

%%
BEST OF POWER-LETTER 101-110 (chronologisch August 2005 bis März 2006)
Die Links in diesem „Best of“ wurden per 11. Juli 2007 aktualisiert
Das vollständige Archiv mit allen Beiträgen und zum Teil veralteten Links
finden Sie auf <http://www.hpz.com/letterindex.html>
%%

Power-Letter Nr. 101 (8.8.2005) Zug/Schweiz

Hallo, liebe Freunde,

In einem amerikanischen Erfolgsbuch habe ich einmal gelesen:

Was bedeutet eigentlich Erfolg für Sie?
Mehr zu bekommen von dem, was Sie schon haben?
Oder das, was Sie bereits haben, mehr geniessen zu können?

Diese simple Frage warf mich damals ziemlich über den Haufen. Denn bis dahin war ich immer dem nachgejagt, was ich NOCH nicht hatte. Und damals schwor ich mir, die nächsten Jahre würden dem Geniessenlernen gewidmet sein.

So habe ich mir fast die ganzen Monate Juli und August frei gehalten und einen grossen Teil davon in unserer Hotelsuite im Hotel Hornberg (<http://www.hotel-hornberg.ch>) verbracht, die wir seit einiger Zeit ganzjährig gemietet haben. Letzteres auch zum Zwecke des höheren Genusses, denn nach vielen Jahren Urlaub in Luxus-Hotels hatte ich es satt, mich immer wieder durch überhöhte Preise und lausigen Service stressen zu lassen. Heute findet unser Leben in Zug und Saanenmöser statt, und ich möchte mit niemandem tauschen, und schon gar nicht mit den armen Menschen, die ihr Glück immer noch im Gotthard-Stau auf dem Weg zum Teutonen-Grill und in der wöchentlichen Ziehung des Zahlenlottos suchen.

Wer übrigens mein Interview mit den neuen Hornberg-Chefs noch nicht gelesen hat, sollte das jetzt tun. Denn da stecken ein paar Marketing-Tipps drin, die nicht nur für Hoteliers gelten:
<http://www.hpz.com/hornberginterview.html>

Da wir morgen wieder nach Saanenmöser fahren wollen, muss ich mich beeilen mit meinen Tipps...

"Gross-Erfolg im Kleinbetrieb" als Neu-Auflage...
...und Kicks jetzt auch bei Audible direkt herunterladen!

Wie gesagt, ich hab's eilig. Daher müsst Ihr Euch ausnahmsweise mit dem Telegramm-Stil begnügen:

- NEU-Auflage meines Bestsellers "Gross-Erfolg im Kleinbetrieb" mit aktuellem Nachtrag 2005 jetzt erhältlich!
Infos hier: <http://www.hpz.com/buecher.html>
- Für Leute, die ihre Hörbücher entweder selbst auf CD brennen oder aber mit iPod oder sonst einem MP3-Player bewirtschaften:
Meine Kicks gibt es jetzt auch bei <http://www.audible.de>
und <http://www.soforthoeren.de>
Natürlich günstiger als die CDs!

Power-Radioniker werden gut betreut!
Über HPZs Radionik-Insiderletter und einen kritischen Bericht...

Meine Power-Radionik findet grossen Anklang, und die Feedbacks sind ermutigend bis sensationell! Ich habe daher bereits fünf Insider-Letter für Power-Radioniker verschickt. Hier sind sie:

<http://www.hpz.com/power-radionik/radioniknewsletter.html>

Sie sind mit denselben Passwörtern zugänglich wie die Power-Radionik selbst. Ein Zugang zur Power-Radionik könnte sich also auch für diejenigen lohnen, die mit einem anderen Radionik-System arbeiten.

Wie man einen Zugang bekommt, steht hier:

<http://www.hpz.com/radionikfueralle>

Der Radionik-Experte Peter Wänke schickt mir einen Artikel von Hermann Grösser:

http://www.forum-bioenergetik.info/pdf/6006_therapeutenpseudo2.pdf

Grösser hat mehrfach die Erfahrung gemacht, dass Radionik wirkt, ist jedoch der Meinung, dass die pseudowissenschaftlichen Erklärungen, wie ich sie auch in meinem Radionik-Report

(<http://www.hpz.com/radionikfuerinsider/radionik.html>) erwähnt habe,

alle Humbug seien. Wenn eine Diode mit weissem Rauschen oder eine Skalar-Antenne nötig wären, damit Radionik wirkt, dann würden alle anderen Radionik-Systeme nicht funktionieren. Tun sie aber dennoch, wie unter anderem auch meine Power-Radionik beweist.

Übrigens... ein Leser schrieb mir, ich solle ihm den Power-Radionik-Zugang erklären, bevor er ihn kaufe. Dazu ist zu sagen: Wer aus meiner Anleitung auf <http://www.hpz.com/radionikfueralle> nicht klarkommt, sollte die Finger von Radionik lassen. Ich werde also keine Verkaufsgespräche führen.

Teile-Integration und Psychiatrie-Fragebögen!
Heisse Tipps für coole Therapeuten...

1

--

Wer bereits Hypnose beherrscht, wird sich freuen über meine illustrierte Anleitung zur Teile-Integration:

<http://www.hpz.com/teileintegration.pdf>

Wer Hypnose nicht beherrscht, wird vielleicht jetzt gleich beschliessen, den ersten Schritt zu einer fundierten Ausbildung einzuleiten: <http://www.hpz.com/erfolgseminar.html>

2

--

Wer alte Menschen in seiner Verwandtschaft hat, die sich in letzter Zeit etwas seltsam benehmen, soll doch mal mit ihnen diesen Demenz-Fragebogen durchgehen:

http://www.altern-in-wuerde.de/web/aiv_files/Fragebogen.pdf

Wer Menschen kennt, bei denen ein Verdacht auf Depressionen besteht, ist mit diesem Fragebogen gut bedient:

http://www2.netdokter.de/teste_dich_selbst/Fakta/goldberg.asp

"Best of Power-Letter 51 bis 80" als PDF!
Zeitreise vom legendären 11.9.2001 bis zum 10.3.2004...
und ein verstecktes Goodie!

Viele von Euch haben sich mein "Best of Power-Letter 1 bis 50" (<http://www.hpz.com/bestofpowerletter1-50.pdf>) heruntergeladen und regelrecht verschlungen, wenn ich Euren Beteuerungen glauben darf.

Jetzt folgen nochmals 179 Seiten konzentriertes und aktualisiertes Power-Letter-Vergnügen. Die Letters 51 bis 80 sind hier erhältlich:
<http://www.hpz.com/bestofpowerletter51-80.pdf>

Übrigens... ich habe ein Goodie drin versteckt: Einen Link auf ein geheimes URL, wo Ihr eine Powerpoint-Präsentation zum Thema "Gebrauch des Tensors" herunterladen könnt, die ich im Jahr 2003 an der Medizinischen Woche in Baden-Baden gezeigt habe.

Darf man eigentlich aus dem Power-Letter zitieren?
Hier sind die Regeln!

Diese Frage wird mir oft gestellt.
Antwort: Ja, man darf, unter den folgenden Bedingungen:

1. Es wird pro Newsletter, den Ihr verschickt, nur ein Power-Letter-Artikel zitiert.
2. Es wird immer der GANZE Artikel zitiert und nicht nur Auszüge.
3. Es wird immer ein Link zu meiner Homepage gesetzt.

Wer diese Regeln einhält, muss mich nicht mehr um Erlaubnis fragen.
Alles klar?

Vier Strömungen der Psychotherapie!
Nützliche Zusammenstellung, und eine Information,
wo HPZ anzusiedeln ist...

Ich habe einmal im Internet eine Kurz-Zusammenstellung der wichtigsten Psychotherapie-Richtungen gesucht und leider keine gefunden. Also habe ich selbst eine gebastelt. Hier das wichtigste:

1. Tiefen-Psychologie

Hier geht es in erster Linie darum, in der Tiefe der Seele nach den Ursachen von Problemen zu forschen und diese bewusst zu machen. Verhaltenstherapeuten kritisieren an Tiefenpsychologen oftmals das langwierige Verfahren "ohne sichtbare Resultate". In neuerer Zeit wurden aber auch vermehrt tiefenpsychologische Kurzzeit-Verfahren entwickelt.

2. Verhaltenstherapie

Der Verhaltenstherapeut will in erster Linie dem Klienten helfen, sein Verhalten zu ändern. Für ihn ist negatives Verhalten "angelernt" und kann somit jederzeit "umgelernt" werden. Um die Ursachen kümmert sich der Verhaltenstherapeut nicht. Deswegen wird ihm oftmals Oberflächlichkeit vorgeworfen. Ebenso wird dem Verhaltenstherapeuten zur Last gelegt, dass er seine Erkenntnisse vorwiegend aus Tierversuchen gewonnen hat (Berühmtes Beispiel:: "Pawlowsche Hunde")

3. Humanistische Psychologie

Unter dieser Flagge segelt eine Vielzahl von sehr verschiedenen Therapie-Ansätzen, die aber eines gemeinsam haben: Eine holistische (ganzheitliche) Betrachtungsweise des Menschen und die Frage nach dem Lebenssinn. Die humanistische Psychologie ist als Gegenströmung zum rein mechanistischen Weltbild der Lerntheoretiker und Verhaltenstherapeuten entstanden.

4. Systemische Psychotherapie

Der Systemische Therapeut sieht ein psychisches Problem nicht als Problem eines Einzelnen, sondern als "Krankheit" eines Gesamt-Systems (Familie, Heim, Firma etc.), das sich in einem Individuum manifestiert. Genau so wie in der ganzheitlichen Medizin nicht nur ein krankes Organ diagnostiziert und "geflickt", sondern der gesamte Organismus untersucht wird, betrachtet der Systemische Therapeut das Gesamt-System. Nur wenn das Individuum seinen Platz im System gefunden und mit dem System Frieden geschlossen hat, kann es ihm gut gehen.

Frage:

Wo ist HPZs Therapieform anzusiedeln?

Antwort:

Überall. Mein Seminar "Hypno-1a" ist vorwiegend verhaltenstherapeutisch orientiert, wie sich das für die klassische Hypnose gehört, "Hypno-1b" befasst sich mit aufdeckenden, tiefenpsychologischen Verfahren, "Hypno-1c" widmet sich der systemischen Therapie, und das Ganze ist umrahmt von meiner humanistischen Haltung, das heisst den Fragen:

Woher kommen wir?

Wozu sind wir da?

Wohin gehen wir?

Man kann mir also vieles vorwerfen, aber ganz bestimmt nicht Einseitigkeit! Übrigens... wer die wichtigsten Pioniere der einzelnen Strömungen kennenlernen will, hier sind sie:

<http://www.hypnoseausbildung.com/psychologie/psychotherapie.html>

Ja, seid Ihr denn wahnsinnig!

Wie man sich durch Dummheit seinen GoogleRank vermiest und was man seinen Webmaster fragen sollte...

Beim Zusammenstellen meines "Best of Power-Letter" habe ich öfter mal den Kopf geschüttelt. Da tut man jemandem den Gefallen und setzt einen Link auf ein Dokument seiner Homepage. Und wenn ich den Link nach einem halben Jahr prüfe, lande ich im Limboland.

Der Grund? Irgend ein Hirni von Webmaster hatte das Gefühl, er müsse mal wieder die ganze Homepage umstellen. Und was früher wehwehweh.meineseite.ch/tollesdokument.html hiess und viel zu einem guten PageRank beitrug, heisst jetzt wehwehweh.meineseite.ch/aspid?1023 und ist nichts mehr wert.

Es ist ja durchaus legitim, wenn man ab und zu seine Homepage aufräumt. Aber lasst die alten Dokumente bitte stehen und schreibt dort den Link zur neuen Seite hinein. Wenn ich beispielsweise mein Dokument <http://www.hpz.com/Kindergarten.html> auf einmal umbenennen würde, wären 1020 Links auf meine Seite futsch!

Ich erlebe an meinem Internet-Seminar immer wieder, wie sich sonst durchaus gescheite Unternehmer von frechen und unverschämten Webmastern über den Tisch ziehen lassen. Wenn Ihr schon einen Webmaster mit der Erstellung und Wartung Eurer Homepage betrauen wollt, dann stellt ihm doch vor der Vergabe des Auftrags folgende Fragen:

- Was für Tipps haben Sie, um so genanntes "Involvement" zu erzielen, das heisst, den Surfer länger auf meiner Web Site zu halten? Und zwar weil er sie interessant findet, nicht weil er sucht wie ein Wahnsinniger!
- Was werden Sie tun, um meinen PageRank systematisch zu verbessern?
- Werden Sie dafür sorgen, dass man auch direkt auf Unterseiten verlinken kann?
- Wenn ich eines Tages beschliesse, die Web-Präsentation selbst zu betreuen, werden Sie mir sämtliche Dokumente zur Verfügung stellen?

Es gäbe noch Dutzende von Fragen. Aber glaubt mir: Diese vier genügen bereits, um 80 Prozent aller Webmaster in Verlegenheit zu bringen. Auf Eure Feedbacks freue ich mich jetzt schon. Die schlimmsten werde ich sogar veröffentlichen und mich notfalls abmahnen lassen. Aber das ist das Thema des nächsten Artikels...

Deutschland, liebes Abmahn-Land!
Wie Abmahnvereine Homepages lahmlegen, und wie man sich dagegen wehren kann...

Hier ist meine Warnung an alle deutschen Rechtsanwälte, die sich mit stupiden Abmahnungen über Wasser halten müssen:
Wenn es das ist, was uns in der EU erwartet, dann werde selbst ich, der ich sonst zu den liberalen Gemütern zähle, mich mit Händen und Füßen dagegen wehren, dass wir Schweizer diesem Verein beitreten!

Dieser Artikel berichtet darüber, dass Abmahnvereine es geschafft haben, harmlose Web Sites aufgrund von juristischen Spitzfindigkeiten vom Netz zu nehmen:

<http://www.verbrauchernews.de/artikel/0000005054.html>

Und hier kann man lesen, dass man glücklicherweise etwas dagegen tun kann: <http://www.advograt.de/abmahnungen/gsd/widerstand.php3>

Das wär's für heute.

Wer etwas zu lachen haben möchte, tippt in Google das Stichwort "miserable failure" (zu Deutsch: Furchtbarer Misserfolg) ein und lässt sich überraschen, wer da zuoberst erscheint :-)

Power-Leser Peter Scharf greift meinen Beitrag zum Beamtendeutsch vom letzten Letter (<http://www.hpz.com/letter100.html>) auf und liefert den gesamten Wortlaut der Wertbeutel-Vorschrift:

"Der Wertsack ist ein Beutel, der aufgrund seiner besonderen Verwendung im Postbeförderungsdienst nicht Wertbeutel, sondern Wertsack genannt wird, weil sein Inhalt aus mehreren

Wertbeuteln besteht, die in den Wertsack nicht verbeutelnd, sondern versackt werden.

Das ändert aber nichts an der Tatsache, dass die zur Bezeichnung des Wertsackes verwendete Wertbeutelndfahne auch bei einem Wertsack als Wertbeutelndfahne bezeichnet wird und nicht als Wertsackfahne, Wertsackbeutelndfahne oder Wertbeutelndfahne.

Sollte es sich bei der Inhaltsfeststellung eines Wertsackes herausstellen, dass ein in einem Wertsack versackter Versackbeutel statt im Wertsack in einem der im Wertsack versackten Wertbeutel versackt werden muss, so ist die in Frage kommende Versackstelle unverzüglich zu benachrichtigen.

Nach seiner Entleerung wird der Wertsack wieder zu einem Beutel, und er ist auch bei der Beutelndzählung nicht als Sack, sondern als Beutel zu zählen...

Verwechslungen sind insofern im übrigen ausgeschlossen, als jeder Postangehörige weiss, dass ein mit Wertsack bezeichnete Beutel kein Wertsack, sondern ein Wertpaketsack ist."

Fühlt Ihr Euch auch ein wenig gebeutelnd? Wenn Ihr noch etwas Aufbauendes sehen wollt, dann schaut Euch doch die Luft-Aufnahme meines neuen Instituts an: <http://www.hypnose-ausbildung.ch/luftbild.html>
Im Moment ist es noch verpackt wie ein Weihnachtsgeschenk. Aber am 29. September ziehen wir dort ein. Das nächste Tensor-Seminar (<http://www.hpz.com/tensorseminar.html>) findet also bereits am neuen Ort statt.

Herzlich,
Euer Hans-Peter Zimmermann :-)

Power-Letter Nr. 102 (31.8.2005) Zug/Schweiz

Hallo, liebe Freunde,

Eigentlich wollte ich die etwas ruhigere Zeit im August nutzen, um einen Gleitschirm-Grundkurs zu absolvieren. Das Wetter hat uns aber gerade mal einen Nachmittag am Übungshang erlaubt. Wenn ich es richtig in Erinnerung habe, war ich in der besten Zeit etwa zwei Meter über Grund, bevor mich ein Abwind dazu zwang, den viel gerühmten rektalen Airbag zu testen.

Am Tag danach war der Wind wieder ungünstig für den Übungshang. Dafür gönnte ich mir einen Tandemflug vom Urmiberg hinunter nach Brunnen. Das war sensationell, und wenn Ihr mal in der Gegend seid und keine Flugangst habt, gönnt Euch das doch auch. Hier ist die Adresse der sehr zuverlässigen Gleitschirm-Schule:

<http://www.paragliding.ch>

Ach ja, wenn Ihr Flugangst habt, macht sie doch einfach vorher weg mit Hilfe der Handflächen-Therapie (<http://www.hpz.com/handtherapie.html>), sonst findet Ihr nie heraus, warum die Vögel singen.

Ich weiss zur Zeit noch nicht, ob ich mich weiter schulen lassen werde. Es kann auch sein, dass ich mir einfach öfter mal so einen Passagierflug gönne. Denn wie sagt man so schön: Wer selbst fliegt, gehört zum Personal, und das kenne ich ja schon vom Helifliegen ;-)

Angst darfst du haben, fürchten musst du dich nicht!
Oder: manchmal machen Ghostwriter alles kaputt...

Wolf Riedel, Hypnotherapeut in Bremen, hat ein Buch geschrieben:

Angst darfst du haben -
fürchten musst du dich nicht.
Wie Hypnose mir geholfen hat, das Unmögliche zu schaffen

Meine Meinung dazu? Ich bin hin- und hergerissen. Was die Lebensgeschichte dieses Mannes angeht, die ist absolut lesenswert und verschlingt sich wie ein Krimi: Riedel riss früh von zu Hause aus, kam in die Fänge der Fremdenlegion und wurde bei einem Flugzeugabsturz querschnittsgelähmt. An den Rollstuhl gefesselt, promovierte er in Jura und wurde ein erfolgreicher aber gefühlskalter Wirtschaftsanwalt in Rio

de Janeiro. Hier kam er in Kontakt mit der Hypnotherapie und konnte sich mit Hilfe eines Therapeuten von seiner Lähmung, die offenbar doch keine Querschnittslähmung war, heilen. Es folgten Lehr- und Wanderjahre bei brasilianischen Schamanen und tibetischen Mönchen und (erstaunlicherweise, trotz schamanischen Kenntnissen) eine für mich doch sehr fragwürdige Tätigkeit als Show-Hypnotiseur, bevor er sich 1981 in eigener Praxis in Bremen niederliess.

Diese spannende Lebensgeschichte zieht sich in Kursivschrift durch das ganze Buch. Dazwischen finden wir in Normalschrift "Weisheiten" zum Thema Hypnose. Ich setze "Weisheiten" in Anführungszeichen, denn hier setzt meine Kritik ein. Da wird uns ein Potpourri an Halb- und Nichtwissen geboten, das man sich fragt, ob das derselbe Autor sein kann, der uns gerade so tolle Geschichten aus seinem spannenden Leben erzählt hat. Ein Blick auf den Klappentext macht die trübe Suppe etwas klarer. Da ist von einem Co-Autor namens Stefan Esser die Rede, der als Journalist schon für den "Münchner Merkur", die "Abendzeitung", die "Welt am Sonntag" sowie "Quick" und "Bunte" geschrieben habe. Geblieben ist dem guten Mann vor allem der Stil der letzten beiden Blätter.

Lasst mich mal spekulieren, wie es gewesen sein könnte: Riedel schickt das Manuskript seiner spannenden Lebensgeschichte an mehrere Verlage. Der Droemer-Verlag meint, man könnte da durchaus etwas draus machen. Sie wollten schon lange mal auf den hippen Hypnose-Zug aufspringen. Nur müsste Riedel noch etwas mehr Theorie liefern. Der meint darauf: "Ach nö, lassen Sie mal, ich bin ein Praktiker, Theoriebücher gibt's eh schon wie Sand am Meer." Darauf der Droemer-Lektoratssachbearbeiterstellvertreter: "Wir stellen Ihnen einen Profi-Schreiber zur Seite, der macht das schon. Sie müssen ihm nur ein bisschen erzählen, er bringt's dann in die richtige Form. Ja, und da hat Riedel nun richtig Pech gehabt. Und das einzige, was man ihm vorwerfen kann, ist, dass er die Satzzeichen vor dem Druck offenbar nicht mehr kontrolliert hat.

Dass dieses Machwerk ständig mit toll klingenden Kapitel-Überschriften lockt, um dann doch wieder in jedem Kapitel über ALLES zu sprechen und quer durchs Gemüsebeet irgend welche abgeschriebenen Weisheiten zum Besten zu geben, darüber kann man ja noch streiten.

Auch über die stilistischen Entgleisungen könnte man als alter BUNTE-ausschliesslich-beim-Frisör-Leser hinwegblicken. Kostproben?

- Wolf Riedel resp. Stefan Esser macht sich Gedanken darüber, ob der Golf-Profi Bernhard Langer vielleicht Hypnose "gemacht" habe. (Klar, direkt nach dem "Liebe machen", Ihr Buchmacher!)
- Auch an diesem Satz habe ich lange zu knabbern gehabt:
Zitat: "Es trifft wohl hauptsächlich Männer, dass man sich überschätzt."

(Es trifft wohl hauptsächlich Autoren, dass geschrieben wird, bevor das Gehirn eingeschaltet ist ;-)

- "...warum gerade in Deutschland immer noch viel zu viel Bürokratie vorherrscht."
Für diesen Satz wäre ich seinerzeit während meines Studentenjobs in der Schweizerischen Depeschagentur gefeuert worden.

Verzeihen würde ich auch noch das ständige "name dropping", mit dem Riedel offenbar etwas Anerkennung holen möchte:

- "Auf meiner Couch lagen zahlreiche Prominente"
Fürwahr ein Qualitätsmerkmal, lieber Wolf Riedel!
- "Dieter Bohlen ist privat ein ganz netter Mensch..."
"Verona Feldbusch ist eine intelligente Frau..."
Moment, impliziert das etwa, dass die beiden auf Riedels Couch...?
Und sind die damit einverstanden, dass Riedel das erwähnt?

Psychoanalytiker werden sich freuen über Sätze wie:

"Die Psychotherapie, ebenso wie die Psychoanalyse, will dies auch."
Habt Ihr nicht gewusst, liebe Analytiker, dass Eure Technik nicht zu den Psychotherapien gehört, gell?

Auch Hypnotherapeuten erfahren weltbewegende Tatsachen:

"Nicht das Warum ist in der Hypnose wichtig, sondern das Wieso."
Ja, und was ist mit dem Weshalb?

Auch dass Riedel die progressive Muskel-Relaxation nach Jacobson erfunden haben will, soll nicht zu seinem Schaden gereichen:

Zitat: "...kam mir die Idee, es müsse doch viel wirkungsvoller sein, wenn man vom Scheitel bis zur Sohle alles, was man an Muskeln hat, auf einmal so extrem wie möglich anspannt, diese Kontraktion des ganzen Körpers für einige Sekunden aufrecht erhält..."

Gute Idee: Bitte auch die Hirn-Kontraktionen aufrecht erhalten, Ihr beiden!

Habt Ihr Lust auf weitere Stilblüten?

"Es folgten sechs Wochen stationärer Klinikaufenthalt mit vielen Therapien und Valium."
Nöö, ne? Stationär? Und erst noch in der Klinik? Therapien PLUS Valium? Wahnsinn!

Weiter geht's:

"In der Folge führte das zu Verwerfungen in den Strukturen des Unterbewusstseins."
Lieber Wolf Riedel, dieses Messgerät muss ich auch haben!
Wo haben Sie das gekauft?

Jetzt kommen die beiden in Fahrt:

"Die meisten Menschen sind erst dann beeindruckt, wenn sie wegen eines Zipperleins in riesige Röhren geschoben werden, wo Lichter aufblitzen und ein Bildschirm wilde Kurven aufzeichnet."

Und zwanzig Zeilen weiter unten:

"Ich bin in den meisten Fällen erschöpfter als die Patienten."
Wen wundert's? ;-)

Riedel ist eigentlich ein ganz Bescheidener:

"Dabei hat ein Therapeut im Hintergrund zu bleiben. Ich hatte stets meine Probleme mit den Hackethals, Köhnlechners und Freitags dieser Welt, weil sie für meine Begriffe viel zu viel Wind um ihre Person machten..."
Das merken wir uns fürs nächste Mal, gell?

Wer Selbst-Hypnose lernen will, muss wissen:

"Selbsthypnose funktioniert wie die Hypnose über Gedanken. Aber nur dann, wenn nicht einfach nur so vor sich hin gedacht wird."

Genau, Denken kann sehr gefährlich sein, wie man zwei Seiten später erfährt:

"Kündigt sich unterwegs etwa eine Panik mit Herzklopfen und Angstschweiss an, dann können Sie notfalls auf eine öffentliche Toilette gehen und eine Suggestion auslösen."
Aber aufpassen, dass keiner zusieht, ja? ;-)

Was ich aber weder Wolf Riedel noch seinem bunten und quicken Co-Autor Stefan Esser verzeihe, sind die vielen inhaltlichen Fehler, vor allem was Psycho-Pathologie angeht. Etwa wenn Riedel das Wort "schizophren" so verwendet, dass jeder Psychiater sofort weiss, er hat noch nie mit dieser Krankheit zu tun gehabt. Und wenn er die wunderbare Wirkung der Hypnose bei schweren Depressionen preist, verrät er dadurch auch, dass er eine wirklich schwere Depression noch nicht einmal von weitem gesehen hat.

Diese Wissenslücken müsste Riedel, der immerhin seit über 20 Jahren praktiziert, längst gefüllt haben.

Die Psychiater unter Euch werden schmunzeln, wenn sie solche Stellen lesen:

"...wenn dieser Mensch es schafft, diesen Vorhang des schweren Nebels zu zerreißen, dann kommt in ihm eine so gewaltige Lebensfreude zurück, dass man ihn bremsen muss. Es besteht sonst die Gefahr, dass sich der Patient im euphorischen Galopp in sein neu gefundenes Leben stürzt."

Lieber Wolf Riedel, das nennt sich "hypomanische Episode", und es ist keine neu gewonnene Lebensfreude, sondern gehört zum Krankheitsbild! Vielleicht wär's doch ganz gut, wenn Sie ausser Ihrem Lehrmeister Kurt Tepperwein noch ein paar andere Quellen anzapften.

Wie gesagt, Riedel kann sich gottseidank darauf hinausreden, dass er nicht alles selbst geschrieben habe. Und hoffentlich auch dieses nicht:

"Kurz zuvor lief in der Zeitschrift "Praline" über Monate eine grosse Serie über mich und meine Arbeit. Ich war sicher kein Fan von diesem banalen Busenblatt, aber dessen Chefredakteur hatte Recht, als er mir gegenüber argumentierte: 'Wollen Sie etwa vor leeren Kirchen predigen?'"

Nee, Herr Riedel, nicht vor leeren, aber auch nicht vor den falschen, oder? Ich jedenfalls wünsche Ihnen viel Spass mit der Klientel, die Sie mit Ihrem Buch anziehen werden ;-)

Und etwas muss ich Ihnen lassen: Ihre Lebensgeschichte ist und bleibt spannend, denn jetzt haben Sie sogar einen der längsten Beiträge in meinem Power-Letter bewirkt. Hoffentlich verheizt mich Ihr Co-Autor jetzt nicht ganz quick in der BUNTEN ;-)

Häufig gestellte Fragen zur Power-Radionik!
Auch für Nicht-Radioniker einsehbar...

Wisst Ihr, was ein FAQ ist? Nein, das ist NICHT die irakische Schreibweise von "Fuck you", sondern steht für "Frequently Asked Questions" oder zu Deutsch "Häufig gestellte Fragen". Und ein solches FAQ gibt es jetzt auch zum Thema Power-Radionik. Wer sich für dieses spannende Forschungsgebiet interessiert, klickt auf http://www.hpz.com/radionikfueralle/radionik_faq.html

Auf den Spuren von HPZs Vergangenheit...
Satelliten-Bilder der ganzen Welt jetzt bei Google!

Wow, wir leben in interessanten Zeiten! Auf <http://maps.google.com> kann man sich sämtliche Satellitenbilder der Welt anschauen. In einigen Gebieten geht die Auflösung so weit, dass man die Farbe der Autos erkennen kann.

Mich hat natürlich sofort die Nostalgie gepackt, und ich habe eingetippt: "14 Calle Pastadero San Clemente USA" und siehe da: Google-Maps landet nur zwei Häuser neben dem Haus, das wir von 1993 bis 1998 in Kalifornien bewohnt haben. Für Neugierige: Es ist das Drittletzte in der Sackgasse.

Da man aber das gemütliche Jacuzzi und die spektakuläre Aussicht auf den Pazifik nicht erkennen kann, habe ich Google-Maps mit ein paar Fotos ergänzt. Hier sind sie:
<http://www.hypnoseausbildung.com/nostalgie>

Unsere späteren Home Bases "Sabaudia Italy" und "Zug Switzerland" kommen nicht ganz so hochauflösend daher, sind aber auch interessant zum Erkunden.

(Juli 2007: Die beiden Adressen sind jetzt auch hochauflösend)

Noch interessanter wird die virtuelle Weltreise, wenn man sich das Gratis-Programm "Google Earth" herunterlädt: <http://earth.google.com>
Hier kann man sich einen richtigen virtuellen Überflug reinziehen. Ich denke, so in zwei bis drei Jahren werden wir über Internet feststellen können, ob der amerikanische Präsident in seinem Schlafzimmer noch Licht hat. Freude herrscht!

Deine Buch- und DVD-Bibliothek in Sekundenschnelle einlesen...
Das Programm "Delicious Library" bringt's!

Doch doch, ich kann auch loben, wenn es jemand verdient hat. Zum Beispiel die Entwickler des Mac-Programms "Delicious Library":
<http://www.delicious-monster.com>

Wer etwas Ähnliches für Windows kennt, soll mir bitte schreiben, damit ich im nächsten Letter darauf hinweisen kann.

Was macht Delicious Library?

Es katalogisiert meine Buch- und DVD-Bibliothek. Aber nicht auf herkömmliche Weise, sondern total subtil! Ich halte einfach den Strichcode (ist ja heute Standard) eines Buches oder einer DVD an meine iSight-Kamera, die mich knappe 140 Euro gekostet hat, und die ich auch für Videokonferenzen mit meinem globetrottenden Bruder verwende, und schon sucht "Delicious Library" im Internet nach den nötigen Informationen. Wenn es sie findet, habe ich in einem virtuellen Büchergestell ein Büchlein, das genau so aussieht wie das Original und über sämtliche Informationen wie ISBN, Verlag, Umfang, Aufmachung undsoweiter verfügt. Das Ganze kann man auch in verschiedene Regale unterteilen, ausdrucken und exportieren, so dass es in jede beliebige Datenbank aufgenommen werden kann.

Wenn ich jemandem etwas verleihe, schiebe ich es einfach auf den entsprechenden Eintrag im Mac-Adressbuch, und das Programm legt automatisch den Tag fest, an dem es mich daran erinnert, mir mein Eigentum zurück zu holen.

Meinem Stiefsohn Patrice (<http://www.werbefoto.ch>) herzlichen Dank für den Hinweis auf dieses Kleinod.

Tolle Idee, mässige Umsetzung!
Hörbücher für die deutsche Psychotherapeuten-
Heilpraktiker-Prüfung...

Die Idee ist hervorragend: Amtsarztfragen für den "kleinen Heilpraktiker", also die "Psychotherapeuten-Prüfung nach dem Heilpraktiker-Gesetz" als Hörbuch nach dem Superlearning-Verfahren! Darauf haben viele gewartet, und auch ich würde nicht zögern, diese CDs bei meinem Psychopathologie-Seminar (<http://www.hpz.com/hypnose2.html>) in Zukunft gratis abzugeben.

Karin Isikli (<http://www.psychotherapie-hp-kompakt.de>) hatte nicht nur die Idee, sondern setzte sie auch um. Leider nicht in der Qualität, wie ich sie mir gewünscht hätte. Es reicht eben nicht, ein paar Bücher vorzulesen. Man müsste auch ein wenig Bescheid wissen über die Materie, oder zumindest so schlau sein, bei der Aufnahme jemanden dabei zu haben, der Bescheid weiss.

Dann würde es nämlich nicht passieren, dass aus der Muskel-Relaxation eine Muskel-Relaktion, aus der Indikation eine Induktion und aus der

Herz-Insuffizienz eine Herz-Suffizienz wird. Oder was ich besonders adrett fand, war das hirnorganische Psychosyndrom, das bei Karin Isikli einmal zum hirnorganischen Psychodrom wird. Das wäre doch mal eine Frage für "Wer wird Millionär", oder?
Was ist ein hirnorganisches Psychodrom?

- a) ein Vergnügungspark für Hirngeschädigte?
- b) ein Verplapperer auf einer Isikli-CD?
- c) etwas, was man nur für die Heilpraktiker-Prüfung braucht?

Und wenn Karin mir mit monotoner Flughafenansagerinnenstimme ins Ohr flüstert, die Zykllothymie sei eine abgeschwächte Form der bipolaren affektiven Störung, um im nächsten Moment zu behaupten, es handle sich bei der Zykllothymie um die schlimmste Form einer bipolaren affektiven Störung, dann weiss ich natürlich, dass sie beim ersten Mal aus einem modernen Buch, das zweite Mal aus einem uralten Schinken vorliest. Aber der arme Heilpraktiker-Anwärter dürfte damit erst mal gewaltig überfordert sein.

Und die alten Hasen unter den Heilpraktikern und Psychiatern werden schmunzeln, wenn sie Karins Aufforderung hören, man solle bei Schizophrenie-Verdacht "nach Denkstörungen fragen". Wie das wohl gehen mag? "Haben Sie Denkstörungen? Nein? Na, dann ist's ja gut!"

Aber Karin möchte ich doch noch sagen: Bitte nicht den Kopf hängen lassen! Visionen umzusetzen ist erst mal richtig und gut. Das nächste Mal einfach jemanden dazu nehmen, der etwas mehr Erfahrung hat und nicht gerade frisch von der HP-Prüfung kommt. Und dann werde ich zum Gross-Abnehmer Deiner überarbeiteten CDs!

Sind Nahrungsergänzungsmittel sinnvoll oder gar nötig?
HPZs heutige Meinung...

Während meiner Kalifornien-Zeit war ich ein eifriger Verfechter von Vitamin- und Mineralien-Präparaten. Und da ich das auch auf einer meiner CDs verraten habe, werde ich auch heute noch oft gefragt, welche Produkte ich empfehle.

Zunächst einmal: Ich nehme heute nur noch sporadisch orthomolekulare Präparate zu mir, und immer nur, nachdem ich ausgetestet habe, ob ich das auch brauche und vor allem, ob mein Körper das überhaupt aufnehmen kann. Oftmals ist nämlich ein Nährstoffmangel sekundärer Natur, d.h. Ihr könnt von dem Nährstoff zuführen, soviel Ihr wollt, Euer Körper ist schlichtweg nicht in der Lage, ihn zu verstoffwechseln. In so einem

Fall kann es also sinnvoll sein, erst mal Toxine auszuleiten.

Zu diesen Themen findet Ihr hier mehr Informationen:

<http://www.hpz.com/philos.html>

Und da dieser Artikel schon über sieben Jahre alt ist und noch nichts über sekundäre Nährstoffmängel erzählt, solltet Ihr Euch auch noch das hier reinziehen: <http://www.hpz.com/pischinger.html>

"HPZs "Hypnose im Alltag" wird sogar an der Uni verwendet...
Ein Grund mehr, es jetzt gratis runterzuladen!

Jetzt, lieber Wolf Riedel, kommt MEIN "name dropping"! ;-)

Kürzlich erreichte mich folgendes Mail:

Lieber Hans-Peter Zimmermann,

das von Ihnen bereitgestellte e-book "Hypnose im Alltag" möchte ich gern elektronisch speichern und teilweise in Trainings verwenden. Bitte teilen Sie mir mit, ob Sie damit einverstanden sind, wenn ich es verwende und Sie als Quelle nenne.

Vielen Dank und viele Grüße Jens Fleischhut

Dr. Jens Fleischhut
Freie Universität Berlin
Fachbereich Erziehungswissenschaft und Psychologie

Ich habe ja gesagt, unter der Bedingung, dass ich damit angeben darf, was ich hiermit getan habe ;-)

Ach so, das Buch, falls Ihr es noch nicht kennt und Euch zutraut, etwas so Universitäres (grins) zu lesen, gibt es gratis auf

<http://www.hpz.com/gratishypnosebuch/hypnosebuch.html>

Das wär's für heute.

Den Schlusswitz wollt Ihr noch hören? Kommt gleich. Zuerst noch ein

Tipp für Hörbuch-Fans, die des Englischen mächtig sind und sich für E-Commerce, also Internet-Handel, interessieren:

"The 10-Second-Internet-Manager" von Mark Breier. Breier war mal Marketingleiter bei Amazon und hat viel Interessantes zu erzählen. Von ihm habe ich auch eine wunderbare Metapher dafür, dass gewisse Dinge einfach Zeit brauchen und auch von Spitzen-Managern nicht abgekürzt werden können:

Es braucht neun Monate, um ein Baby zu produzieren.
Man kann den Prozess nicht auf einen Monat verkürzen,
indem man es mit neun Frauen macht.

Das Hörbuch ist runterzuladen bei <http://www.audible.de>

Von einem anderen Hörbuch habe ich die Schlusspointe. es handelt sich um das Programm "Wat willze machen" mit Hanns-Dieter Hüsck und einem jungen Emporkömmling. Beide waren für mich alten Hüsck-Fan ziemlich enttäuschend, mit Ausnahme dieses Gags:

Werbeplakat einer westfälischen Schützen-Gesellschaft:
"Schiessen lernen - Freunde treffen!"

Na dann, trifft mal schön!

Herzlich,
Euer Hans-Peter Zimmermann :-)

Power-Letter Nr. 103 (24.9.2005) Zug/Schweiz

Hallo, liebe Freunde,

Kurz bevor ich meine Computer-Anlage zusammenpacke und ins neue "Institut für Klinische Hypnose" an der Waldheimstrasse 31 (<http://homepage.mac.com/hpz1/PhotoAlbum85.html>) verfrachte, will ich mich noch rasch um Euch kümmern und Euch ein paar nützliche Tipps liefern.

Ein paar Positivdenker-Junkies meinten, ich hätte im letzten Letter überdurchschnittlich viel genörgelt. Aber aber, das kann man doch auch positiver ausdrücken, oder? Ich nenne es "evaluieren" oder "die

Schöpfung würdigen". Denn jeder gescheite Guru wird Euch sagen, dass ein Bild nicht nur aus Licht besteht, sondern auch aus Schatten. Wer nur das Licht sehen will, verteufelt die Schöpfung.

A propos Guru: "Zufälligerweise" häufen sich die Hinweise von Power-Lesern auf ein neues Buch mit dem Titel "Jetzt" von einem Deutschen namens Eckhard Tolle, der an den Universitäten von Cambridge und London studiert hat und auch genau so aussieht. Unter <http://www.eckharttolle.com> wird uns auch kundgetan, dass Tolle mit 29 Jahren eine tolle spirituelle Transformation erfahren hat, die seine bisherige Identität "beinahe aufgelöst" haben soll. Ich würde zu gerne wissen, was der Mann da geraucht hat ;-)

Tolle hat auch andere tolle Bücher geschrieben, zum Beispiel "Stillness Speaks", oder zu Deutsch "die Stille spricht". Ja, auch Tolles Stille spricht ziemlich laut, wenn da seine Gefährtin (Erleuchtete heiraten ja bekanntlich nicht) namens Kim Eng schreibt, sie werde immer wieder gefragt, wie es sei, mit einem Erleuchteten zusammenzuleben. Jetzt mal Hand aufs Herz, lieber Herr Tolle, ist einem Erleuchteten so etwas nicht peinlich?

Aber Spass beiseite: ich will ja gerne glauben, dass Tolle eine angenehme Persönlichkeit ist. Aber lasst mich den Gurus dieser Welt ein für allemal sagen: Liebe Gurus, ich glaube, ich hab's begriffen! Ihr müsst keine Bücher mehr übers Loslassen und Stillsein schreiben. Und Ihr müsst mich nicht mehr einladen zu Euren "Spiritual Retreats" auf Bali. Es ist keine Kunst, auf Bali ein paar Atemübungen zu machen. Ich bin nur noch dabei, wenn Ihr einen "Spiritual Attack" organisiert, zum Beispiel auf dem Mittelstreifen der Fifth Avenue in New York. Da will ich dann sehen, wie Eure Stille spricht! Denn echte Spiritualität findet im Alltag statt. Und wenn es dringend am Ganges sein muss, dann am liebsten am Ende des Ganges in einem überfüllten Feierabend-Zug ;-)

Ausserdem würde ich gerne erleben, wie unsere Welt aussehen würde, wenn jeder den "spirituellen Rückzug" anträte. Jedenfalls könnten sich die Gurus dieser Welt nicht mehr in der Ersten Klasse nach Bali fliegen lassen.

Und jetzt zu den lichtvollen Schattenseiten des Alltags...

"Du musst den Surfer in Deine Homepage hinein ziehen!"
Siegfried Vögeles Lesekurve, auf Web Sites angewandt...

Falls jemand von Euch Siegfried Vögele noch nicht kennt: Er ist DER Direktmarketing-Papst im deutschsprachigen Raum (<http://www.voegele.de>) und hat für seine Forschungsarbeiten schon vor Jahren den Ehren-Professortitel der Uni Klagenfurt erhalten.

Besonders revolutionär war folgende Erfindung Vögeles:

Mit einer speziellen Augenkamera untersuchte er während Jahren das Leseverhalten im Direktmarketing. Da Vögele mit den Massenversänden à la TimeLife und Readers Digest gross geworden ist, gilt für den Kleinbetrieb nicht ganz alles, was er sagt. Eine Zusammenfassung für Klein-Unternehmer findet Ihr auf <http://www.hpz.com/lesekurve>

Diese Lesekurven-Forschung gilt ebenso für das Internet, wenn auch in etwas reduzierter Masse. Denn im Internet suchen die Menschen bereits nach bestimmten Themen, sind also schon ein Stück weit "aufgeheizt", wenn sie auf Eure Web Site kommen. Dennoch kann man den Surfer mit ungeschickt platzierten Grafiken so lange verwirren, bis seine Lese-Energie so weit gesunken ist, dass er ermüdet wegeklickt. Leider Gottes entspricht das typische Layout des 0815-Webmasters genau dieser ungeschickt gesteuerten Lesekurve.

Also nochmals: Studiert dieses Dokument <http://www.hpz.com/lesekurve> und fangt an, die Besucher auf Eurer Web Site zu behalten.

Seit sieben Jahren predige ich an meinem viertägigen Internet-Seminar <http://www.hpz.com/internetpower.html>, wie man es machen sollte, und liefere ein erfundenes Muster-Beispiel eines Sanitär-Geschäfts. Und ganze sieben Jahre hat es gedauert, bis endlich mal einer diese Tipps eins zu eins umgesetzt hat.

Auf Roland Hirschis Web Site <http://www.construmat.ch> kann man beispielsweise eine bebilderte Anleitung finden zum Thema "Wie repariere ich einen WC-Spülkasten" (<http://digbig.com/4erwy>) oder "Wie entstopfe ich einen Syphon" (<http://digbig.com/4erwx>) und vieles mehr.

Die Web Site sieht zwar nicht so schön aus wie die eines so genannten Profi-Webmasters, aber sie bringt Umsatz. Und das macht doch Freude, oder?

Vertraue keiner Studie, die Du nicht selbst gefälscht hast!
Neues Portal "Klinische Studien" für Ärzte und Pharmazeuten...

Wolltet Ihr schon lange mal wissen, wie sich ein Hund fühlt, dem man den Darmausgang zugenäht hat? Kein Witz, solche Verbrechen gelten in

der Forschung als normal. Irgend ein berühmter Mann, dessen Namen mir entfallen ist, hat einmal gesagt:

Tierexperimentatoren sind Wesen besonderer Art,
man sollte sie nicht leichtfertig Menschen nennen.

Wie wahr, wie wahr! Aber im neuen Portal für Klinische Studien <http://www.ifpma.org/clinicaltrials.html> gibt es natürlich auch ein paar brauchbare und schmerzlose Experimente.

Ich wollte mal wissen, wie es eigentlich so steht mit der Amalgam-Forschung. Unter "abgeschlossene Studien" kommt gar nichts, unter "laufende Studien" ein paar Einträge, von denen ich jetzt schon weiss, dass sie die "Harmlosigkeit von Amalgam" nachweisen werden. Unter anderem steht da über eine laufende Studie mit Kindern:

The primary endpoint will be 5-year change in IQ scores.
Secondary endpoints will include measures of other neuropsychological assessments and renal functioning.

Aha, also den Intelligenz-Quotienten wird man bei den amalgamsanierten Kindern testen, und ferner ein paar neuropsychologische Versuche sowie eine Nierenfunktions-Prüfung durchführen. Und was ist mit dem persönlichen Befinden der Kinder? Ist es den Forschern nicht bekannt, dass gerade die unspezifischen Beschwerden wie chronische Müdigkeit, Blähungen und unerklärliche Muskelschmerzen bei Belastung durch Silber-Amalgam vorherrschen?

Wie gut sind wir im E-Mail-Marketing?
Gratis-Test und nützliche Tipps,
wie sich der seriöse Newsletter-Versender verhalten muss...

Damit das klar ist: Die Frau, die mir unaufgefordert via E-Mail weismachen wollte, dass ich in Zukunft kein Antibiotikum mehr brauche (sie schreibt natürlich "kein Antibiotika", denn woher will sie auch Lateinisch können), sondern ihr kolloidales Silber via Network-Marketing beziehen soll, ist eine SPAMerin. Da kann sie sich noch lange darauf hinaus reden, dass sie es nur gut gemeint und auch nur 200 Therapeuten angemüllt, ähmmm... angemailt habe.

Am anderen Ende der Fahnenstange sind die Versender von Newslettern, die sich strikte an das Prinzip des "Permission Marketing" halten, das heisst, ihren Newsletter nur an Menschen verschicken, die ihn ausdrücklich abonniert haben. Im EU-Raum gilt dabei das

Double-Opt-In-Verfahren als obligatorisch. Das bedeutet, der Kunde muss kurz nach dem Abonnieren nochmals bestätigen, dass er den Newsletter tatsächlich will. Denn es gibt immer noch zu viele Menschen mit Helfer-Syndrom, die ihren Mitmenschen nicht nur kolloidales Silber, sondern auch noch kollossalen Schwachsinn oder aber irgend einen Newsletter aufs Auge drücken wollen.

Da ich in der Schweiz wohne, also ausserhalb Europas, erlaube ich mir eine abgeschwächte Variante, nämlich das Opt-in-Opt-out-Verfahren. Das heisst, wer den Power-Letter abonniert, bekommt eine Info-Mail, die ihn über die Inhalte informiert und ihm die Gelegenheit gibt, vor dem Empfang des ersten Letters gleich wieder gestrichen zu werden.

Das ist aber nur einer von vielen Punkten, die man beachten sollte, wenn man einen seriösen Newsletter verschickt und nicht auf einer SPAM-Liste enden will. Für meinen letzten Internet-Techniktag habe ich einen zweiseitigen Test konzipiert, mit dem Ihr erstens feststellen könnt, wie gut Ihr in Sachen E-Mail-Marketing seid. Zweitens könnt Ihr den Test, die Auswertung und die Zusatzseite als nützliche Checkliste verwenden, um immer besser zu werden.

Falls Euch Sätze wie der folgende wie ein spanisches Dorf vorkommen, wisst Ihr jetzt wenigstens, wieviel es noch zu lernen gibt auf diesem Gebiet:

Der Betreiber meines SMTP-Servers ist darüber informiert, dass wir einen abonnierten Newsletter verschicken. Er wird sich bei Reklamationen loyal verhalten.

Ach so, fast hätte ich es vergessen. Hier ist der Test als Gratis-PDF:
<http://www.internetpower.ch/emailmarketing.pdf>

Homöopathische Medikamente enthalten vermutlich nichts...
HPZs Spekulation, warum sie trotzdem wirken!

Zahlreiche Power-Leser wiesen mich auf diesen Artikel in Spiegel-online hin: <http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,1518,371586,00.html>
Vermutlich hoffen sie, dass ich den bösen Homöopathie-Gegnern nochmals die Leviten lese. Aber wisst Ihr was? Ich glaube inzwischen, die homöopathischen Medikamente enthalten tatsächlich nichts Grobstoffliches.

Das ist an sich nichts Neues. Auch die Hersteller von Homöopathika

sagen, dass es sich um eine feinstoffliche Information handle. Die Frage ist allerdings, ob es so komplizierte Verfahren braucht, um diese Information auf die Arzneimittel-Träger zu bringen. Jeder Radioniker weiss, dass es auch einfacher geht. Vielleicht müssten wir eben ganz andere wissenschaftliche Werkzeuge verwenden, um Heil-Effekte wie diejenige der Homöopathie und Radionik erklären zu können.

Interessant ist es zum Beispiel, sich mit dem Begriff "Absicht" aus der alten jüdischen Lehre der Kabbala zu befassen. Hier habe ich zehn Gratis-Kabbala-Lektionen gefunden:

http://www.kabbalah.info/germankab/10lekti_gr/kabkurs-index-german.htm

Ich glaube, wenn ein Mensch mit einer gewissen spirituellen Reife die "Absicht" hat, eine bestimmte Information auf Globuli zu geben, dann geschieht das auch. Was er dazu als Ritual wählt, ist zweitrangig. Er kann Pflanzen suchen, sie auf eine bestimmte Art schneiden, mit Wasser vermischen und verschütteln, oder er kann seinen Computer anwerfen und ein Röhrchen mit Placebo-Globuli in seine Medikamentenwabe legen.

In diesem Zusammenhang lohnt es sich auch, sich mit der einheitlichen Quantenfeldtheorie von Burkhard Heim zu befassen. Hier sind drei Links dazu:

<http://www.holoenergetic.com/TX-dim-bew.htm>

<http://digbig.com/4edqt>

http://www.engon.de/protosimplex/px_heimd.htm#die%20ersten

Und zuletzt möchte ich nochmals auf den Artikel des Radionik-Experten Hermann Grösser hinweisen, den ich bereits in Power-Letter 101

(<http://www.hpz.com/letter101.html>) erwähnt hatte:

(http://www.forum-bioenergetik.info/pdf/6006_therapeutenpseudo2.pdf)

Hermann Grösser besucht mich Ende Oktober in meinem neuen Luft- und Lichtschloss über dem Zugersee. Ich bin gespannt, was er zu berichten hat.

Die Hunde-, Katzen- und Hamster-Flüsterer...
Sensationelle Tier-Kommunikation auch in der Schweiz!

In Power-Letter Nr. 100 (<http://www.hpz.com/letter100.html>) habe ich über die sensationellen Resultate gesprochen, die die Tier-Kommunikatorin Gudrun Weerasinghe bei unserem Yorkie bewirkt hat.

Power-Leser Peter Hängärtner berichtet über ähnliche Erfahrungen mit Schweizer Tier-Kommunikatorinnen:

(Zitat)

Wir haben insgesamt 3 Hunde, davon haben wir einen schwerst misshandelten und aggressiven Kerl aufgenommen der sich zu einer Gefahr für die ganze Familie entwickelte. Durch Zufall bekamen wir die Adresse von <http://www.tierkommunikation.ch>. Ich persönlich glaubte nicht daran. Da sich aber der damalige Preis von Fr. 50.-- im Vergleich zu einer "Endlösung" als Alternative aufzeigte und zudem noch den Vorteil hatte, mich nicht gegenüber meiner restlichen Familie zu exponieren, war ich bereit zu diesem Experiment!

Und siehe da, Bongo wurde plötzlich lammfromm, aufgestellt, spielfreudig ein Kumpel durch und durch - das gegenseitige Verstehen fand statt, auch wir hatten Fehler gemacht und konnten diese beseitigen - Dieses erste positive Erlebnis ist mittlerweile rund 5 Jahre alt und dauerte an bis zum Frühling dieses Jahres, als ein Zuwachs innerhalb des Rudels stattfand!

Ein anderes Beispiel ist der Besuch beim Tierarzt mit Bongo! Schon nur der Geruch oder ein erstes Anzeichen der Besuchsvorbereitung liessen ihn die Nackenhaare sträuben und laut und böse seinen Unmut kundtun. Eine kurze mentale Vorbereitung durch Frau Weber und der Kerl läuft schnurstracks, wedelnd in die Praxis rein, begrüsst sämtliche anwesenden freudig und geht selbstständig auf den Behandlungstisch...

Wir nahmen den 3 Hund auf, ein Yorkie (blond und mit EU Staatsbürgerschaft:-)) Dieses Ereignis produzierte eine Menge Aggression und Missgunst sowie Eifersucht innerhalb des Hundeduo's - den Bericht lege ich Dir bei - Das Resultat nach der Kontaktaufnahme kehrte eine Harmonie in das Rudel (Hund und Mensch) und blieb es bis heute!

Es muss also irgendetwas geben, ich war sehr skeptisch bin es teilweise immer noch (wo liegen die Grenzen des Machbaren?), irgendwie spannend und unheimlich, aber die Resultate überzeugen!

(Zitat Ende)

"Seit ich Toxine ausleite, geht's mir Spitze!"
Wie HPZs Tensorseminar Deine Lebensqualität massiv verbessern kann...

Seit ich Anfang 2003 das Ausleiten nach Körbler/Sommer und die Radionik

kennen gelernt habe, kann ich praktisch jede Unpässlichkeit bei mir und meiner Familie selbst beheben. Und nicht nur das: Ich habe ausserdem zahlreichen Menschen helfen können, ihre chronischen Störungen wie z.B. Kopfweg, Allergien und Müdigkeit, ein für allemal loszuwerden.

Alles, was man dazu wissen muss, lernt man an meinem Seminar "Pendel, Tensor und biophysikalische Mess- und Therapieverfahren" im neuen Institut für Klinische Hypnose in Zug. Hier ist das Detail-Programm: <http://www.hpz.com/tensorseminar.html>

Wer schon mit dem Tensor umgehen kann und auch das Ausleiten nach Körbler beherrscht, wird meine überarbeitete Toxin-Checkliste schätzen: <http://www.hpz.com/ideomotorik.html>

Jetzt sind sämtliche Viren und sämtliche Bakterien (nur die bösen, aber davon gibt's genug!) enthalten.

Das wär's für heute.

Ein Mann im Flugzeug zu seinem Sitznachbarn:

"Was, Sie machen Hypnose? Können Sie mich gleich mal hypnotisieren?"

Der Hypnotherapeut: "Lassen Sie mich noch dieses Magazin fertig lesen. In der Zwischenzeit kümmert sich mein Kollege hier um Sie. Er ist Urologe."

Power-Leser Andreas Moser schickt mir diesen Witz, in der Hauptrolle der beste Katastrophen-Manager vor dem Herrn:

In New York ist Stau. Kommt ein Mann ans Autofenster:

"Entschuldigen Sie, Präsident Bush wurde von Terroristen entführt!

Sie fordern 50 Millionen Dollar Lösegeld oder sie werden ihn mit Benzin übergiessen und anzünden!

Möchten Sie was spenden?"

"Ja, wieviel geben die anderen Leute so im Durchschnitt?"

"So ein bis zwei Liter."

So, und jetzt wird gepackt. Am Montag kommen die Zügelmäner. Dabei handelt es sich nicht etwa um Menschen, die mein loses Maul zügeln sollen, sondern das ist der Schweizer Fachbegriff für "Umzugs-Fachangestellte" oder "rauchende Lift-Blockierer".

Herzlich,
Euer Hans-Peter Zimmermann :-)

Power-Letter Nr. 104 (22.10.2005) Zug/Schweiz

Hallo, liebe Freunde,

Es kann sein, dass dieser Power-Letter nicht so angriffig wird wie sonst. Der Grund? Na, schaut Euch mal mein neues Büro an:

<http://homepage.mac.com/hpz1/PhotoAlbum91.html>

Sagt selbst: Kann man bei dieser Aussicht an irgend etwas herumnörgeln? Aber macht Euch mal keine Sorgen: Wenn Ihr unbedingt wollt, dass ich nörgle, gehe ich einfach bei jedem zweiten Power-Letter zum Texten in den Keller ;-)

So, und jetzt zu den Themen dieses Monats...

Zwei coole Features von Google...
...die nur wenige kennen!

Stellt Euch vor, Ihr wollt wissen, wann der Martinstag stattfindet, und was es damit eigentlich auf sich hat. Ihr googelt "St. Martin" in die Tastatur und was bekommt Ihr? Die Seite des Tourismusvereins von St. Martin, also irgend so einer langweiligen Karibik-Insel, die sich die Franzosen zusammen mit den Holländern mal unter den Nagel gerissen haben.

Dabei hat Google ein ganz cooles Feature für solche Fälle. Mann tippt ein "definiere Martinstag"... et voilà! Schon wissen wir, Martin, der dritte Bischof von Tours, der erste Heilige, der nicht als Märtyrer sterben, sondern lediglich seinen Mantel mit einem Bettler teilen musste.

Das zweite Google-Feature ist die Anbindung an ein Web-Verzeichnis. Der Unterschied zwischen einer Suchmaschine und einem Web-Verzeichnis? Ganz einfach: Eine Suchmaschine sucht mit Suchrobotern, genannt Bots oder Spider oder Crawler, das ganze Web nach brauchbaren und weniger brauchbaren Homepages ab. Das Resultat sieht leider oft so aus, dass irrelevante Seiten wie zum Beispiel die eines Hypnotikers, der nichts als eine dämliche Hypno-Verarsche bietet und deswegen von den Kids millionenfach angeklickt wird, unter "Hypnose" weit oben gelistet wird.

Das kann bei einem Verzeichnis nicht passieren, denn da sind Redakteure, also echte Menschen, am Werk, die ihren gesunden Menschenverstand verwenden, um den Wert einer Site zu beurteilen. Die "Grand Old Lady" der Web-Verzeichnisse ist <http://www.yahoo.de>, die allerdings mehr und mehr von einem OpenSource-Projekt namens Open Directory konkurrenziert wird. OpenSource bedeutet: Jeder im Internet kann dabei mitmachen, so dass man davon ausgehen kann, dass die besten Gehirne der Welt daran arbeiten. Ja, und auf dieses OpenDirectory greift auch Google zu, wenn man auf Googles Einstiegsseite auf "Verzeichnis" klickt.

Und wenn man also jetzt in <http://www.google.de/dirhp?hl=de&tab=wd&q=> auf Gesundheit -> alternative Medizin -> Hypnose klickt, oh Freude, wer kommt da zuoberst? Natürlich <http://www.hpz.com>!

Eine Schatzkiste für Menschen, die erfolgreich und glücklich sein wollen...
...der Newsletter von zeitzuleben.de!

Ein Power-Leser schreibt mir:

Die einzigen zwei Newsletter, die ich regelmässig mit grossem Genuss und Gewinn lese, sind der Letter von zeitzuleben.de und Dein Power-Letter.

Ich sage gleich zweimal danke. Erstens für das Kompliment zu meinem Power-Letter (<http://www.hpz.com/letterindex.html>), und zweitens für den Tipp in Sachen zeitzuleben.de
Ich habe diese Web Site zwar schon gekannt und bin dort auch freundlicherweise verlinkt, aber ich hatte den Letter noch nicht abonniert. Das habe ich schleunigst nachgeholt. Und ich muss sagen, was Tania Konnerth und Ralf Senftleben aus Zernien da jede Woche bieten, kann sich sehen lassen.

Schaut selbst auf <http://www.zeitzuleben.de> und abonniert diesen nützlichen Newsletter für Business, Happiness, Wellness und Success, wie man auf Deutsch so schön sagt ;-)

Achtung Firmengründer!
Kennt Ihr eigentlich Euren korrekten Stundensatz?

Wer glücklich sein will, der muss sich früher oder später auch mit dem Thema "Geld" und mit seiner Einstellung zum Geld befassen. Denn Geld bedeutet nichts anderes als "Handlungsspielraum". Geld hat man nicht, um es auf dem Konto zu horten. So etwas würde einem übersteigerten Sicherheitsbedürfnis entspringen, und wer aus lauter Sicherheitsbedürfnis Geld verdienen will, wird nie genug davon haben. Nie genug Sicherheit, und nie genug Geld.

Wenn ich Firmengründer frage, wie sie sich ihren anfänglichen Stundensatz vorstellen, ernte ich sehr oft ein Schulterzucken. Wenn ich dann nachfrage, wieviel denn so pro Jahr reinkommen müsse, geht das Schulterzucken weiter. Mein Gott, wie will jemand eine Firma gründen und leiten, wenn er noch nicht einmal die einfachsten Milchbüchlein-Rechnungen anstellen kann!

Ralf Senftleben zeigt hier, wie man seinen Stundensatz berechnet:
(Juli 2007: Der Link funktioniert leider nicht mehr, da workshop-welt.de geschlossen wurde.)

Was mir in seiner Anleitung jedoch fehlt, ist die Information, wie man ein Budget erstellt. Deshalb erfahrt Ihr das jetzt von mir. Das funktioniert auch für Angestellte. Ihr müsst dann einfach keine Verwaltungs- und Betriebskosten einsetzen. Die Unternehmer unter Euch setzen dort den Gesamt-Aufwand ihres Betriebs-Budgets ein.

Mein Luxus-Budget für das Jahr _____

Haus/Wohnung inkl. Nebenkosten..... _____

Essen und Restaurant-Besuche..... _____

Kleider/Schuhe..... _____

Auto inkl. Betriebskosten..... _____

Hobbys und Freizeit..... _____

Ferien..... _____

Weiterbildung..... _____

Radio, Fernsehen, Telefon..... _____

Sachversicherungen..... _____

Alters- und Gesundheitsvorsorge..... _____

Anschaffungen..... _____

Abzahlungen..... _____

Spenden..... _____

Bei Firmen-Inhabern:
Betriebs- und Verwaltungskosten..... _____

Weitere Budget-Posten _____ _____

Weitere Budget-Posten _____ _____

Weitere Budget-Posten _____ _____

Weitere Budget-Posten _____ _____

Einkommen nach Steuern..... _____

Steuern..... _____

Einkommen vor Steuern..... _____

Verglichen mit meinem jetzigen Einkommen
fehlen mir lediglich _____

Was kann ich tun, um diese Differenz auszugleichen?

Ihr werdet vermutlich erstaunt sein, wie wenig Euch zum wirklichen Luxus fehlt. Übrigens... Luxus ist nicht das, was Euren Nachbarn neidisch macht, sondern das, was Euch glücklich macht und Euch Energie liefert. Alles klar?

Wir wollen ja nicht mit Geld, das wir nicht haben, Dinge kaufen, die wir nicht brauchen, um Menschen zu beeindrucken, die wir nicht mögen, oder? ;-)

Schmerzfrei unter Hypnose!
Wann es funktioniert und warum...

In meinem Abriss über die spannende Geschichte der Hypnose (<http://www.hpz.com/geschichte-der-hypnose.html>) könnt Ihr nachlesen, dass bereits in der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts ein schottischer Chirurg namens James Esdaille Hypnose gegen Schmerzen bei Operationen anwandte.

Man stelle sich vor: Die chemischen Anästhetika waren noch nicht bekannt. Das erste chemische Anästhetikum, Chloroform, wurde 1831 entdeckt und 1846 erstmals für eine Operation eingesetzt. Die einzige Möglichkeit, Schmerzen zu lindern, bestand bis dahin im Trinken einer Buddel Schnaps und im darauf folgenden Buddel-übern-Kopf-hauen-und-hoffen-dass-Letzterer-ganz-bleibt.

Dass das nicht immer der Fall war, zeigt die Sterblichkeitsrate, die Operationen damals aufwiesen: Sie lag bei sage und schreibe 50 Prozent, das heißt, jeder Zweite blieb definitiv (oder bei esoterischer Weltanschauung "für relativ lange") liegen. Esdaille schraubte die Sterblichkeitsrate mit Hilfe von Hypnose immerhin auf 5 Prozent herunter, und er führte alle erdenklichen Operationen, darunter auch wirklich schwere Eingriffe, mit Hypnose als einzigem Anästhetikum durch.

Vielleicht sollten wir zuerst die zwei Begriffe "Analgesie" und "Anästhesie" definieren. Analgesie (von griechisch "algos" = der Schmerz) bedeutet Schmerzlosigkeit. Ich kann also durchaus spüren, dass der Chirurg mich liebevoll mit dem Skalpell berührt, aber ich empfinde keinen Schmerz. Eine Stufe weiter geht die Anästhesie (von griechisch "anaestissia = Die Nicht-Empfindung". Da spüre ich nicht einmal mehr das Skalpell.

An meinem Seminar Hypno-Power (<http://www.hpz.com/hypnose1a.html>) demonstriere ich die Analgesie und stelle es den Teilnehmern frei, sie auch am eigenen Leib zu erfahren und als Therapeut zu üben. Es ist wichtig, dass das auf freiwilliger Basis geschieht, denn der Faktor Motivation ist hier ausschlaggebend. Gute Motivationsfaktoren für Analgesie sind:

- Schlechte Verträglichkeit von chemischen Anästhetika
- Die Aussicht auf schnellere Heilung bei hypnotischer Anästhesie
- Horrortrips mit chemischen Anästhetika in der Vergangenheit (Das passiert zwar selten, aber es kann passieren, dass eine chemische Anästhesie nur sedierend, aber nicht analgetisch wirkt, das heisst, der Patient spürt alles, kann sich aber nicht wehren)
- Bei Hypnotherapeuten: Mehr Selbstsicherheit

In der Regel machen knapp die Hälfte meiner Teilnehmer bei den Anästhesie-Übungen mit. Davon sind ca. 20 Prozent spontan zu voller Anästhesie fähig, etwa 40 Prozent produzieren eine gute Analgesie, und weitere 40 Prozent schaffen eine Vorstufe zur Analgesie, das heisst, sie spüren zwar den Schmerz, aber sie bewerten ihn anders, sprich: Der Schmerz lässt sie kalt, und die entsprechenden Reflexe bleiben aus.

Wer das Ganze mal anlässlich einer Wurzelbehandlung oder einer Weisheitszahn-Extraktion ausprobieren möchte, kauft sich am besten die CD "Beim Zahnarzt in Hypnose" von Dr. med. dent. Albrecht Schmierer (<http://www.hypnos.de>) und wirft die beim nächsten Zahnarztbesuch in den portablen CD-Player. Funktioniert tadellos!

Falls jemand in Zürich oder Umgebung wohnt: Mein Zahnarzt Thomas Gütermann (<http://www.dental-quality-care.ch>) ist nicht nur Spezialist für Amalgam-Sanierungen, sondern beschäftigt auch einen bei mir ausgebildeten Hypnotherapeuten namens Martin Eugster. Das nenne ich mal vorbildlich!

Und wer wissen möchte, warum hypnotische Anästhesie funktioniert, der klickt am besten hier:
<http://digbig.com/4fbgd>

Es wird langsam Zeit...
...dass wir lernen, mit E-Mails richtig umzugehen!

Also, meine Lieben, lasst Euch mal gesagt sein:
Wenn jemand mehr als 50 Mails pro Tag bekommt, ist er ganz froh, wenn nicht jedes zweite Mail den Betreff "Info", "Frage" oder "Nur mal so" enthält. Die Betreffzeile ist ein wichtiges Instrument, um unsere Arbeit richtig zu organisieren. Wäre es also möglich, dass wir unseren Zeitgenossen das Leben leichter machen mit aussagekräftigen Betreffs wie zum Beispiel:

- Dringende Frage: Hypnose bei Multipler Sklerose
- Gelegentlich beantworten: Bedingungen für Tensor-Seminar
- Anmeldung Grundlagen-Seminar März 2006
- Suche Hypnose-Therapeut Nähe Berlin

Und es gibt tatsächlich immer noch Zeitgenossen, die die Betreffzeile leer lassen. Wusstet Ihr, dass viele SPAM-Filter solche Mails rausfiltern?

Eine Frau, die etliche HPZ-Seminare besucht hat, lebt sehr erfolgreich davon, dass sie Euch solche Dinge beibringt und ausserdem Euren Computer und Euer Büro so organisiert, dass Ihr die Dinge auf Anhieb findet und viel Zeit spart. Jetzt muss sie sich nur noch selbst so organisieren, dass sie eine eigene Homepage hat, dann werde ich Euch auch verraten, wie sie heisst ;-)

Bis es so weit ist, lest doch noch den Artikel über das "Bändigen der E-Mail-Flut nach den Ferien" von Marcel Widmer:
<http://digbig.com/4fbgq>

Wenn junge Menschen einen Verlag gründen...
die Erfolgs-Story von SmartBooks!

Vor etlichen Jahren waren die Brüder Frank und Ralf Seelig an meinem Grundlagen-Seminar. Sie hatten damals gerade ihren Buchverlag gegründet (<http://www.smartbooks.ch>) und ich gebe ehrlich zu, dass ich ihnen

keine grossen Chancen einräumte.

Doch jetzt ist das Unternehmen über 10 Jahre alt, und die beiden sind immer noch im Markt, obschon die Dotcom-Krise vor ein paar Jahren sie nochmals kräftig durchgeschüttelt hat.

SmartBooks begannen damals als reiner Apple-Verlag. Heute umfasst ihr Sortiment auch plattform-übergreifende Themen wie z.B. "Digitale Fotografie" oder "PDF im Business". Und jedes Buch zeichnet sich durch 1a-Qualität aus, sowohl inhaltlich wie auch grafisch und drucktechnisch, so dass ich mich bei manch einem vierfarbigen Hochglanztitel fragen muss, wie man da überhaupt noch Geld verdienen kann. Aber es scheint zu klappen.

Unternehmer können einiges lernen aus diesem Artikel der Handelszeitung <http://digbig.com/4fbgn> und aus diesem Interview in MacGadget <http://digbig.com/4fbgp>

(Ja Frank, wenn Du nicht so lange URLs hättest, würde man sie nicht mit Hilfe von <http://www.digbig.com> abkürzen müssen, und Du hättest zwei zusätzliche Links zu Deiner Homepage, was dem Google-Pagerank nur gut täte. Mein Tipp: Verklopfe mal Deinen Webmaster und besuche mein Internet-Seminar <http://www.hpz.com/internetpower.html> ;-)

Was steckt eigentlich sonst noch in Dir drin?

Entdecke Dein persönliches Potenzial!

Nein, das ist keine Werbung für mein Grundlagen-Seminar

<http://www.hpz.com/erfolgseminar.html>, obwohl wir uns dort natürlich auch damit beschäftigen, was noch alles in uns drin steckt.

Aber es gibt nun mal Menschen, die zuerst das nötige Geld auf ihrem Konto entdecken müssen, bevor sie sich ihrem Potenzial widmen können.

Und dafür hat Tania Konnerth von zeitzuleben.de ein schönes PDF-Formular gebastelt, das Ihr hier herunter laden könnt:

(Sorry, auch dieser Link existiert nicht mehr. Man sollte den Webmaster von zeitzuleben.de mal kräftig durchschütteln!)

Wenn Euch dieses Thema interessiert, wollt Ihr vielleicht auch mal meinen mehrseitigen Persönlichkeitstest durchführen. Hier findet Ihr ihn:

Den Test auf

<http://www.hpz.com/persoenlichkeitstest/persoenlichkeitstest.pdf>

Die Auswertung auf

<http://digbig.com/4fbgs>

Wenn Fachgeschäfte keine Fachgeschäfte mehr sind...
oder: Jetzt nörgelt er doch noch!

Wenn Ihr bei Google "definiere Fachgeschäft" eintippt, kommt diese Aussage, die mich zum Schmunzeln gebracht hat:

The German term das Fachgeschäft refers to any store or business that specializes in whatever it sells. In such a store there are usually Fachleute (specialists) who know a lot about the product or service offered.

Seht Ihr, selbst die Amis wissen Bescheid!
Nun habe ich ja etwas gegen die Aussage "Im Fachgeschäft lassen sie sich beraten, und beim Discounter kaufen sie dann ein". Deshalb versuche ich bei jeder Gelegenheit, ein Fachgeschäft zu berücksichtigen. Nur machen die es einem manchmal wirklich nicht leicht. Dazu zwei Beispiele:

1
--

Vor dreieinhalb Jahren verfrachtete ich meinen alten Fernseher in mein damals neues Institut und kaufte mir für Zuhause einen neuen. Es war die Zeit, als Flachbildschirme noch unerschwinglich waren, und so wurde es ein Fernseher von der Grösse, wie ich sie zu meiner Studentenzeit noch als Behausung hätte benutzen können.

Nach dem Bezahlen meinte der Verkäufer: "Raustragen können Sie's ja selbst, oder?" Natürlich deklarierte er diese Bemerkung sogleich als Scherz. Denn für diesen TV-Giganten benötigte man mindestens zwei Mann plus Scheuermann.

Als wir nach Hause kamen, war uns dann aber nicht mehr nach Scherzen zumute, und ich fragte mich, warum ich soeben 800 Franken mehr bezahlt hatte als beim Discounter, wenn ich nun trotzdem meinen Fernseher selbst transportieren und installieren musste.

2
--

Diese Woche beehrte ich ein anderes Fachgeschäft. You know, wo man

usually Fachleute trifft who wissen a lot about their products. Hier ist unser Dialog:

Ich:

Also, ich bräuchte für mein Institut eine tragbare Stereo-Anlage, so eine Art besserer Ghetto-Blaster, den ich überall hin transportieren kann, der aber trotzdem einen guten Sound haben soll. Budget zwischen 500 und 700 Franken.

Verkäufer:

Ja, da haben wir nicht so viel, können wir aber bestellen.

Ich:

Eigentlich wollte ich ins Fachgeschäft kommen, weil ich mir versprach, das Ding zuerst anhören zu können, bevor ich bestelle.

Verkäufer:

(Blättert im Katalog) Ja, wo sind jetzt die?

Also, hier haben wir für 500 Franken eine Mini-Anlage mit SD-Card.

Ich:

SD-Card brauche ich nicht. (Auf den Katalog zeigend) Und was ist das da?

Verkäufer:

Das ist auch so was. Aber es hat keine SD-Card.

(Mir wird langsam heiss in meiner Jacke mit Pulli unten drunter. Der hemdsärmelige Verkäufer fühlt sich aber sichtlich wohl)

Ich:

Ich schaue morgen mal im Internet und gebe Ihnen dann Bescheid. Haben Sie auch Video-Beamer? Ich bräuchte mal einen neuen mit höherer Auflösung.

Verkäufer:

Ja, da hängt einer an der Decke.

Ich:

Ah, der Panasonic. War glaube ich Testsieger. Hat der die hohe Auflösung?

Verkäufer:

Ja, der hat Tausend-und-irgendwas. Und der hat alles, was man sich wünschen kann, SD-Card... (will weiter aufzählen)

Ich:

SD-Card brauche ich nicht. Wenn Sie mir garantieren, dass er die hohe

Auflösung hat, können Sie ihn bestellen.

Verkäufer:

(Sitzt am Computer und browst auf der Panasonic-Seite herum)
Wo sind jetzt diese Beamer...

Ich:

Geben Sie doch mal bei "Suche" das Stichwort "Beamer" ein.

Verkäufer:

(Tippt "Baemer" ein) Ich finde nichts.

Ich:

Nicht "Baemer" sondern "Beamer" (boy, ist mir heiss!)

Verkäufer:

Ah ja, da. Aber das ist ein anderes Modell.

Ich:

Wissen Sie was: Ich surfe morgen selbst im Internet und teile Ihnen dann mit, welches Modell wir bestellen. Ich bräuchte noch 10 DVD-Rohlinge.

Verkäufer:

Ou, wer hat mir denn die alle verkauft. ich habe nur noch deren fünf.

Ich schwöre hoch und heilig, dass sich der Dialog genau so abgespielt hat. Trotzdem war ich bereit, den Beamer bei meinem Fachhändler zu bestellen. Aber als ich am nächsten Tag feststellte, dass der besagte Projektor die gleiche Auflösung hat wie mein alter und dass es ein neueres, besseres und günstigeres Modell gibt (allerdings ohne SD-Card, was ja wirklich schlimm ist), da tippte ich in meiner Verzweiflung bei Google ein: "Definiere Vorteil von Fachgeschäft". Und wisst Ihr, was da stand?

NO SERVICE und NO AHNUNG.

Dafür a little bit teurer als beim Discounter!

Das wär's für heute.

Den Schlusswitz schickt mir mein Bruder Beat, der sich vor wenigen Monaten mit Procedure Design selbständig gemacht hat (<http://www.airnavigationinstitute.ch>) und schon sehr erfolgreich ist. Wer einen Flughafen besitzt und mal eben ein An- oder Abflugverfahren

berechnet haben will, ist bei ihm gut aufgehoben. Hier also der Witz:

Mann zum Anwalt: Ich habe zwei Fragen. Was kosten Sie pro Frage?

Anwalt: 2000 Euro. Und was ist die zweite Frage?

Übrigens... falls Ihr immer noch der St.Martins-Frage aus Punkt 1 dieses Letters nachhängt: Der Martinstag ist am 11. November, und Ihr könnt die Chance auf Heiligsprechung erhöhen, wenn Ihr Euren Armani-Anzug mit einem Bettler teilt. Wenn Ihr zwecks Teilung kein Schwert zur Hand habt, tut's auch ein Schweizer Offiziersmesser ;-)

Herzlich,

Euer Hans-Peter Zimmermann :-)

Power-Letter Nr. 105 (15.11.2005) Zug/Schweiz

Hallo, liebe Freunde,

Die Schweizer unter Euch dürften es gelesen haben: Unser Schweizer Gesundheitsminister Pascal Couchepin will die Konsumation von Original-Medikamenten mit höheren Selbsthalten bestrafen. Das bedeutet: Wenn ich mir Ponstan verschreiben lasse anstatt des Generikums Mephador, ist mein Kostenanteil höher.

Vielleicht muss ich noch klar stellen, was ein Generikum ist: Es handelt sich um die meistens billigere Variante eines Medikaments, das bereits eine Weile auf dem Markt ist. Dabei sind die Haupt-Wirkstoffe und die Dosierung dieselbe, einzig in Bezug auf Bindemittel können manchmal Abweichungen vorkommen.

Ärzte und Konsumenten sind sauer über Couchepins Entscheid. Ist das nicht interessant? Dass der Hersteller des Original-Medikaments die Nase rümpft, leuchtet noch ein, oder? Denn schliesslich würden die gerne ihre Entwicklungskosten amortisieren. Aber Ärzte und Patienten? Können die etwas dagegen haben, wenn ein Wirkstoff billiger ist?

Meine Theorie lautet wie folgt:

Die wissen eben auf unbewusster Ebene, dass das Original doch besser wirkt als das Generikum. Und wieso? Aufgrund eines stärkeren morphogenetischen Feldes. Nein, das hat gar nichts mit dem Placebo-Effekt zu tun, sondern mit Bewusstseins-Feldern. Wer sich bezüglich dieses Forschungsgebietes noch nicht schlau gemacht hat, sollte das schleunigst nachholen. Lest die Bücher des britischen Zellbiologen Rupert Sheldrake. Oder ladet Euch eine Zusammenfassung aus dem Internet herunter.

Zu diesem Thema passt übrigens hervorragend der Punkt 5 dieses Power-Leters. Aber vorher habe ich noch ein paar andere Leckerbissen

für Euch...

Panoramabilder sorgen für Involvement!
Was dieser Marketing-Begriff bedeutet, und wie man
günstig zu Panorama-Fotos kommt...

Solche Zuschriften bekomme ich täglich:

Lieber Herr Zimmermann
Ich bin über das Stichwort "Erfolgseminar" bei
Ihnen "reingeogogelt".
Eigentlich wollte ich mir nur rasch einen Überblick
über Ihr Angebot verschaffen, aber jetzt bin ich schon
über drei Stunden am Lesen und kann nicht aufhören.
Dabei sollte ich schon lange ins Bett! ;-)

Solche Zuschriften wird ein Unternehmer, der eine stinknormale
Web-Präsenz bei einem durchschnittlichen Webmaster produzieren lässt,
mit Sicherheit nicht bekommen.

Wo liegt der Unterschied? Wie kann man bewirken, dass die eigene
Homepage zur besten Verkäuferin wird? Das Stichwort heisst
"Involvement". Das bedeutet: Der Leser muss von der ersten Sekunde an
beschäftigt oder eben "involviert" sein. Je länger er sich mit Eurer
Homepage beschäftigt, desto grösser ist die Chance, dass er irgendwann
zu einem Kunden wird.

Involvement kann man mit allem erreichen, was

- den Leser schlau macht
- den Leser unterhält
- die Neugier des Lesers befriedigt

Letzteres ist relativ leicht zu erreichen mit Panoramabildern. Wer zum
Beispiel neugierig ist auf mein neues Institut, findet hier ein
Panorama-Foto, wo er sich dreidimensional in meinem "Luft- und
Lichtschloss" über dem Zugersee umsehen kann:

<http://www.hypnose-ausbildung.ch/hypnose-institut/panoramabilder.html>

Bevor ich ein Hotelzimmer buche, suche ich auf der Homepage des Hotels
immer zuerst nach Panoramabildern. Denn mir ist es zu oft passiert,
dass die Vorstellung des Hotels, was man als Suite bezeichnen darf, und
meine Vorstellung davon weit auseinander klafften.

Panorama-Aufnahmen vom Profi sind günstiger als man glaubt. Auf <http://www.werbefoto.ch/phaktuell.mail6.html> könnt Ihr sehen, dass die erste Aufnahme CHF 500.- und jede weitere nur 300.- kostet.

Wiedergeburt? Igitt!
TV-Tipp zum Thema Reinkarnationsforschung...

"Ich glaube nicht an so Zeugs wie Reinkarnation und dergleichen!"
Ist es nicht interessant, dass der Satz oft trotzig klingt? Gegen wen oder was trotzt man eigentlich, wenn man beteuert, an keine höhere Intelligenz zu glauben. Gegen den, der glaubt? Wozu dann der Trotz? Gegen die höhere Intelligenz, die es in den Augen des Trotzenden gar nicht gibt? Sinnloser Trotz, fürwahr!

Dennoch bin ich der Meinung, dass die einzig wissenschaftliche Sicht die Folgende ist:

Keiner kann beweisen, dass er schon einmal gelebt hat.
Und keiner kann das Gegenteil beweisen.

Der Rest bleibt Spekulation. Spekulation allerdings, die, wenn man sich einmal näher mit der Materie beschäftigt, schon ganz interessant ist. Viele wissen zum Beispiel nicht, dass es ganz ausserhalb der Esoterik-Tanten-und-Onkel-Szene eine seriöse Reinkarnationsforschung gibt. Und so etwas verspricht uns der TV-Sender VOX, ab 22.11. in einer sechsteiligen Realdoku aufzutischen. Ob sie es auch halten, wird sich zeigen. Versprochen wird unter anderem Folgendes:

Die Reise beginnt auf dem Sofa eines Hypnose-Therapeuten. Im Zustand der Trance schildern die Protagonisten Erlebnisse aus einem bereits vergangenen Leben - oft mit erstaunlicher Präzision. Ein Experten-Team überprüft dann, ob die Aussagen mit der historischen Realität übereinstimmen können. Gibt es tatsächlich die unter Hypnose erwähnten Dörfer und Städte? Haben die so detailliert beschriebenen Gebäude jemals existiert? Was sagen die Archive über die genannten Personen? Schließlich reisen die "Seelenwanderer" an die Orte ihrer eigenen Geschichte zurück. Die Zuschauer werden Zeugen einer ungewöhnlichen Konfrontation von Unterbewusstsein und Realität, von Gegenwart und Vergangenheit.

Der Tipp kommt von Power-Leser Ralf Lehnert, der hier auch noch seinen Kommentar dazu veröffentlicht hat:
<http://home.arcor.de/ralflehnert/id65.htm>

Wer ein paar interessante Details zum Thema Wiedergeburt aus meiner Küche erfahren will, liest diesen Artikel:

<http://www.hpz.com/reinkarnation.html>

Und wer sich für die Replik von Jan Erik Sigdell an den Sektenjäger Hugo Stamm interessiert, klickt hier:

<http://www.hpz.com/wiedergeburt.html>

"Werbebriefe texten", "E-Mail-Marketing" und "Fotoprofi werden"...
Online-Kurse von Gratis bis Preiswert!

An dieser Stelle einmal ein Hoch auf die Schweizer Post! Nicht nur, dass die mir für ein bescheidenes Schweizer Fränkli einen Brief von Romanshorn nach Genf tragen, nein: Die haben auch noch entdeckt, was wahres Internet-Marketing ist. Zum Beispiel mit den beiden Online-Kursen "1x1 des Direkt-Marketings" (<http://digbig.com/4fgya>) und "E-Mail-Marketing" (<http://digbig.com/4fgyb>).

Ich habe die beiden ersten Lektionen der Gratis-Kurse studiert und bin begeistert.

Dann ist da noch eine Jacqueline Esen aus München, die preiswerte Online-Fotokurse anbietet unter <http://www.online-fotokurse.de> Auch hier habe ich mal ins virtuelle Klassenzimmer geschaut und bin sehr angetan. Wenn Frau Esen auch nur bewirkt, dass die vielen lausigen Porträt-Aufnahmen auf den Homepages dieser Welt mit qualitativ hochwertigem Material ersetzt werden, ist schon viel erreicht ;-)

Was hältst Du eigentlich von...?
Scientology, LOLA, Reverse Speech und Flanagan...

Wer mich nicht gerne nörgeln hört, soll diesen Artikel bitte weglassen, ja? Alle anderen werden sich freuen, wenn ich mich wieder einmal im Blatt-vom-Mund-wegnehmen übe:

--

Ein Arzt schreibt mir, meine Seminare würden ihn interessieren, aber er möchte vorher wissen, ob ich nicht etwa der Scientology-Kirche angehöre. Ganz nebenbei: So etwas wird ein Angehöriger des staatlich anerkannten Papst-Kults nie gefragt. Aber nun zu meiner Antwort: Natürlich nein! Am Anfang meiner Seminar-Unterlagen steht immer Folgendes:

Ich, Hans-Peter Zimmermann, erkläre hiermit, dass ich keiner Sekte angehöre (weder Scientology noch den Zeugen Jehovas noch der staatlich anerkannten «Papst-Sekte»), dass ich nie einer Sekte angehört habe (außer in der Kindheit der Evangelischen Gesellschaft, aufgrund der Zugehörigkeit meiner Eltern), und dass ich als freier Geist nicht gedenke, irgendwann einer Sekte oder sonst einem totalitären Verein anzugehören.

Dieses Training erhebt keinerlei Totalitätsanspruch und dient einzig und allein dazu, die Teilnehmer in Klinischer Hypnose zu zertifizieren. Der freie Wille ist jederzeit gewährleistet und die Teilnehmer dürfen jederzeit und mit jedermann über die Inhalte dieses Seminars diskutieren.

Dass ich die Scientologen auch schon wiederholt provoziert habe, kann man hier nachlesen: <http://www.hpz.com/letter62.html>

Der Gerechtigkeit halber möchte ich erwähnen, dass sicher nicht alles schlecht ist, was die tun. Das berühmte Auditing, soweit ich es aus den Beschreibungen beurteilen kann, ist nichts anderes als eine normale aufdeckende Psychotherapie.

Sektenhaft wird es für mich auf den so genannten OT-Stufen (Operierender Thetan), wo sich ein Mensch als Meister über "Leben, Denken, Materie, Energie, Raum und Zeit" wähnt und natürlich ein entsprechendes, vom Kult verliehenes OT-Armband tragen darf.

2

--

Ein anderer Leser möchte wissen, was ich vom LOLA-Prinzip halte. Als das Buch von René Egli im Jahr 1994 zum ersten Mal aufgelegt wurde, war ich begeistert. Ich sagte zu meinem damaligen Manager: "Da hat einer mein nächstes Buch geschrieben, also kann ich mich gleich ans übernächste machen."

Als mein Manager sich dann für eine LOLA-Berater-Ausbildung anmeldete und ich hautnah miterleben musste, wie Egli mit der Kleinlichkeit eines Buchhalters und einem totalitären Anspruch eines Sektenführers seine paar Prinzipien vertrat und als alleinseligmachend verstanden haben wollte, sank mein Enthusiasmus mehr und mehr.

Heute kann ich sagen: Ich habe auch vom Hier-und-Jetzt, das Egli so rigoros vertritt, losgelassen. Ich habe gemerkt, dass die Gegenwart nur

ein Zeiger auf unserer Zeitachse ist und unser Leben mehrheitlich aus Vergangenheit und Zukunft besteht. Jetzt lebe ich abwechslungsweise im Dann-und-Wann, im Da-und-Dort und im Sowohl-als-Auch. Das ist vielleicht nicht ganz so paradiesisch, wie wenn man das Denken René Egli überlassen würde, aber es lebt sich ganz gut so ;-)

3

--

Power-Leserin Dagmar Gratz möchte wissen, was ich von Rückwärtssprache halte. Bis sie mich das gefragt hatte, wusste ich gar nicht, was das ist. Jetzt weiss ich's: Ich gehe zu einer Reverse-Speech-Therapeutin, quatsche mit ihr ein bisschen rum und stimme zu, dass sie unser Gespräch aufzeichnet. Anschliessend lässt sie ihr Tonbandgerät rückwärts laufen und siehe da: In dem Haufen Kauderwelsch glaubt die Spezialistin plötzlich einen richtigen deutschen Satz zu erkennen. Ha, das Unterbewusstsein hat sich kundgetan! Wahnsinn!

Hier gibt es ein paar Ton-Beispiele:

http://www.reversespeechinternational.com/samples_new.php#16

Eine Radio-Moderatorin sagt: "Wie fanden Sie denn die Begründung unseres Kanzlers gestern?" In der Rückwärts-Version glaubt die Reverse-Speechlerin die Worte "Sex heut' nacht" zu hören. Wow, jetzt wissen wir, was die Moderatorin tatsächlich gedacht hat. Oder waren es vielleicht doch eher die Gedanken der Verdrehungs-Therapeutin?

Fazit:

Selbst wenn da was dran wäre, was ich bezweifle: Wenn Ihr mich fragt, ist das etwas viel Aufwand für das bisschen Information, das uns das Unterbewusstsein hier mitteilt. Da kriege ich in fünf Minuten Hypnotherapie wesentlich mehr raus.

Übrigens... Sächsisch klingt in Rückwärtssprache wie Dänisch. Das bedeutet aber nicht, dass jeder Sachse in einem früheren Leben ein Däne war. Er kann auch einfach etwas sehr Schlechtes gegessen haben ;-)

4

--

Power-Leser und Seminar-Kunde Roman Hagmann möchte wissen, was ich von Patrick Flanagan halte und schickt mir zur Sicherheit eine DVD von einem Flanagan-Kongress in Deutschland. Das ist gut, denn ich wusste vorher nichts über diesen Mann.

Die DVD zeigt einen Hansdampf in allen Gassen, der nichts dagegen tut, dass die Leute glauben, er sei ein M.D., also ein Medical Doctor. Voraus eilen tut ihm offenbar der Ruf, dass er schon im zarten Alter von 12 Jahren aus Elektronik-Schrott einen Fernlenkwaffen-Detektor

entwickelt habe, den die CIA konfiszierte und anschliessend in einen Satelliten einbaute.

Wenn ich so etwas höre, leuchten bei mir schon die Alarmlampen, und mein Intuitions-Bildschirm blinkt auf: Achtung

Verschwörungs-Theoretiker!

Fehlt nur noch, dass er das Thema Chemtrails

(<http://de.wikipedia.org/wiki/Chemtrails>), HAARP-Frequenzen

(<http://de.wikipedia.org/wiki/HAARP>) und Freie Energie

(<http://digbig.com/4fhae>) aufgreift. Und siehe da: Er tut's! Und was er auslöst, das ergänzt seine Ehefrau, die mich an ein Countrymusic-Girl mit schlechtem Modeberater erinnert.

Interessant ist bei solchen Menschen immer auch, den Lebenslauf etwas genauer unter die Lupe zu nehmen:

Unter <http://www.flanagan-forschung.de/Biografie/biografie.html> wird uns neben dem CIA-Märchen unter anderem kundgetan, dass Flanagan 1962 von der Academy of Achievement in San Diego die Goldmedaille für die Erfindung seines Neurophone erhalten habe. Wen wundert's, dass wir es hier wieder mal mit einer Academy zu tun haben, von der Google nichts, aber auch gar nichts weiss. Was mich am meisten stutzig macht, ist dieser Eintrag:

1972 Doktor der Philosophie

Also ein Ph.D. Aber wo? Und in was? Dass nicht jeder Titel aus Harvard stammen kann, ist klar und verständlich. Aber das Mindeste, was einer tun kann, ist zu verraten, wo er ihn erworben hat, damit die Leser überprüfen können, ob der Doktor nur gekauft ist, oder ob man dafür arbeiten musste.

Genau so bedeckt hält sich Flanagan bei diesem Eintrag:

1977 Ernennung zum Professor für Psychologie

Weiter geht's hiermit:

Anfang der 90er Jahre wird Patrick Flanagan beim Multi Disciplinary World Medical Congress in Colombo, Sri Lanka, von der Medicina Alternativa der Dokortitel verliehen.

Auch hier: Ein Kongress, den Google nicht kennt. Und die Homepage <http://www.medicina-alternativa.org> erinnert eher an einen Scherzartikel-Versand als an eine seriöse medizinische Ausbildungsstätte.

1997 wird Dr. Patrick Flanagan von der 'International Association for New Science' zum Wissenschaftler des Jahres ernannt.

Wundert es Euch, dass Google auch diese Association nicht kennt? Aber auf diese Marketing-Idee hier muss man erst mal kommen:

1994 reicht Professor Anton Jayasuriya vom Medicina Alternativa Institute of Sri Lanka die Arbeiten Flanagans zur Nachbildung des Hunzawasser durch Microclustertechnologie beim Nobelpreiskomitee in Schweden ein.

Ich glaube, ich werde demnächst mein Buch "Geld ist schön" dem Friedensnobelpreis-Komitee einreichen und das dann ebenfalls auf meine Fahne schreiben ;-)

Am Ende von Flanagans Biografie ist mir dann ziemlich klar, was die ganze Schaumslägerei soll: Man will Flanagans Hunzawasser und seine Nahrungsergänzungsmittel verkaufen, ganz nach dem Motto "Gefressen und gesoffen wird immer". So gesehen siedle ich diesen Mann in meiner hirn-internen Prominenten-Galerie direkt neben dem Salz-und-Wasser-Knaller Peter Ferreira und dem zwielichtigen Vitamin-Papst Matthias Rath an.

Wenn ich sehe, was der alte Hypnotiker Kurt Tepperwein, der ja ebenfalls mit Nahrungsergänzungen handelt, in seiner Biografie für seltsame Auszeichnungen und Titel führt, komme ich langsam zum Schluss, dass Nahrungsergänzungsmittel Manien heraufbeschwören können. Diese Theorie habe ich bereits beim Nobelpreis-Komitee eingereicht ;-)

Bioresonanz ist auch Radionik!
Hermann Grössers einzigartiger Insider-Report über
Wunderheilungen und Pseudo-Wissenschaften...

In einem der letzten Letter habe ich bereits angekündigt, dass Hermann Grösser, einer der profundesten Kenner der Bioresonanz- und Radionik-Szene mich besuchen würde. Unser Gespräch war sehr interessant, und ich bin immer mehr seiner Meinung, dass es sich sowohl bei Radionik wie bei Bioresonanz um ein- und dasselbe Prinzip handelt: Nämlich eine Art Interaktion zwischen dem Gerät und dem menschlichen Bewusstsein.

Es gilt also offensichtlich der Satz:

Kein Gerät ist besser als der Behandler.
Und kein Behandler ist besser als sein Gerät.

Für mich sehr aufschlussreich ist Grössers Insider-Report "20 Jahre

Bioresonanz" auf <http://www.radionik.info/artikel/report.php>
Flüchtige Leser muss ich vielleicht darauf hinweisen, dass Grösser KEIN
Scientologe ist, auch wenn er ein paar Mal den Scientology-Gründer Ron
Hubbard zitiert. Grösser tut das unter anderem deshalb, weil ein paar
Pioniere der Bioresonanz, z.B. Franz Morell und Hans Brügemann,
Scientologen der oberen Stufen sind resp. waren, eben jener Stufen, die
ich im Artikel 4 dieses Letters als das eigentlich Sektenhafte an
Scientology bezeichnet habe.

Also, nehmt Euch ein paar Minuten Zeit und lest Grössers 20seitigen
spannenden Report, dann wisst Ihr über die Radionik- und
Bioresonanz-Szene Bescheid.

Dass Grössers Ansicht schon vor Wochen stark auf mich abgefärbt hat,
kann man hier nachlesen:

http://www.hpz.com/radionikfueralle/radionik_faq.html

Internet-Marketing vom Feinsten!
Nützliche PDFs für Unternehmerinnen und -nehmer...

Diesen Hinweis habe ich den "Quick Tips" des ehemaligen
ORGANISATOR-Chefredakteurs Franz Schnyder (<http://www.quick-times.ch>)
entnommen, und ich möchte ihn einfach ungefiltert weitergeben.

Da gibt es eine Daniela A. Caviglia, offenbar eine Bündnerin, die ganz
nützliche Downloads für Klein-Unternehmer, Zeitungs-Redakteure und
Möchtegern-Autoren zur Verfügung stellt, und zwar hier:
<http://www.praesenz-effizienz.ch>

Organisationen, Familien und Entscheidungen aufstellen...
Hellingers Schüler sind besser als das Original!

Wer nicht weiss, wie Bert Hellinger arbeitet, kauft sich am besten ein
paar Videos von ihm bei der Video-Cooperative Ruhr (<http://www.vcr.de>).
Vielleicht geht's Euch dann auch so wie mir, und Ihr wundert Euch
darüber, wieso dieser Mann weltweit immer noch so viele Anhänger hat.
Oder Ihr wundert Euch nicht, denn der Papa-Ratzi in Rom hat ja auch ein

paar hundert Millionen Schäfchen, die nach seinem Hirtenstab tanzen ;-)

Ich bin Hellinger jedoch dankbar dafür, dass er das System-Aufstellen populär gemacht hat. Mittlerweile sind seine Schüler (z.B. Bertolt Ulsamer) vermutlich besser als Hellinger selbst.

Phantastisch finde ich auch die Möglichkeiten, die sich für Unternehmensberater ergeben. Das so genannte Firmen-Aufstellen oder Organisations-Aufstellen hat in meinem letzten "Hypno-1c" (<http://www.hpz.com/hypnose1c.html>) wieder ein paar Firmen-Probleme auf spielerische Art und Weise gelöst.

Hier gibt es ein illustriertes und spannendes Beispiel, wie das Aufstellen von Firmen und Organisationen vonstatten gehen kann:
<http://www.hpz.com/unternehmen-aufstellen/systemisch.html>

Erkältungen vorbeugen!
Zwei einfache, aber gut funktionierende Tricks...

Jedesmal wenn sich bei mir eine Erkältung ankündigt in Form von Kratzen in der Nase, Husteln und was der prodromalen Symptome mehr sind, tue ich zwei Dinge: Ich schlucke täglich eine Prise Ascorbinsäure und gurgle mit Jod-Tinktur (z.B. Betadine)

Ascorbinsäure ist reines Vitamin-C. Wenn ich aber in der Apotheke Ascorbinsäure verlange, bekomme ich ein Pulver, das in der Regel billiger ist als jedes Vitamin-C-Präparat.

Und so wird's gemacht:
Ca. einen Viertel Teelöffel Ascorbinsäure in ein Glas heisses Wasser oder Tee geben. Ascorbinsäure schmeckt übrigens angenehm nach Zitrone.

Gute Erfahrungen haben meine Therapeuten auch mit Radionik gemacht. Wer mehr dazu wissen will, klickt hier: <http://www.hpz.com/radionikfueralle>

Vier wirklich nützliche Internet-Tipps...
...aber wirklich: So was von nützlich!

--

<http://siteexplorer.search.yahoo.com>

Damit könnt Ihr herausfinden, welche Dokumente Eurer Homepage das Yahoo-Verzeichnis gelistet hat und wie viele Links von fremden Seiten (so genannte InLinks) auf Eure Seite zeigen. Bei <http://www.hpz.com> hat der Site-Explorer 466 Seiten und 1051 InLinks gefunden. Ich war ganz erstaunt, wer mich da weltweit alles verlinkt hat.

2

--

<http://www.durchdenken.de/lewandowski/web-ir>

Ein ganzes Online-Buch völlig gratis! Der Titel: Web Information Retrieval, Technologien zur Informationssuche im Internet. Mit anderen Worten: Hier könnt Ihr gratis lernen, wie Ihr Eure Homepage so gestaltet, dass sie auch gefunden wird. Kleiner Gratis-Tipp von mir: Fleiss und Grosszügigkeit wird belohnt, auch von Suchmaschinen. Der Rest sind Details.

3

--

<http://www.archive.org/web/web.php>

Ich hoffe, dass die Strukies diesen Link, den mir Markus Köberle geschickt hat, nicht sehen. Denn jetzt haben die die Möglichkeit, meinen kritischen Artikel über Multilevel-Marketing, den ich vor einigen Monaten gelöscht habe wegen zu hohen Belästigungsgrades, doch noch zu lesen. Sie müssen nur <http://www.hpz.com> in die Zeitmaschine tippen, auf "Take me back" klicken, und da sind sie: Die Versionen meiner Homepage bis zurück ins Jahr 1997. NadasjanDing!

Wie bitte? Was ein Strukie ist? Wenn Ihr einem begegnet, werdet Ihr's schnell herausfinden ;-)

4

--

Seminar-Kunde Steffen Schneider, Chef der Computerzubehör-Firma Frozen Silicon (<http://www.frozen-silicon.de>) geht auf meinen Beitrag zum Thema "Leseverhalten im Direktmarketing" (<http://www.hpz.com/lesekurve>) ein und weiss zu berichten, dass man auch seine Homepage in Bezug auf das Leseverhalten untersuchen lassen kann.

Wer des Englischen mächtig ist, kann sich mal schlau machen über so genannte Heat Maps:

http://blog.eyetools.net/eyetools_research/2005/02/eyetracking_the.htmlhttp://www.eyetools.com/inpage/heatmap_legend.htm

Wenn Menschen ihre Probleme vernebeln...
Eine unkonventionelle Ansicht zum Thema Rauchen!

Seminar-Kunde und Hypnotherapeut Andreas Winter schreibt:

Warum befriedigt das bloße Einatmen von Zigarettenqualm (etwa von der Zigarette des Tischnachbarn) eigentlich nicht die Sucht?
Warum werden Passivraucher nicht süchtig?
Warum bekommen Raucher, wenn Sie schlafen keine Entzugserscheinungen?
Warum gibt es Menschen, die mit allen möglichen Methoden (wie Akupunktur, Ersatzstoffen, Hypnose, kleine elektronische Geräte u.a.) das Rauchen beenden und keine Entzugserscheinungen bekommen, während andere nach den selben Methoden mit den Nerven blank liegen und weiterrauchen?

Einfache Antwort: Weil Rauchen nicht süchtig macht.

Das Beruhigungsgefühl beim Rauchen ist die Folge einer hochkomplexen, autogenen (selbsterzeugten) Konditionierung. Der Auslöser zum Rauchen hat nichts mit Nikotinspiegelabsenkung oder anderen substanziellen Regularien zu tun, sondern ist die Reaktion auf ein Überforderungsgefühl in Folge eines Minderwertigkeitsempfindens. Der Wunsch nach Selbstbestimmtheit ist es, welcher den Auslöser (das Rauchverlangen) bildet.

Dies ist der Grund, warum Menschen nach dem Wachwerden, nach dem Sex, bei Langeweile, Stress und so weiter rauchen wollen. Hier wird eine Überforderung durch Fremderwartung registriert. Der Bereich des Gehirns in welchem dies stattfindet befindet sich im linken Frontallappen und ist der Bereich, der oftmals bei einem vaskulären (also nicht-embolischen) Apoplex betroffen ist. Genau von hier geht der Wunsch nach Erleichterung aus, weil es durch Reizüberflutung zu Sauerstoffmangel und Überwärmung in diesem Areal kommt. Dies beides ist potentiell tödlich für die betroffene Region, also sendet sie den Impuls zum "Abschalten" => "Ich muss erstmal eine rauchen".

Und was macht ein Raucher, wenn er dieses Druckgefühl verspürt? Er zündet sich eine Zigarette an und zieht dran. Damit richtet er seine Aufmerksamkeit auf sich selbst, nicht mehr auf andere, entspannt seinen Blick und atmet tief durch. In Folge dessen fühlt er sich erleichtert, obwohl er gefäßverengende Gifte einatmet. Das ist nichts anders als eine

Selbsthypnose, erzeugt durch monate- bis jahrelanges Training.

Wer sich dieser Konditionierung bewusst ist, hat ab sofort kein Verlangen mehr zu rauchen, denn er kann die erleichternde Wirkung, um die es ihm geht, nun bewusst erzeugen (den Blick entspannen, sich von Fremderwartungen abwenden und durchatmen. Das Selbe macht übrigens ein Schüler, wenn bei einer anstrengenden Unterrichtsstunde die Pausenglocke läutet). Das Einatmen von Gift ist für das Erleichterungsgefühl gar nicht nötig.

So marschieren bei uns Kettenraucher (mit bis zu 100 Zigaretten täglich) rein und nach etwa drei Stunden Reflektionsprozess als ganz gelassene Nichtraucher wieder raus. Und wenn die unbedingt wollen, können die trotzdem mal eine Zigarette mitrauchen, ohne rückfällig zu werden.

Pressestimmen und nähere Erläuterungen findest Du auf meiner Seite <http://www.sofortrauchfrei.de>

Damit hätten wir dann auch die Werbung abgeliefert. Aber Andreas Winter hat sie auch verdient, denn auf meine letzte Erwähnung hin haben ihn viele Power-Leser aufgesucht und waren begeistert.

Ach, und Andreas: Überforderung beim Sex verursacht das Bedürfnis nach Rauchen? Jetzt weiss ich, warum ich seit Jahren Nichtraucher bin ;-))

Das wär's für heute.

Ursula Berchtold vom Gasthaus Rössli in Wowardasnochmal schickt mir folgenden Witz, der vielleicht gar keiner ist:

Im letzten Monat hat die UNO eine weltweite Umfrage durchgeführt:
Die Aufforderung lautete "Teilen Sie uns bitte Ihre ehrliche Meinung zur Lösung der Nahrungs-Knappheit im Rest der Welt mit."

Die Umfrage stellte sich als Riesen-Flop heraus.
In Afrika wussten die Teilnehmer nicht, was "Nahrung" ist.
Osteuropa wusste nicht, was "ehrlich" heisst.
Westeuropa kannte das Wort "Knappheit" nicht.
Die Chinesen wussten nicht, was "Meinung" ist.
Der Nahe Osten fragte nach, was denn "Lösung" bedeute.
Südamerika kannte die Bedeutung von "bitte" nicht.
Und in den USA wusste niemand, was "der Rest der Welt" ist.

Etwas harmloser, dafür politisch korrekt, der Zungenbrecher des Seminar-Kunden Wolfgang Klein (<http://www.pharma-experience.de>), der vor ein paar Tagen seine Heilpraktiker-Zulassung abholen durfte (herzlichen Glückwunsch, Wolfgang!)

Englisch für Anfänger

Drei Hexen schauen sich drei Swatch Uhren an.
Welche Hexe schaut welche Swatch Uhr an?

In Englisch:

Three witches watch three swatch watches.
Which witch watches which swatch watch?

Englisch für Fortgeschrittene

Drei geschlechtsumgewandelte Hexen schauen sich drei Swatch Uhrenknöpfe an.
Welche geschlechtsumgewandelte Hexe schaut sich welchen Swatch Uhrenknopf an?

In Englisch:

Three switched witches watch three Swatch watch switches.
Which switched witch watches which Swatch watch switch?

Englisch im Endstadium

Drei Schweizer Hexen-Schlampen, die sich wünschen geschlechtsumgewandelt zu sein, schauen sich schweizer Swatch Uhrenknöpfe an. Welche schweizer Hexen-Schlampe, die sich wünscht geschlechtsumgewandelt zu sein, schaut sich welche schweizer Swatch Uhrenknöpfe an?

In Englisch:

Three swiss witch-bitches, which wished to be switched swiss witch-bitches, wish to watch three swiss Swatch watch switches. Which swiss witch-bitch which wishes to be a switched swiss witch-bitch, wishes to watch which swiss Swatch watch switch?

Moment mal! Hexen und Swatch? Die Hexen, die ich kenne, tragen alle Gucci und Cartier!

Herzlich,

Euer Hans-Peter Zimmermann :-)

Power-Letter Nr. 106 (5.12.2005) Zug/Schweiz

Hallo, liebe Freunde,

Dieser Power-Letter wird etwas kürzer als gewohnt, denn ich bin gerade auf dem Sprung nach Saanenmöser für den nächsten Seminarblock. Die Dezember-Seminare sind bis auf den letzten Platz ausgebucht und die März-Seminare auch bereits halb voll. Entweder mache ich also etwas richtig, oder die Wirtschaft beginnt tatsächlich abzugehen wie eine Rakete :-)

Ich war aber nicht untätig, sondern habe meine Zeit für den ersten Power-Podcast eingesetzt. Wenn Euch das gefällt, gibt es also in Zukunft zusätzlich zum Power-Letter noch ein weiteres Thema, aber als Audio-Datei, entweder vom Onkel Hans-Peter selbst gesprochen oder von jemandem, der auch etwas zu sagen hat, oder als spannendes Interview.

Doch davon gleich mehr...

Podcasting - die neue Art fernzusehen und radiozuhören...
und ein par Empfehlungen für Mediziner und Scherzkekse!

Wenn ich gleich in Richtung <http://www.hotel-hornberg.ch> fahre für den nächsten Seminarblock, werde ich ausnahmsweise keine bezahlten Hörbücher konsumieren, sondern mir die neuesten Gratis-Podcasts reinziehen.

Zum Beispiel werde ich mir im Podcast des "New England Journal of

Medicine" von einem der besten Immunologen der Welt erzählen lassen, wie unwahrscheinlich es ist, dass das Vogelgrippe-Virus so mutiert, dass es von Mensch zu Mensch übertragen werden kann.

Oder ich werde mir von der Ärztin eines Krankenhauses in New Orleans persönlich schildern lassen, wie sie die Überschwemmungen erlebt hat, und wie es ist, wenn man 18 Stunden am Tag arbeitet und zum Lunch gerade mal zwei mickrige Kekse bekommt, weil der US-Präsident (aus Diskretionsgründen soll er hier unerwähnt bleiben ;-)) es nicht geschafft hat, die Versorgung rechtzeitig sicherzustellen.

Ich werde mir auch eine Zusammenfassung der Comedy-Sendung "7 Tage - 7 Schwachköpfe" anhören, denn da kann man wunderbar lernen, dass nicht jeder, der einen Witz erzählt, auch lustig sein muss, und dass das Comedy-Handwerk eben doch nicht so einfach ist, wie manch einer glaubt. Jedenfalls genügen ein Kölner Dialekt, eine blonde Perücke und eine Leseschwäche bei weitem nicht ;-)

Und wo kann man all diese tollen Dinge runterladen?

Ganz einfach:

1

--

Geht auf die Apple-Seite Eures Landes, als da wäre:

Schweiz: <http://www.apple.com/chde/itunes>

Deutschland: <http://www.apple.com/de/itunes>

Österreich: <http://www.apple.com/de/itunes>

Südtirol: <http://www.apple.com/it/itunes>

Elsass: <http://www.apple.com/fr/itunes>

2

--

Ladet das Gratis-Programm "iTunes" (Windows und Mac) auf Euren Computer.

3

--

Startet iTunes, klickt auf "Music Store" und macht dort ein Konto auf. Ihr müsst nichts kaufen, sondern könnt auch nur die Gratis-Podcasts benutzen.

4

--

Klickt im "Music Store" auf Podcasts. Blättert durch die grosse Auswahl an Themen und ladet Euch herunter, was Euch gefällt. Es gibt mittlerweile auch Video-Podcasts, also Fernseh-Sendungen, die Ihr Euch am Computer anschauen könnt.

5

--

Wenn Euch ein Podcast so gefällt, dass Ihr ihn regelmässig runterladen möchtet, könnt Ihr auf "Abonnieren" klicken. Dann sucht iTunes jedesmal, wenn Ihr es startet, nach der neuesten Ausgabe und lädt sie herunter.

6 (freiwillig)

--

Wenn Ihr Euch Eure Podcasts beim Joggen oder im Auto anhören möchtet, kauft Ihr für ein paar Euro einen iPod. Das ist ein kleines Kästchen, dünner als eine Zigarettenschachtel, dem Ihr befehlen könnt, dass es sich immer automatisch mit "iTunes" synchronisiert. Mein neuester iPod hat knappe 500 Franken gekostet und besitzt eine Speicher-Kapazität von 30 Gigabyte. Und er kann sogar Video-Podcasts wiedergeben, in gestochen scharfer Qualität!

Nochmals: Auch wenn das alles von Apple kommt: Es ist mit Windows voll kompatibel!

Ach ja, das Wort "Podcast" kommt übrigens von "Broadcast" (englisch für: senden) und eben diesem legendären iPod. Alles klar? Dann seid Ihr sicher jetzt bereit für den ersten HPZ-Power-Podcast, oder?

Der erste Gratis-Power-Podcast von HPZ!

Zehn Minuten Inspiration für Unternehmer und Therapeuten...

In meinem ersten, zehnminütigen Power-Podcast geht es um das Thema "Zielgruppen-Marketing". Wenn Ihr hier klickt, geht's sofort los:
<http://hpz.anthope.net/HPZsPowerPodcast1.mp3>

Jetzt muss mir nur noch einer der vielen Informatiker unter den Power-Lesern erklären, was ein RSS-Feed ist, und wie ich es schaffe, das Ding beim Apple-Music-Store anzumelden. Wer weiss, vielleicht ist dann der Power-Podcast bald auf Platz 1 ;-)

Bevor ich es vergesse: Ich würde es sehr begrüßen, wenn Ihr mir schreibt, was Ihr von diesem Podcast haltet, und ob Ihr mehr davon wollt. Bitte fasst Euch kurz und erwartet ausnahmsweise keine Antwort, denn wenn nur jeder Zwanzigste schreibt, na ja, rechnet selbst...

Sage mir, wieviel WC-Papier Du verbrauchst...
...und ich sage Dir, wie Dein Darm aussieht!

Nein, der Spruch stammt nicht von mir, sondern es handelt sich um eine alte Naturärzte-Regel. Dabei kann man einen schmierigen Darm sehr schnell kurieren:

Man kauft sich in der nächsten Drogerie etwas Flohsamen und nimmt täglich einen Teelöffel voll mit viel Flüssigkeit ein. Alternativ kann man sie auch unter ein Müsli mischen.

Flohsamen sind die Samen der Pflanze Flohsamen-Wegerich (lat. *Plantago psyllium*) und der Pflanze Sandwegerich (lat. *Plantago indica*), die beide der gleichen Pflanzengattung angehören und im Mittelmeerraum und Westasien beheimatet sind. Kultiviert wird der Flohsamen in Kuba, Indien, Israel, Japan, Pakistan, Spanien, Südbrasilien und Russland.

Gegenüber anderen Quellmitteln wie Weizenkleie und Leinsamen zeichnen sich die Flohsamen insbesondere durch deutlich verringerte Darmgasbildung und ihrer geleeartigen Eigenschaft aus, an entzündlich-verengten Problemstellen nicht zu verkleben. Der Schleim der Flohsamen schützt die Darmschleimhaut und absorbiert Giftstoffe. Vergleichbar mit roten Blutkörperchen, die sich durch winzige Kapillaren bewegen können, überwinden die kleinen Samenkörner Engstellen, die durch Entzündungen entstanden sind, und sorgen damit wieder für eine physiologische Darmtätigkeit.

Infolge einer Verbesserung der Darmbewegung kommt es über die Kräftigung der Muskulatur zu einer gesteigerten Durchblutung und somit auch zur Entzündungsmodulation. Im Darm sind die Zellen in der Lage, Bakterien- und Entzündungstoxine zu binden und auszuschleiden. Dadurch wird die Schleimhaut vor weiteren Läsionen geschützt.

Weitere positive Wirkungen: Mit Hilfe des Flohsamens lassen sich Durchfälle ebenso wie Verstopfungen zu einer physiologischen Darmtätigkeit beeinflussen. Auf ihrem Weg durch den Verdauungstrakt nehmen die Quellstoffe viele Darmabfälle, die sich in den Darmzotten abgesetzt haben, mit und entgiften dadurch den Darm.

Achtung! Verboten für Menschen mit Darmverschluss und Menschen mit krankhafter Verengung der Speiseröhre oder des Magen-Darm-Trakts. Insulinpflichtige Diabetiker dürfen Flohsamen nur unter engmaschiger Kontrolle des Blutzuckerspiegels einnehmen, da sich durch die verzögerte Aufnahme von Kohlenhydraten ein veränderter Insulinbedarf ergeben kann.

Man sollte Flohsamen auch nicht permanent einnehmen, sondern ab und zu eine Kur durchführen. Permanente Einnahme kann zu Gewöhnung führen, so dass eine normale Darmtätigkeit ohne Flohsamen erschwert wird.

Ich habe gerade wieder mal so eine Kur durchgeführt, und mein Darm ist piccobello sauber. Braucht jemand eine Rolle Klo-Papier? Ich habe zu viel davon ;-)

Lehrer oder Scharlatan?

Ein paar wichtige Regeln, wie Ihr in Zukunft echte Lehrer von Sektenbrüdern unterscheiden könnt...

Claudia Möritz (<http://apollo-media-gmbh.de>) schreibt:

Ich hab' gerade Deine Internetseite nach der Definition von "Sekte" durchforstet und bin aber nicht fündig geworden. Du hattest mal so eine schöne Definition, wie man eine Sekte/Abhängigkeiten erkennt.

Ich fand die Definition sehr handfest. Kannst Du sie mir evtl. noch einmal in voller Länge zukommen lassen? Das wäre echt lieb von Dir.

Kann ich, liebe Claudia. Sie ist Bestandteil meines "ABC des Lebens" auf <http://www.hpz.com/diverses/ABC.html> und befindet sich hier: <http://www.hpz.com/diverses/Scharlatan.html>

Für Leute, die zu faul sind zum Klicken, oder die gerade nicht online sind, hier sind die Regeln:

Vorsicht,...

- ...wenn man Ihnen sagt, Sie sollen das Denken ausschalten, es sei Ihnen nur im Weg.
- ...wenn man Ihnen sagt, Sie gehörten zu einer ganz kleinen, ausgewählten Elite.
- ...wenn Sie den Eindruck haben, der Seminar- oder Gruppenleiter lebe nicht das, was er predigt.

- ...wenn man Ihnen sagt, Sie seien ein Weichling, wenn Sie das Seminar verlassen oder aus der Vereinigung austreten.
- ...wenn man Ihnen sogar Unheil androht, das Ihnen passieren wird, wenn Sie nicht das tun, was der Leiter sagt.
- ...wenn die Lehren, die man Ihnen auftischt, eher Angst machen, anstatt dass sie Sie von unnötigem Ballast befreien.
- ...wenn man Ihnen verbietet, mit anderen über diese Lehren zu sprechen.
- ...wenn man Sie dazu ermuntert, mit sämtlichen bisherigen Bezugspersonen zu brechen (Lebenspartner, Freunde, Eltern). Wer sich entwickelt, bei dem wird sich automatisch der Bekanntenkreis verändern.

Alles klar? Wer weitere Regeln kennt, soll sie mir bitte schicken. Wie bitte? Nein, ein überdurchschnittlich hoher Seminarpreis muss kein Kriterium sein. Es kann auch einfach bedeuten, dass die Seminare überdurchschnittlich gut sind ;-)

Und noch ein Multimedia-Produkt aus der HPZ-Küche!
Dreiminütiges Video, wie ein Werbefoto entsteht...

Jaja, multimediamässig war ich fleissig unterwegs in den letzten Tagen. Unter anderem habe ich meinem Stiefsohn Patrice Heilmann geholfen, ein dreiminütiges Video herzustellen, das ihn bei der Arbeit zeigt.

Warum Ihr Euch das anschauen solltet?

Na ja, erstens wollt Ihr doch sicher den hübschen jungen Mann kennenlernen, den meine Frau Nany vor 25 Jahren mit in die Ehe gebracht hat.

Und zweitens handelt es sich um den besten Werbefotografen Mitteleuropas, und wer weiss, wann Ihr den für ein professionelles Werbefoto oder eben so ein kleines Video braucht.

Hier ist das Video:

<http://video.google.com/videoplay?docid=4542538459916256183&q=zimmermann>

Das wär's für heute.

Kleines Witzchen gefällig?

Sagt eine Kuh zur anderen: "Hast du gehört, sie wollen uns alle abschlachten wegen Rinderwahnsinn?" Darauf Kuh Nummer zwei: "Mich doch nicht, ich bin eine Giraffe."

So, jetzt fahre ich los nach Saanenmöser. Den nächsten und letzten Letter dieses Jahres bekommt Ihr traditionsgemäss um Weihnachten herum. Ist doch sicher ein Lichtblick inmitten all der Bettelbriefe und Einladungen von Verwandten, oder? ;-)

Herzlich,

Euer Hans-Peter Zimmermann :-)

Power-Letter Nr. 107 (29.12.2005) Zug/Schweiz

Hallo, liebe Freunde,

Sorry, das hat ein paar Tage länger gedauert als geplant.

Die Gründe dafür?

Erstens habe ich mir ein paar tolle Skitage im sonnigen Saanenmöser bei Gstaad gegönnt (visueller Beweis siehe <http://digbig.com/4ftbd>).

Zweitens war ich mit dem Schneiden meines zweiten Podcasts beschäftigt. Und der ist immerhin 34 Minuten lang.

Damit sind wir schon bei Punkt 1...

HPZs Power-Podcast Nr.2 ist da!

34 Minuten Gratis-Audio zum Thema Führung und Motivation...

Was ein Podcast ist, könnt Ihr in meinem letzten Letter unter Punkt 1 nachlesen (<http://www.hpz.com/letter106.html>).

Im Power-Podcast Nr. 2 unterhalte ich mich mit Christian Hoefliger, dem Mitinhaber des Hotels Hornberg in Saanenmöser, über Mitarbeiter-Führung und -Motivation. Das sind 34 Minuten Gratis-Hörvergnügen!

Wie Ihr das Dokument runterladen könnt? Ganz einfach:

1. Ihr braucht das Gratis-Programm iTunes (für Mac und Windows erhältlich)
<http://www.apple.com/de/itunes>

2. Sobald Ihr das Programm installiert und gestartet habt, klickt Ihr auf "Music Store". Dazu müsst Ihr natürlich online sein.
3. Gebt den Begriff "Power-Podcast" in die Suchmaske. Sobald der Power-Podcast erscheint, klickt auf "abonnieren" (das Abo ist gratis!)
4. Ab jetzt lädt das Programm iTunes immer die neuesten Episoden automatisch herunter, sobald Ihr das Programm startet.

Und jetzt fleissig abonnieren, damit wir bald in der Bestseller-Liste stehen, okay? Nochmals: Das Abo ist gratis, auch wenn Ihr für den Zutritt zum Music Store ein Konto eröffnen müsst. Aber das lohnt sich, denn auch wenn Ihr nichts kaufen wollt, stehen Euch Tausende von interessanten Podcasts gratis zur Verfügung.

Gastronomie zum Zweiten!
Ein schriftliches Interview und ein Buchtipp...

Das Interview mit Christian Hoefliger ist übrigens nicht nur für Gastronomie-Experten interessant, sondern für jeden, der mit Menschen zu tun hat, und dazu gehören auch Ärzte und Heilpraktiker, oder?

Für die Gastronomen unter Euch habe ich noch zwei weitere Tipps:

1. Das schriftliche Interview mit Brigitte und Christian Hoefliger, das ich im August 2004 mit den beiden Hornberg-Chefs geführt habe und das es in kürzester Zeit in einige führende Gastronomie-Portale geschafft hat: <http://www.hpz.com/hornberginterview.html>
2. Das Buch "Der clevere Gastronom" von Franziska Schumacher: <http://www.gastropower.de>
Die quirlige Franziska war im Dezember an meinem Grundlagen-Seminar. Ich habe ihr Buch zwar nur quergelesen, aber es macht mir einen sehr übersichtlichen und äusserst nützlichen Eindruck.

Warum die meisten von Euch sofort mit Bloggen beginnen sollten!
Das Web Log, Kommunikations- und vor allem Marketing-Instrument...

Ja, ich erkläre gleich, was ein Blog ist. Und Ihr dürft auch gleich in meinem Power-Blog blättern. Aber ein bisschen was solltet Ihr Euch vorher noch dazu anhören, ja?

Lange Zeit habe ich mich gegen das Bloggen gewehrt und gedacht, das sei nur etwas für Menschen, die zu faul sind, eine richtige Homepage auf die Beine zu stellen. Doch jetzt wurde ich vom Suchmaschinen-Experten Klaus Patzwald (<http://www.akademie.de>) eines Besseren belehrt.

Was mich wachgerüttelt hat: Google hat vor zwei Jahren das grösste Blogging-Portal <http://www.blogger.com> gekauft und eine eigene Blog-Suchmaschine eingerichtet: <http://blogsearch.google.com> Diese Tatsache zeigt, wie wichtig Google die Blog-Gemeinde nimmt. Ausserdem berichten eingefleischte Blogger, dass sie mit ihrer regulären Homepage schlagartig die besseren Google-Positionen erzielt hätten, weil sie in vielen Blogs verlinkt seien.

Jetzt wollt Ihr sicher wissen, was ein Blog ist. Blog ist die Abkürzung für Web Log, und es handelt sich dabei um eine Art Internet-Tagebuch. Wenn mir plötzlich etwas Interessantes in den Sinn kommt, was ich Euch mitteilen möchte, habe ich das in fünf Minuten in meinen Blog eingetragen, und Ihr könnt es Euch sofort anschauen.

Man könnte auch sagen:

Alles, was zu schade ist zum Wegwerfen, aber zu wenig hergibt, um ein neues Dokument auf der normalen Homepage zu eröffnen, und auch alles, was nur eine beschränkte Zeit aktuell ist, gehört in den Blog. Der Vorteil dabei: Man kann von überall her bloggen, wo ein Internet-Anschluss zur Verfügung steht.

All jene, die mir schreiben, mein dreiwöchig erscheinender Power-Letter dürfte ruhig noch etwas häufiger erscheinen, sollten also meinen Power-Blog sofort zu den Favoriten hinzu fügen:
<http://www.hypnoseausbildung.blogspot.com>

Wer sich mit RSS-Feeds bereits auskennt, kann auch <http://hypnoseausbildung.blogspot.com/atom.xml> bookmarken und sieht dann immer automatisch, wenn ich einen neuen Eintrag gepostet habe.

Bevor ich Euch verrate, wie Ihr Euren eigenen Blog eröffnen könnt, hier noch ein paar Blog-Adressen:

Der HPZ-Power-Blog:
<http://www.hypnoseausbildung.blogspot.com>

Der Kinderbuch-Blog meiner Frau Nany:
<http://kinderbuch.blogspot.com>

Der Blog des Hotels Hornberg:
<http://gstaad-tourismus.blogspot.com>

Einen Blog kann jeder selbst eröffnen. Bei der Google-Tochter <http://www.blogger.com> ist das gratis. Und der Blog-Name bleibt bei Euch, auch wenn Ihr faule Säcke seid (wie leider viele Blogger) und nie wieder einen Eintrag postet.

Übrigens... Eure Posts (so nennt man einen Blog-Eintrag) sind innert Tagesfrist in der Google-Blogsuche auffindbar. Schneller geht's nicht.

Neujahrs-Geschenk vom Onkel Hans-Peter...
Gratis: Radionik-Geschichte und Anleitung für Dittmer-Radionik!

Wer sich für Radionik interessiert, sollte diesen Link anklicken:
<http://www.hpz.com/radionik/radionik.html>

Dahinter verbergen sich zwei Goodies:

1. Ein Auszug aus meinem Tensor-Seminar (<http://www.hpz.com/tensorseminar.html>), der die Geschichte der Radionik und Bioresonanz kurz und prägnant erklärt. Ein MUSS für jeden seriösen Radioniker (es gibt nur seriöse, die unseriösen hören schnell wieder auf, weil sie vom Universum massiv eins aufs Dach kriegen ;-)
2. Ein Auszug aus meinem Tensor-Seminar (<http://www.hpz.com/tensorseminar.html>), der eine Anleitung für die Radionik nach Dittmer enthält.
Wer sich schon mit Dittmer-Radionik (<http://www.pvshop.org/?refer=hpz.com>) befasst hat, der weiss, dass die Programme zwar sehr kostengünstig sind, aber die Anleitungen für einen Anfänger gewöhnungsbedürftig.
Meine Anleitung zeigt mit praktischen Screen Shots Schritt für Schritt, was man wissen muss und was man gleich wieder vergessen kann.

Viel Spass mit den beiden Radionik-Dokumenten:
<http://www.hpz.com/radionik/radionik.html>

Glücklich ist, wer Erfolg hat? Oder Erfolg hat, wer glücklich ist?
Verblüffende Ergebnisse einer Studie...

Eine interessante Studie, auf die mich Zimmermann-Kunde Manfred Huber da aufmerksam macht:

Aufgrund einer umfangreichen Auswertung von Forschungsliteratur kommen Psychologen zum Schluss, dass nicht der Erfolg glücklich macht, sondern die Glücklichen oft durch Erfolg in Arbeit, Beziehungen und Gesundheit belohnt werden.

Dieses und einiges mehr lesen wir unter:

<http://www.heise.de/tp/r4/artikel/21/21611/1.html>

Also dann, Ihr Erfolgswilligen, studiert das mal schön und werdet erst mal glücklich!

Welche Bachblüte brauche ich?
Nützliche Indikations-Datenbank...

Lange Zeit war meine Bachblüten-Liste die einzige im Internet:

<http://www.hpz.ch/bachblueten.html>

Doch jetzt gibt es sogar eine Datenbank, in die man die Symptome eintippen kann und dann die passende Bachblüte bekommt. Hier ist sie:

<http://www.bach-blueten-therapie.de>

(Links in der Navigationsleiste auf "Bach-Blüten und Indikationen")

"Je besser ich werde, desto riskanter wird mein Leben!"
Ein fataler Glaubenssatz vieler Therapeuten...

In letzter Zeit sind mir ein paar Therapeuten begegnet, denen es mit jedem Seminar wirtschaftlich schlechter ging. Bei allen war der Glaubenssatz vorhanden: "Je mehr ich kann und weiss, desto riskanter wird das Leben." Und bei allen kam in Trance eine Geschichte aus einem früheren Leben zum Vorschein, wo sie fürs Heilen bestraft wurden. Allerdings stellt sich oft heraus, dass solche Strafen zum Teil auch

selbst verschuldet waren, da es offenbar auch schon in früheren Zeiten Therapeuten gab, die auf den Macht-Trip gerieten.

Ich finde, besonders Radioniker sollten diesen Mechanismus kennen, da die Radionik bei den vielen Wundern, die sie bewirkt, sehr nahe an der Magie ist, und der Schritt von der Weissen zur Schwarzen Magie ist für viele nicht weit.

Ach ja, und natürlich erklärt dieser Glaubenssatz auch, warum es vielen Fengshuianern so lausig geht. Die sind nämlich definitiv verliebt in Black Magic ;-)

Jetzt werden mich sicher ein paar Fengshuianer aufs Schlimmste verfluchen. Quod erat demonstrandum. Pater noster et filius sanctus benedictus et in terra tampax... Aber keine Angst: Wenn solche Flüche funktionieren würden, wäre Präsident Bush längst tot ;-)

Natürlich können solche schädigenden Glaubenssätze therapiert werden. Hier ist wieder mal unsere Therapeuten-Liste:

<http://www.hypnosetherapeuten.org>

A propos Reinkarnation: Die Serie auf Vox-TV, auf die ich in Power-Letter Nr. 105 (<http://www.hpz.com/letter105.html>) hingewiesen habe, hat alles gehalten, was sie versprochen hat. Zwölf Fälle von Rückführungen wurden sauber recherchiert. Und was die Probanden da alles über ihre früheren Leben gewusst haben und wie gut das mit den tatsächlichen Gegebenheiten übereinstimmte, war schon verblüffend. Das einzige, was mich befremdete, war der Satz:

Doreen Büchner arbeitet nicht mit Hypnose, sondern mit einer Art Trance, die "Rückführung" genannt wird.

Also, verarschen kann ich mich auch selbst!

Weiss Doreen Büchner nicht, dass sie mit Hypnose arbeitet? Ihre Homepage (<http://www.doreen-buechner.de>) spricht da eine andere Sprache. Offenbar hatten die Produzenten der Serie Angst, das Wort "Hypnose" auszusprechen. Eigentlich erstaunlich, wenn man bedenkt, wie gut die Medien seit Jahren über Klinische Hypnose informieren.

Und wenn ich schon dabei bin, gleich noch eine Kritik an VOX: Würdet Ihr bitte mal Euren Webmaster rausschmeissen! Mein Gott, da möchte man etwas über diese Serie erfahren, und was findet man auf <http://www.vox.de>? Nichts, und schon gar nicht die Möglichkeit, die Serie auf DVD zu kaufen. Ich habe sie mir jetzt selbst auf DVD gebrannt und bei mir im Institut archiviert. Falls mal jemand zum Kaffee vorbei kommt... und sonst, see you next life! ;-)

Wenn der Computer zum Hörsaal wird...

NEU: Vorlesungen aus aller Welt auf Video, gratis!

Diesen Tipp habe ich von Andreas Jurek aus Köln:

<http://www.world-lecture-project.org> ist eine Suchmaschine, mit der man Video-Vorlesungen aus aller Welt finden kann. Ich habe natürlich sofort "Psychologie" eingetippt und bin schwuppdwupp im Audimax der Ludwig-Maximilian-Universität in München gelandet, genauer gesagt bei Prof. Dr. Dieter Frey, der mir innerhalb einer Stunde das Prinzip der kognizierten Kontrolle beigebracht hat.

Die Technik ist sensationell: Während der Video-Stream läuft, für den man das Gratis-Programm QuickTime benötigt, wechseln im Browser sogar die Overhead-Folien der Vorlesung!

Dieter Frey ist ein lebendiger Professor, und ich hätte mir damals an der Uni Bern mehr von dieser Sorte gewünscht. Allerdings habe ich mich gefragt, wie die Psychologie-Studenten es so viele Semester aushalten, sich mit Banalitäten mit komplizierten Namen zu beschäftigen.

"Kognizierte Kontrolle" bedeutet auf Deutsch: Alles, was vorhersagbar, kontrollierbar und berechenbar ist, ist für den Menschen leichter zu ertragen. Wenn etwas nicht vorhersagbar, kontrollierbar und berechenbar ist, fürchtet der Mensch Kontrollverlust. Da wärt Ihr nie drauf gekommen, oder?

Es ist vorhersagbar, dass ein paar Psychologen sich jetzt bei mir melden werden, und obschon ich deren Reaktion nicht kontrollieren kann, sage ich voraus, dass ich über die nötigen Coping-Strategien verfüge, oder zu Deutsch: Ich kann damit leben! ;-)

Aber hey: Das Portal trotzdem nicht vergessen. Da gibt's sicher ein paar wirklich brauchbare Vorlesungen!

Warum der HPZ-Power-Letter häufiger gelesen wird
als andere Newsletter...

Tipps zum leserfreundlicheren Schreiben!

Warum mein Power-Letter gern gelesen wird?

Nun, zum einen wird es wohl an den interessantesten Themen liegen. Zum anderen aber sicher auch daran, dass Wörter wie "kognizierte Kontrolle"

eher selten vorkommen, und wenn, dann mit den nötigen Smileys versehen ; -)

Ich finde, man sollte auch in der schriftlichen Kommunikation so reden, wie einem der Schnabel gewachsen ist.

Also bitte nicht:
Meine Frau Gemahlin und meine Wenigkeit.
Sondern:
Meine Frau und ich.

Bitte nicht:
Ich werde weiter unten noch einmal auf diesen Sachverhalt zurückkommen.
Sondern:
Doch davon später.

Und anstelle von:
Das könnte interessant sein für Menschen in handwerklichen Berufen.
Warum nicht gleich:
Handwerker aufgepasst!

Mehr Tipps liefert die schweizerische Post in ihren Gratis-Online-Kursen zum Thema "Werbebriefe texten". Kostprobe gefällig?
Voilà: <http://digbig.com/4ftar>

Das wär's für heute.

Im Newsletter von <http://www.zeitzuleben.de> steht folgendes Zitat:

"Wer immer meint, seinen Senf dazu geben zu müssen,
kommt leicht in den Verdacht, ein Würstchen zu sein."

Die Zeitzuleben-Leute finden diesen Spruch genial. Ich schätze diese Web Site ja sonst sehr, aber da wäre auch mal Zeitzudenken fällig gewesen! Ein Würstchen, das seinen eigenen Senf produziert? Please! Das Beispiel zeigt: Nicht jeder, der einen Aphorismus produziert, ist ein Denker. Wenn schon, müsste es heißen:

"Wer immer meint seinen Senf dazu geben zu müssen,
kommt leicht in den Verdacht, eine Senftube zu sein."

Bringt aber metaphermässig auch nicht viel, oder?
Wie wär's hiermit:

"Wer immer meint seinen Senf dazu geben zu müssen,
hat lauter Würstchen um sich."

Oder hiermit:

"Wer seinen Senf für sich behält,
ist entweder ein Geizhals oder eine kaputte Senftube."

Neee, wisst Ihr was? Die Domain <http://www.zeitzudenken.de> ist noch zu haben. Wer schnappt sie sich und veröffentlicht eine Senfgeschichte, die was taugt? Den ersten Link habt Ihr hiermit schon!

Herzlich,
Euer Hans-Peter Zimmermann :-)

Power-Letter Nr. 108 (31.1.2006) Zug/Schweiz

Hallo, liebe Freunde,

Eigentlich wollte ich den Power-Letter am Sonntag verschicken. Aber mein Hund Yorkie war stärker. Wir beide haben nämlich seit einiger Zeit ein Sonntags-Hobby: Wir kaufen uns eine Tageskarte der Schweizerischen Bundesbahnen (mit dem Halbtax-Abo CHF 56.- in der 2. Klasse, CHF 90.- in der 1. Klasse), steigen in den erstbesten Zug ein und lassen uns treiben. Zwischendurch wird ausgestiegen für eine Bratwurst, einen Kaffee und natürlich ausgedehnte Spaziergänge.

Letzten Sonntag führte mich mein Weg nach langem wieder mal in meine alte Heimatstadt Bern, die ich (ebenfalls seit Sonntag) "Döner-City" nenne.

Der Grund dafür? Im ganzen Bahnhof Bern gibt es, sehr zum Leidwesen von Yorkie, keinen einzigen Bratwurst-Stand mehr, dafür jede Menge Döner-Buden. Gut, ein Stück weit kann ich das ja verstehen: Bern ist eine Beamtenstadt, und die sparsamen Beamten kaufen sich lieber einen Döner als eine Bratwurst. Wenn man den Döner nämlich "mit alles" nimmt, hat man den ganzen Tag noch was davon... und die Mitmenschen auch ;-) Demnächst will ich mal nach Istanbul fahren. Ich bin gespannt, ob die dort unsere Bratwürste verkaufen.

Unser Hobby funktioniert übrigens auch in Deutschland: Wenn man in Köln wohnt, warum nicht mal nach Düsseldorf bummeln gehen? Und wenn es auch nur dafür gut ist, dass man mal ein anständiges Bier kriegt (kleiner Kölner Insider-Witz, haha). Oder wie wär's, wenn der Duisburger mal zur Abwechslung nach Castrop-Rauxel fährt, der Weltstadt im Grünen. Ich garantiere Euch: Da habt Ihr am Sonntagabend ein ganz anderes Gefühl, und die folgende Woche beginnt wie nach einem Kurzurlaub.

Im übrigen glaube ich, dass, wenn wir mal vor unserem Schöpfer stehen, einer der Vorwürfe garantiert lauten wird: "Ich habe Dir ein wunderschönes Land vor die Haustür gelegt; und Du Arschloch kennst die

Karibik besser als Wanne-Eickel und Langnau im Emmental!"
Dochdoch, ich bin sicher, dass Gott solche Wörter verwendet. Wozu hätte er sie sonst erfunden? ;-)

Wie bitte? Was mit Nany ist? Die ist erstens kein Eisenbahn-Fan und zweitens froh, wenn sie den Sonntag auch mal nach ihren Wünschen gestalten kann. Vielleicht hält unsere Ehe ja deshalb schon 25 Jahre, weil wir uns auch gegenseitig erlauben, Dinge zu tun, die Spass machen. Und wenn Yorkie und ich am Abend nach Hause kommen, feiern wir unser Wiedersehen wie andere nach einer langen Reise...

Klinische Hypnose hat mit Esoterik nichts zu tun, gopferdeckel!
Und manchmal ist die Ignoranz des Pöbels zum Kinderkriegen...

Es geschah im letzten Ski-Urlaub in Saanenmöser bei Gstaad:
Ich sitze mit jemandem in der Gondel, man kommt ins Gespräch, früher oder später weiss mein Gegenüber, dass ich so eine Art Mischung aus Klinischer Hypnose und Marketing respektive Management unterrichte, und dann muss ich mir solche Sätze anhören:

"Meine Schwester ist auch ein Esoterik-Fan!"

Wenn ich dann entgegne, dass die meisten Ärztegesellschaften bereits vor mehr als 40 Jahren die Hypnose als offizielle Therapieform anerkannt haben, und dass beispielsweise in den USA seit 1958 jede Medical School verpflichtet ist, Hypnosekurse anzubieten, dann schauen die mich ungläubig an. Aber es stimmt! Tippt einmal in Google "medical school hypnosis" ein, und Ihr werdet mit den Hypnose-Curricula sämtlicher medizinischer Fakultäten überschwemmt.

Das könnte man übrigens auch in meiner Geschichte der Hypnose nachlesen: <http://www.hpz.com/geschichte-der-hypnose.html>

Ach so, den Nicht-Schweizern muss ich noch sagen, was das "Gopferdeckel" in der Schlagzeile bedeutet. Es ist ein sanfter schweizerischer Fluch und bedeutet frei übersetzt "Wer mir noch einmal so ungebildet vorbeikommt, den schmeisse ich aus der Gondel!"

Warum Multinährstoff-Präparate nicht sehr sinnvoll sind...
und ein weiterer Nährstoff-Tipp für mehr Fitness!

Ich will den Vertreibern von Multivitamin-Präparaten nicht zu nahe treten, aber sehr sinnvoll sind solche Präparate in der Regel nicht. Die Gründe:

1. Gewisse Nährstoffe bedürfen eines bestimmten Milieus, um überhaupt resorbiert werden zu können. Das berühmteste Beispiel ist Vitamin E, das nur in einer öligen Basis richtig resorbiert wird.
2. Gewisse Nährstoffe behindern sich gegenseitig bei der Resorption. Hier sind einige Beispiele für Wechselwirkungen bei der Aufnahme von Vitalstoffen (Quelle: <http://www.gesundheitsberatung.de>):

Diese behindern sich:

- Zink mit Eisen
- Calcium mit Magnesium
- Zink mit Kupfer

Diese fördern sich:

- Eisen mit Vitamin C
- Zink mit Histidin
- Calcium mit Vitamin D, Arginin
- Kupfer mit Aminosäuren
- Vitamin C mit Bioflavonoiden

Dennoch finde ich Nährstoffe wichtig, sofern man etwas nicht vergisst: Für optimale Gesundheit braucht es auch:

1. Regelmässiges Aufräumen im psychischen Bereich.
2. Regelmässiges Ausleiten von Toxinen.

Im biochemischen Bereich empfehle ich eher ein- bis zweimonatige Kuren mit einzelnen Nährstoffen. Im Moment sind bei mir gerade die Aminosäuren Arginin und Ornithin an der Reihe, und hey... ich fühle mich fit wie ein Turnschuh!

Eine hervorragende Nährstoff-Seite, bei der man auch alles Mögliche bestellen kann, was es in dieser Qualität nicht überall gibt, ist <http://www.infergu.com>

(Juli 2007: Nach diesem Artikel fühlten sich etliche Network-Marketer berufen, mich in Sachen Nährstoffe zu belehren. Ja, einige waren sogar so dreist, mich in ihren Strukturvertrieb ziehen zu wollen. Liebe Strukkis, lasst das bitte, ja? Solange Ihr körperlich und finanziell nicht gesünder aussieht, ist klar, wer hier wen belehren darf ;-)

Endlich sagt's mal jemand...
Es gibt so etwas wie Sport-Sucht!

Wenn ich mit Yorkie nicht gerade eisenbahnmässig unterwegs bin, wandere ich mit ihm auf den Zugerberg. Ab und zu kreuzt der Wanderweg die Strasse, und was müssen wir dort über uns ergehen lassen? Keuchende und schwitzende Männer in engen Presswurst-Radlerhosen, die so aussehen, als würden sie mit ihrem 48-Gang-Mountain-Bike jeden Abend zweimal den Zugerberg bezwingen und hätten noch immer nicht genug.

Bis jetzt habe ich mich nicht getraut zu sagen, dass ich bei diesem Anblick therapiebedürftig werde. Doch jetzt warnt ein Ärzteteam bei <http://www.gesundheitsberatung.de> vor der Sport-Sucht:

[...] Was in der Regel Spaß machen und der Gesundheit dienen soll, macht sie krank und sogar abhängig. Der sportliche Ehrgeiz nimmt überhand und wird zur Belastung für Körper und Seele: diese Menschen sind sportsüchtig. Zu viel Training schadet dem Immunsystem; Knochen, Bänder und Sehnen verschleissen frühzeitig. Es kann zu Stoffwechsel- und Hormonstörungen kommen.

Dabei sind zwei bis drei Stunden Sport das tägliche Muss. Der Sport hat die Hauptrolle in ihrem Leben übernommen und wird so zum wesentlichen Lebensinhalt. Sie verbringen fast ihre gesamte Freizeit im Fitnessstudio oder beim Laufen. Familie, Arbeit und Freunde werden vernachlässigt; alles wird dem Training untergeordnet.

Wenn etwas anderes dazwischen kommt, beispielsweise eine Verletzung, ist der Leidensdruck sehr stark und belastet mit Schuldgefühlen. Trotz körperlicher Beschwerden und ärztlichem Verbot wird weiter trainiert, denn ohne Sport geht es nicht. Folgeschäden werden aber in Kauf genommen, auch um Entzugserscheinungen zu vermeiden, die sich beim Trainingsstopp einstellen können. Sie reichen von Kopf- und Magenschmerzen bis hin zu Ängsten und Depressionen. Und die wollen Sportsüchtige um jeden Preis vermeiden.

Erklärbar für die Sportsucht ist das körpereigene "Belohnungssystem": die Sucht nach dem Glückshormon Endorphin, das der eigene Organismus bei intensiver körperlicher Betätigung vermehrt ausschüttet und das auch das Schmerzempfinden herunterdrosselt. Aus psychologischer Sicht kann man Sport als Kompensation, als Ersatz von Erfolgserlebnissen sehen. Probleme in anderen Lebensbereichen wie Krisen in Beruf, Familie oder Freundschaften führen dazu, dass das Selbstvertrauen schwindet.

Deshalb versucht man, das durch Sport zu kompensieren und dort das Selbstwertgefühl zu holen, das man woanders nicht bekommt.

Für die Betroffenen ist der Weg zurück zu einem vernünftigen Trainingsumfang und einem normalen Leben schwer zu finden. Aber nur so kann Sport Gesundheit und Wohlbefinden fördern. Wichtig ist deshalb:

Egal für welchen Sport Sie sich entscheiden, beginnen Sie langsam und trainieren Sie regelmäßig. Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung und reichlich Flüssigkeit. Ohne übertriebenen Ehrgeiz und zwanghaftes Leistungsdenken bleibt der Freizeitsport so ein Genuss!

Sport stärkt Arme, Rumpf und Beine,
Kürzt die öde Zeit,
Und er schützt uns durch Vereine,
Vor der Einsamkeit.
(Ringelnatz)

Da hätte ich auch noch einen:

Oh Radlerbube, der sich brüstet,
ein Mountain-Biker-Held zu sein,
Ihr armen Kerle, wenn Ihr wüsstet,
wie schwach Ihr uns erscheint und klein.

Doch Gott sei Dank, sag ich, Ihr tragt
Polyester um die Lende,
Und Eure enge Hose setzt
der Fortpflanzung ein Ende.
(Anonymus Innozens)

Vielleicht ist Dein Partner nicht seltsam, sondern krank!
Ein Buchtipp für Ärzte, Psychologen und Betroffene
über dissoziative Störungen...

Auf meinem Schreibtisch liegt zur Zeit das Buch "Einführung in die Dissoziative Identitätsstörung" von Imke Deistler und Angelika Vogler. Wer sollte dieses Buch meiner Meinung nach lesen?

1. Ärzte. Und zwar auch "ganz normale" Hausärzte. Der Grund: Viele Störungen, für die es in der somatischen Medizin keinen Befund gibt, werden vom Hausarzt in die "psychische" Ecke

gestellt und mit Benzodiazepinen, also stark abhängig machenden Anxiolytika, behandelt.

Damit bekämpft man lediglich Symptome und wird den Patientinnen überhaupt nicht gerecht.

2. Psychotherapeuten. Und zwar besonders die älteren mit Weiterbildungsmanko, die noch immer den Begriff "Hysterie" verwenden, ohne zu erröten. Dieses Buch zeigt, dass man bei "hysterischen" Symptomen schon genau hinschauen muss, ob es sich um die histrionische, die narzisstische oder die Borderline-Persönlichkeitsstörung, oder eben um eine dissoziative Störung bis hin zu ihrem Extremfall, der dissoziativen Identitätsstörung (oder wie es im ICD heisst, der "multiplen Persönlichkeitsstörung") handelt. Das Buch behandelt auch den vermuteten Zusammenhang mit der Posttraumatischen Belastungsstörung.

Übrigens, auch wenn die Extremform der dissoziativen Störung, von der dieses Buch handelt, sehr selten auftritt, so sind dissoziative Störungen aller Abstufungen sehr verbreitet, und das Buch behandelt die gesamte Palette.

3. Menschen (in der Mehrheit sind es Frauen), die oft das Gefühl haben, ausserhalb ihres Körpers zu sein. Oft sind auch Ess-Störungen oder Drogensucht mitbeteiligt. Für diese Patientinnen ist es besonders wichtig zu wissen, dass, falls eine starke dissoziative Störung vorliegt, Hypnose absolut kontraindiziert ist. Warum?

In der Hypnose wird oft auf Kommando dissoziiert und assoziiert. Assoziieren heisst, vereinfacht ausgedrückt: Ich fühle mich ganz in meinem Körper drin und erlebe die Welt "von mir aus". Dissoziiert bedeutet: Ich sehe mich selbst und die Welt von aussen, kann oftmals nicht unterscheiden, ob eine Erinnerung wirklich meine eigene ist oder nicht. Dissoziation ist eine ganz wichtige Bewältigungs-Strategie bei schweren Traumata, besonders bei sexualisierter Gewalt. Nur wer dissoziieren kann, kann so etwas überleben. Das Problem ist, dass der Dissoziations-Assoziations-Mechanismus so gestört sein kann, dass die Patientin ihn nicht mehr bewusst steuern kann. Doch ist es gerade in der Hypnotherapie besonders wichtig, dass dieser Mechanismus funktioniert.

Was tun, wenn bei einem selbst oder einer Bekannten der Verdacht auf dissoziative Störung besteht? Meiner Meinung nach ganz wichtig: Einen "Quick Fix", also eine Art Schnell-Reparatur gibt es nicht. In meinen Augen der beste Weg ist eine therapeutische Wohngemeinschaft, auch betreutes Wohnen genannt, in der auch eine Art Nach-Erziehung stattfinden kann. Letztere ist dringend nötig, weil die betroffenen Patientinnen gewisse Entwicklungsschritte nicht vollziehen konnten, da

sie durch die traumatischen Gegebenheiten massiv gestört wurden.

Mehr über die dissoziative Identitätsstörung gibt es unter:

<http://www.dissoziative-identitaetsstoerung.de>

Obschon ich im Zusammenhang mit dissoziativen Störungen auch von Ess-Störungen gesprochen habe, möchte ich nicht, dass Bulimikerinnen die Hoffnung verlieren: Nach unserer Erfahrung gibt es bei isolierter Bulimie (wenn also weder dissoziative noch persönlichkeitsgestörte Anteile vorliegen) gute Heilungschancen mittels aufdeckender Hypnose.

Mehr zum Thema Bulimie gibt es auf:

<http://de.wikipedia.org/wiki/Bulimie>

Auf zum Dialog!

Im HPZ-Power-Blog sind jetzt Kommentare erlaubt...

Viele von Euch haben entdeckt, dass man nicht immer drei Wochen auf den Power-Letter warten muss, wenn man von mir Neuigkeiten erfahren möchte. Denn seit dem 10. Dezember gibt es mein Web-Tagebuch, den HPZ-Power-Blog: <http://www.hypnoseausbildung.blogspot.com>

Neu ist seit ein paar Tagen, dass Ihr die Einträge auch kommentieren könnt. Einfach unter dem Beitrag auf "comments" klicken und den Instruktionen folgen. Der Kommentar wird dann zuerst zu mir geschickt, und ich kann ihn freigeben oder ablehnen. Es sind also nur kluge Kommentare erwünscht, aber das ist ja selbstverständlich bei Power-Lesern, oder?

Warum ich die Kommentare nicht ganz freigebe? Ich habe einmal ein Forum eröffnet. Es ging nicht lange, und zwei Borderliner lieferten sich dort einen richtigen Flame War. Das muss ich mir und Euch nicht antun.

Schon vier Power-Podcasts, und der fünfte folgt bald!

Die beliebten Gratis-Audio-Dateien von HPZ und wie man sie bekommt...

In Power-Letter Nr. 107 (<http://www.hpz.com/letter107.html>) habe ich Euch erklärt, was ein Podcast ist und wie man ihn gratis abonniert. Ich sage es aber gerne nochmals. So kommt Ihr in Zukunft regelmässig zu Gratis-Tondokumenten aus meiner Küche:

1. Ihr braucht das Gratis-Programm iTunes (für Mac und Windows erhältlich)

<http://www.apple.com/de/itunes>

2. Sobald Ihr das Programm installiert und gestartet habt, klickt Ihr auf "Music Store". Dazu müsst Ihr natürlich online sein.
3. Klickt im Music Store auf "Podcasts".
3. Gebt den Begriff "hpz" in die Suchmaske. Sobald der Power-Podcast erscheint, klickt auf "abonnieren" (das Abo ist gratis!)
4. Ab jetzt lädt das Programm iTunes immer die neuesten Episoden automatisch herunter, sobald Ihr das Programm startet.
Und das sind die spannenden Themen der ersten vier Podcasts:

*Podcast Nr. 1: Gross-Erfolg dank knallhartem
Zielgruppen-Marketing

*Podcast Nr. 2: Interview mit dem Chef des Hotels Hornberg
über Mitarbeiter-Führung und Motivation

*Podcast Nr. 3: Systematisch den Geldfluss erhöhen

*Podcast Nr. 4: Einführung in HPZs Humor

Ach ja, die armen Linux-Nutzer haben leider kein iTunes. Ihr müsst Euch irgend einen Podcatcher laden und findet meinen Podcast auf

<http://www.podcast.de>

Das ist NUR für Linuxler, bitte. Ich möchte keine Support-Mails von Mac- oder Windows-Usern beantworten. Die bedienen sich gefälligst bei iTunes (siehe oben).

Interessant für Radioniker:

2131 Substanzen für die Besendung durch Wortraten!

Das könnte interessant sein für Leute mit einem Radionik-System, das so genannte "Wort-Raten" verarbeiten kann:

Hier findet Ihr eine Liste von Homöopathika, Blüten-Essenzen, Schüsslersalzen, Aura Soma und vielem mehr:

<http://www.hpz.com/homoeopathie.html>

Mit meinem Modul Power-Believer (Bestandteil der Power-Radionik) können

diese Radionikmittel direkt in die Besendung eingebaut werden:

<http://www.hpz.com/radionikfueralle>

Wer sich mit der Neuen Homöopathie nach Körbler auskennt, wird diese Liste ebenfalls sehr nützlich finden.

Bewusster Fernsehen leicht gemacht!
Mit dem Gratis-TV-Butler das tägliche
massgeschneiderte Programm...

Ich gehe mal davon aus, dass Ihr keine Allerwelts-Zapper seid, die gelangweilt vor der Glotze hocken, dümmlich-schläfrig aus dem waschbedürftigen Trainingsanzug gucken und von einem Kanal zum nächsten wechseln.

Falls meine Annahme falsch ist, meldet Euch bitte. Ich schmeisse Euch sofort von der Verteiler-Liste.

Falls ich jedoch Recht habe, gibt es für Euch seit einiger Zeit ein paar nette Dienstleistungen. Ich lasse mir zum Beispiel schon seit ein paar Monaten vom TV-Butler (<http://www.tvstar.ch>) jeden Tag ein Mail schicken mit dem Sendeplan meiner Lieblingssendungen. Ich musste TV-Butler einmal sagen, welche Kategorien oder auch welche konkreten Sendungen für mich interessant sind. Seither denkt er jeden Tag an mich.

Einen ähnlichen Service bietet <http://www.tvfeed.de>
Dort auf "Ihr Wunschprogramm in drei Schritten" klicken und den weiteren Instruktionen folgen.

Und jetzt bitte den Trainingsanzug in den Wäschekorb, ja? ;-)

Google Earth, PageRank-News und Video-Suchmaschine...
Lustiges, Nützliches und Sensationelles für Internet-Freaks!

Einiges von dem, was ich Euch hier zu bieten habe, wird auch für Internet-Laien verständlich sein, anderes dagegen braucht schon einen höheren Freakness-Grad. Ihr müsst halt selber schauen...

1

--

Google macht es einem wirklich leicht, ein Google-Fan zu sein: Jetzt haben die doch tatsächlich eine Video-Suchmaschine gestartet: <http://video.google.de>

Und nicht nur das: Sie hosten Euch Euer Video sogar gratis und franko. Hosten heisst, das Video ist bei Google gespeichert und Google stellt die Computer zur Verfügung und bezahlt den teuren Traffic. Unglaublich.

Finanziert werden soll das Ganze offenbar dadurch, dass man auch kostenpflichtige Videos auf diesem Weg verbreiten kann, und dass Google dabei mitverdient.

Gebt bei <http://video.google.de> einfach mal "zimmermann" ein und lasst Euch überraschen.

Übrigens... wer Englisch kann, sollte sich unbedingt auf <http://www.audible.de> das Hörbuch "The Google Story" runterladen. Am besten die zehnstündige, ungekürzte Version. das verkürzt Euch die Fahrt von Hamburg oder Wien nach Saanenmöser zu meinen Seminaren ;-)

2

--

Ja, schon wieder Google! Diesmal geht es um das Gratis-Programm "Google Earth", mit dem man sich Satellitenbilder aus aller Welt anschauen kann. Für Windows war das Programm schon länger erhältlich. Jetzt ist auch die Mac-Version verfügbar:

<http://earth.google.com/download-earth.html>

Wenn Ihr sehen wollt, wo ich am 31. Dezember 1993 meine Helikopter-Lizenz erworben habe (na ja, wer will sowas wissen?), gebt Ihr "Helistream Costa Mesa" ein, und Google Earth fliegt Euch direkt zum John Wayne Flughafen in Südkalifornien.

Wenn Ihr dann die Ansicht "von schräg oben" wählt und in mein damaliges Wahl-Heimatstädtchen San Clemente fliegt, seht Ihr ein weiteres neues Feature von Google Earth. Mit einer ausgeklügelten Technologie haben die es geschafft, die Berge dreidimensional hinzukriegen. Auch hier: Google, you are incredible!

3

--

Der letzte Link stammt von Andreas Finke und ist lustig und tragisch zugleich. Es handelt sich um den fiktiven Dialog zwischen einem 0815-Webmaster und einem Suchroboter, der zeigt, warum Ihr einen Webmaster zuerst sehr gut durchleuchten müsst, bevor Ihr ihm ans Herz legt, etwas für Euren Erfolg zu tun. Mein Tipp: Im Zweifelsfall lieber selber machen. Wo man das lernen kann, verrate ich nicht ;-)

Für Leute, die keine Ahnung von Frames, Javascript und Ranking haben, wird das ein spanisches Dorf mit mexikanischem Einschlag sein. Für alle anderen ist es eine glänzende Kabarett-Nummer:

<http://www.woodshed.de/publikationen/dialog-robot.html#o5>

Das wär's für heute.

Oder möchtet Ihr noch ein bisschen Humor hören? Also gut.

Aber auf Eure Verantwortung!

===

Ich fange an mit einem Witz für die Frauen. Er stammt von der feministischen Kult-Autorin Fanny Müller, bei der ich froh bin, dass nur ihre Bücher auf meinem Nachttisch liegen. Fanny Müller sagt sinngemäss:

"Da zahlen die Manager ein Heidengeld für Seminare,
an denen sie ihre Grenzen erfahren wollen.
Dabei könnte ich jedem Mann auf Anfrage sagen,
wo seine Grenzen sind."

===

Der Zeuge Jehovas: "Lieber Bruder im Herrn, Jesus lebt!"

Der Passant: "Scheisse, heisst das, die Osterferien fallen weg?"

===

Auf <http://www.box24.ch/public/fun/nervensaege.wct> steht, wie man andere in den Wahnsinn treibt und dabei gesund bleibt. Ein paar Beispiele, die mir besonders gut gefallen:

- Finde heraus, wo dein Chef/deine Chefin einkauft und kaufe exakt die gleichen Klamotten. Trage sie immer einen Tag nachdem dein Chef/deine Chefin sie getragen hat. (Das ist besonders effektiv, wenn der Chef vom anderen Geschlecht ist)
- Schicke E-Mails an die restlichen Leute in der Firma, um ihnen mitzuteilen, was du gerade tust. Zum Beispiel: "Wenn mich jemand braucht, ich bin auf Toilette."

- Jedesmal, wenn dich jemand bittet, etwas zu tun, frage, ob er Pommes-Frites dazu will.
- Fülle drei Wochen lang koffeinfreien Kaffee in die Kaffeemaschine. Sobald alle ihre Koffeinsucht überwunden haben, gehe über zu Espresso.
- Schreibe "Für sexuelle Gefälligkeiten" in die 'Verwendungszweck'-Zeile all deiner Überweisungen.
- Frage Leute, welchen Geschlechts sie sind.
- Gib beim McDrive an, dass die Bestellung zum Mitnehmen ist.

===

Und wenn wir schon beim Thema Fast Food sind, hier noch ein Beitrag von Ing. Harald Schwab zum Thema "Pizza-Bestellung im Jahr 2015":

Pizzamann: "Danke, dass Sie Pizza Hut angerufen haben. