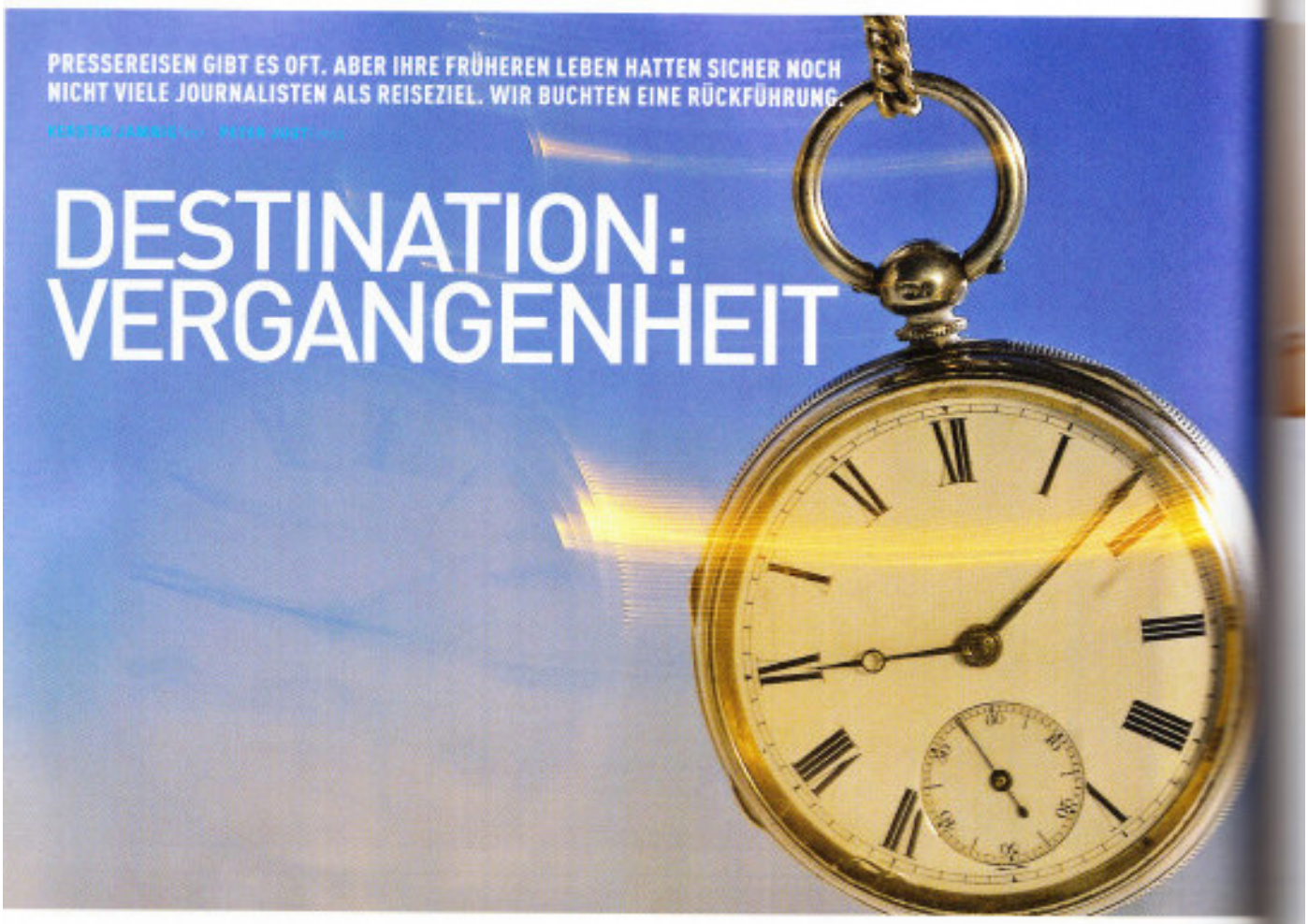
PRESSEREISEN GIBT ES OFT. ABER IHRE FRÜHEREN LEBEN HATTEN SICHER NOCH NICHT VIELE JOURNALISTEN ALS REISEZIEL. WIR BUCHTEN EINE RÜCKFÜHRUNG.

