disziplinieren. Richtig dünn war sie, aus ihrer Sicht, noch nie.

Im Vorgespräch erfahre ich, dass Elisabeth seit dem Tod des Mannes viele Konflikte austragen muss. Als 2. Eherau, fechten die Kinder aus 1. Ehe das Testament des verstorbenen Mannes an. Eine sehr schwierige Situation, dies sich nun schon 8 Jahre hinzieht. Auf Nachfrage, ob sie solche Situationen, in denen sie ihr Recht nicht bekommt, nicht gesehen wird, bereits kennt, kommen zig weitere Situationen in ihrem Leben zum Vorschein. Sogenannte Wiederholersituationen. Diese Situationen, so identifizieren wir, stehen auch immer in Verbindung mit übermäßigem Essen und starken Gewichtsschwankungen. Wir reisen gedanklich zurück in die Kindheit und dort wird schnell klar, dass sie als Kriegskind, mit 5 weiteren Geschwistern, funktionieren, und nicht aus der Reihe tanzen durfte. Bereits als Kind musste sie tatkräftig auf dem heimischen Bauernhof anpacken. Essen war knapp, und es musste immer aufgegessen werden, ob es mundete, oder nicht. Im Laufe des Gesprächs erinnert sich Elisabeth daran, dass Sie als 12-jährige schwer krank wurde und nach der Genesung in eine „Esskur“ geschickt wurde, um wieder zu Kräften zu kommen. In diesen 6 Wochen nahm sie 11 kg zu. Sie schämte sich danach sehr ihres Körpers. Wir

unterhalten uns weiter über ihre Kindheit, ihre Eltern, Geschwister, ihr Essverhalten. In diesem Vorgespräch habe ich ein gutes Bild über Elisabeth´s Leben erhalten und habe ein Gefühl, wo die Ursachen liegen könnten.

Hier zeigen sich bereits 2 Ursachen, die häufig zu Übergewicht führen:

- Nicht gesehen werden, sich alleine und ungeliebt fühlen, eine innere Leere empfinden und diese mit Nahrung, vor allem Zuckerhaltiges aufzufüllen
- Zum Essen gezwungen werden, was das natürliche Sättigungsgefühl ausser Kraft setzt

Die Hypnose-therapie beginnt. Langsam entspanne ich sie mit Worten, führe sie immer mehr und mehr in einen tiefen Entspannungszustand. Als sie die nötige Trancetiefe erreicht hat, steigen wir mit einer Situation ein, in der sie nicht gesehen wird. Wir arbeiten hier quasi wie an einem Computer, der mit Suchbegriffen eine Datei auf der Festplatte suchen soll. Unsere Suchbegriffe sind Situationen und die dazugehörigen Emotionen. Sie nennt in der Trance, die Erbstreitereien und erklärt mit fester Stimme, dass diese sie traurig, unsicher und wütend machen, auch Angst, Zorn, Ungerechtigkeit, Ausgeliefert sein empfindet sie aufgrund dieser Behandlung. Wir tauchen nun ein in ihren Erinnerungsspeicher, suchen Erinnerungen, in denen Elisabeth genau diese Gefühle bereits erlebt hat. Wie erwartet landen wir in der im Vorfeld besprochenen Situation, Kurklinik, als 12 Jährige. Dort wird ihr das Essen regelrecht eingetrichtert, sie muss so lange sitzen bis alles aufgegessen ist. Teilweise muss sie erbrechen, wird sogar gezwungen das Erbrochene wieder aufzuessen- Sie hat genau die gleichen Gefühle, wie in der Ausgangsposition, fühlt sich ausgeliefert und unmündig.. Wir suchen weiter

und landen im Alter von 5 Jahren. Sie ist mit den Geschwistern und anderen Kindern im Stall. Dort wird sie für Doktorspiele benutzt, sie wird ausgezogen, in die Mitte gelegt, unangenehm, schmerzhaft, unsittlich berührt, ausgestellt und gemustert. Diese Form des sexuellen Missbrauchs findet über ihre Brüder noch weitere 10 Jahre statt. **Die Ursache ist gefunden.** Sie wurde missbraucht, instrumentalisiert und durfte sich, ihre eigene Meinung, ihre Bedürfnisse, nicht ausleben. Dieses Muster trägt Elisabeth ein Leben lang mit sich herum. Sie füllt die Leere, dass keiner sich Mühe macht sie zu verstehen, keiner ihre Bedürfnisse ernst nimmt, mit Nahrungsmitteln.

Wir arbeiten dann an der „Ursprungsdatei“, löschen die alten Gefühle, machen Elisabeth stark, selbstsicher und selbstwirksam. Dies wird noch mit einigen abdeckenden Methoden unterstützt, wie das Setzen des imaginären Magenbands, sowie des Ess-Stopp-Schalters. Sie bekommt Tools mit auf den Weg, die sie im Alltag wunderbar nutzen kann.

Nach dem „Zurückkommen“ fühlt sich Elisabeth frei, leicht und unbeschwert, kann sich noch an alles erinnern und erzählt, dass sie den Missbrauch über Jahrzehnte hinweg „vergessen“ hatte. Erstaunt nimmt sie wahr, wie tief innen die Dinge, die uns beschäftigen, doch liegen.

8 Wochen später hat sie 11 kg weniger, ohne Diät- ohne Heisshungerattacken, ohne Verzicht. Sie fühlt sich fit und stark. Auch in Sachen Erbstreit ist sie klarer geworden und grenzt sich besser ab. Im Freundeskreis sagt man ihr sie habe sich sehr verändert, sei mehr bei sich.

Um Ihre Essgewohnheiten nachhaltig zu verändern,

empfehle ich Ihnen ein 3-er Sitzungs-Lösungspaket, oder das sehr umfangreiche 3 Monatspaket „Endlich Wunschgewicht“.

Hier buchen (Angebote 3 Sitzung/ 3 Monatspaket Endlich Wunschgewicht)

Mit diesen Paketen kommen wir der Ursache auf die Spur und verankern langfristig ein neues Selbstbild und neue Ernährungsformen. Alles ohne Verzicht, auf einfache Art und Weise, versprochen!