

# Der Kopfkinoregisseur

Von Sebastian Faerber

**Mühlheim** ■ Das Gefühl, im Blitzlichtgewitter über einen roten Teppich zu stolzieren, hat er noch nicht kennengelernt. Trotzdem konnte sich Thorsten Bauch für einen kurzen Moment fühlen wie ein Hollywood-Star: Als er seine ersten Stunden auf dem Weg zum Hypnosetherapeuten hinter sich hatte, probierte er das bis dahin Gelernte an einer Bekannten aus. „Ich habe die Hand gehoben, gesagt, schau hier drauf, die Hand gesenkt und sie war sofort weg“, erinnert sich der Mühlheimer. Anschließend hat er ihr weisgemacht, er sei Georg Clooney. „Sie hat sich nur gewundert, warum Clooney Deutsch spricht“, schmunzelt Bauch.

Vor rund zehn Jahren hatte Thorsten Bauch den bekannten Show- und TV-Hypnotiseur Pharo in der Kulturhalle Schanz gesehen. „Damals glaubte ich noch, das alles sei Unfug“, sagt der 42-jährige. Doch was er dann erlebte – wie Pharos Blitzhypnose einen Besucher nach dem anderen von den Beinen holte –, überzeugte und beeindruckte ihn so, dass er sich näher mit dem Thema auseinandersetzte. Und schließlich selbst eine Ausbildung machte.

Zwar hat er bereits einige Jahre lang Hausbesuche abgestattet, doch nun therapiert Bauch in einer eigenen Praxis: Nikotin-Entwöhnung, Phobien und Ängsten kurieren, Stressbewältigung, aber auch Hilfe, wenn es mit dem Kinderwunsch nicht klappt – zu all diesen Problemen bie-



Thorsten Bauch.

Foto: Faerber

**Mit Hypnose transportiert Thorsten Bauch positive Szenen zu seinen Patienten – und kuriert so zuvor verhärtete Ängste.**

tet Bauch in der Mozartstraße 16 seine Dienste an.

Im Normalfall führt der studierte Theater-, Film- und Medienwissenschaftler zunächst ein längeres Gespräch mit seinen Klienten. Darin versucht er, eventuell vorhandene Ängste vor der Hypnose zu zerstreuen. „Dass Leute in diesem Zustand hängen geblieben seien, ist totaler Quatsch!“, sagt Bauch. Selbst ohne Hilfe würden Hypnotisierte zurück in den Normalzustand finden.

Ist die Scheu beseitigt, versucht er, während der Be-

handlung positive Gefühle im Unterbewusstsein zu verankern. Wenn ein Patient etwa Angst hat, sich unter Menschen zu begeben, kann er mit ihm unter Hypnose einen heiteren Abend in einer Bar konstruieren. „Erinnerst du dich, wie du am Abend getanzt und dich amüsiert hast?“, könnten seine Worte einen Film im Kopf entstehen lassen. Das geschaffene Ereignis wirkt, als habe es der Klient tatsächlich erlebt. Und es macht selbstbewusst, anschließend ähnlich befreit aufzutreten.

Früher arbeitete Bauch mit einem Pendel. Das braucht er heute nicht mehr, denn er selbst hält als Hypnosewerkzeug her: Seine leicht sonore Stimme schleicht ohne viel Aufsehen in alle Winkel eines Raums. Zurückgelehnt in einen seiner Sessel lässt man seine Worte gern ins Ohr. Dort entfalten sie ihre Wirkung. Zumindest, wenn sich die betreffende Person darauf einlässt. Ist das der Fall, lasse sich jeder hypnotisieren, bis auf Sonderfälle wie etwa Demenzzranke. Denn der sonderbare Schlaf ist ein Zustand höchster Entspannung, der aber auch Konzentration voraussetzt. „Es ist, als ob man in ein Buch vertieft ist, da bekommen manche von der Außenwelt auch nichts mit“, erklärt der Hypnosetherapeut und Heilpraktiker.

Neben Hypnose bietet Thorsten Bauch auch EFT an, die „Emotional Freedom Techniques“ nach Gary H. Craig, die besonders Kindern Spaß mache, aber auch bei Erwachsenen helfe, Blockaden abzubauen oder einen Burnout zu kurieren. Dabei werden durch Klopfen mit den Fingern Punkte am Körper stimuliert. Also eine Art Akupunktur ohne Nadeln. „Klingt merkwürdig, sieht auch erst einmal so aus“, scherzt Bauch. Doch zahlreiche emotionale Blockaden könnten bereits nach wenigen „Klopfunden“ aufgehoben werden. Wer es einmal ausprobieren möchte, der findet auf Bauchs Homepage eine Anleitung zur selbst anwendbaren Kurzversion: [www.hypnose-am-main.de](http://www.hypnose-am-main.de).