KLAUSTIN LEMMER (TEXT) · PETER HOFER (FOTOS)

DESTINATION: VERGANGENHEIT



Ich verreise ja gerne. Es gibt nicht viele Orte auf der Welt, die ich nicht besuchen möchte. Aber ob ich in meine eigene Vergangenheit reisen will, weiß ich nicht so recht. Ich weiß nicht mal, ob ich überhaupt glaube, dass das möglich ist. Und wenn es möglich ist – welche Folgen kann es haben? Was wenn ich Attila der Hunnenkönig, Maria Stuart oder – im schlimmsten Fall – gar niemand Berühmter war?

Solche Gedanken gehen einem durch den Kopf, wenn man vor Michaela Bleyer-Krainers Tür in Klagenfurt steht und nach der Klingel sucht. Die Pädagogische Psychologin und klinische Hypnose-Expertin hat ihre Praxis in einem bodenständigen Bungalow untergebracht, der nicht so aussieht, als ob Menschen darin nach dem totalen Kontrollverlust gackernd herumlaufen und verzweifelt versuchen Eier zu legen. Klingel finde ich trotzdem keine, also gehe ich einfach rein. Wir haben bei der langjährigen Uni-Professorin eine Rückführung gebucht. „Wollen Sie nicht lieber etwas anderes probieren?", versuchte sie uns von unserem Vorhaben abzubringen. Nein, wenn der Kärntner MONAT schon Hypnose testet, dann muss es was Spektakuläres sein – sagt der Chefredakteur. Dabei hätte ich auch versuchen können mein Selbstbewusstsein zu pushen, mein Idealgewicht zu erreichen, Allergien zu bekämpfen oder meine Konzentration zu verbessern. Und das ist nur ein kleiner Auszug aus dem Repertoire Bleyer-Krainers. Hypnose scheint bei allen Formen von geistigen und körperlichen Schmerzen einsetzbar zu sein. Jetzt wünschte ich, ich hätte eine schwere Pollenallergie, die ich als Behandlung gegen meine Rückführung eintauschen könnte. „Das ist schon eine gewaltige Sache, aber es völlig ungefährlich, weil ich sie sofort zurückholen kann. Allerdings ist es nicht sicher, ob es gleich das erste Mal klappt", sagt Bleyer-Krainer. Denn Hypnose hat eine Skala von 30. „Wenn ich Sie 30-mal in Hypnose versetze, kann ich Sie so weit beeinflussen, dass Sie eine Operation ohne Narkose und ohne Schmerzen überstehen." Zum Glück weiß der Chefredakteur das nicht!

FILM AB. Am Stressless-Sessel, den ich der Couch vorgezogen habe, mach ich es mir im Behandlungsraum bequem. Jetzt werden wir mal sehen, wie beeinflussbar mein Geist ist. „Man muss gut visualisieren und sich schnell entspannen können – das sind die idealen Voraussetzungen", lächelt Bleyer-Krainer mich an. Und ich könnte schwören: Sie weiß ganz genau, dass ich mich nicht schnell entspannen kann. Mein innerer Kontrollfreak ist immer auf der Hut. Das kann ja heiter werden. Ich lehne mich zurück und schließe meine Augen. Bleyer-Krainers Stimme verändert sich plötzlich, sie wird tiefer und spricht in einem langsamen Rhythmus. Im Hintergrund läuft leise Instrumental-Musik. Und ich entspanne mich tatsächlich! Musik und Stimme lullen meinen Geist ein und angenehme Schwere breitet sich in mir aus. „Du stehst am Ende einer breiten, geschwungenen Treppe", intoniert Bleyer-Krainer. Die Treppe symbolisiert den Weg in mein Unterbewusstes, mit dem ich in Kontakt kommen soll. Schrittweise geht es nach unten zu einer großen Tür, durch die ich in meinen „Wohlfühlraum" trete. Dort sehe ich eine große Leinwand, auf der die Nummern wie bei alten Kinofilmen heruntergezählt werden und dann ist sie schwarz. „Siehst du was?", fragt Bleyer-Krainer. Ich erst mal nicht. „Entspann dich, wir haben keine Eile."

Michaela Bleyer-Krainer war die Reiseführerin in mein vergangenes Leben. Nach einer Ruhehypnose begann die spannende Reise in die Vergangenheit. Beste Voraussetzungen hat, wer schnell entspannt.

SOMMERTAGE. Und dann sehe ich doch was. Eine Frau in einem weißen Kleid fährt auf einem Fahrrad. Dem Kleid und der Frau zufolge dürfte es zwischen 1870 und 1900 gewesen sein. „Wo sind Sie?", lenkt Bleyer-Krainer meinen Geist in die richtigen Bahnen. Irgendwo in der Natur, an einem schönen Sommertag und ich fahre anscheinend zu einem großen Haus. „Wie heißen Sie?" Keine Ahnung. Ich weiß auch nicht wie ich aussehe und langsam beschleicht mich das Gefühl, dass hier was nicht richtig läuft. Oh nein, mein Kontrollfreak meldet sich. Meine Umgebung wird mir unsanft wieder bewusst. Bleyer-Krainer versucht die Situation zu retten und führt meinen Geist in den Wohlfühlraum zurück. Dort lässt sie mich durch die Leinwand hindurchtreten und ich finde mich in einem langen Gang wieder. „Suche die Tür hinter der du Rad gefahren bist", sagt sie und ich suche und finde, aber nach dem Hindurchtreten komme ich nicht wirklich weiter. Ich sehe zwar wieder das große, schöne Haus und ich habe ein sehr angenehmes Gefühl. Doch es hat keinen Zweck mehr. Bleyer-Krainer führt mich wieder zurück, bis ans Ende der Treppe – und ich bin wieder im Jetzt. Wow, war das wirklich mein früheres Leben oder hat sich da bloß mein Unterbewusstes zu Wort gemeldet? Eine Portion Skepsis wohnt mir ja doch inne.

Sicher ist jedoch, dass ich mich total ausgeruht und entspannt fühle. Die CD mit der „Ruhehypnose" nehme ich gleich mit nachhause. „Das war ihr erster Versuch. Um weiter in frühere Leben vordringen zu können, müsste man mehrere Sitzungen machen", erklärt Bleyer-Krainer. Denn Hypnose kann man, wie schon erwähnt, trainieren. Nachdem ich mich eine Viertelstunde gesammelt und meine Gedanken geordnet habe setze ich mich wieder ins Auto und fahre in mein aktuelles Leben zurück.

Ach ja, falls Sie Bleyer-Krainer besuchen möchten: Halten Sie sich nicht mit der Suche nach der Klingel auf. Es gibt keine – sie würde während der Sitzungen stören.

DIE HYPNOSE-EXPERTIN

Michaela Bleyer-Krainer *ist Pädagogische Psychologin und bietet Klinische Hypnose für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.*
Anwendungsgebiete: Raucherentwöhnung, Essstörungen, Angst und Panikattacken, Selbstvertrauen, Allergien / Heuschnupfen, Burnout, Schmerzbehandlung, Schlafprobleme, Stressbewältigung, Leistungssteigerung im Sport, Idealgewicht, Konzentrationsschwierigkeiten und Prüfungsängste, Rückführungen.
Kontakt: Telefon 0 650/50 04 450; www.hypnose-bleyer.com; Termine nach Vereinbarung; Preis: 60 Euro pro Sitzung.

Falstaff GOURMETguide

Österreichs aktuellster und umfassendster Restaurantführer ist da!

10.000 Gourmetgäste bewerten 1.100 Restaurants!

Alle Trends, Geheimtipps und „musts"!

Ab sofort im Buchhandel und bei HOFER um 9,99 Euro.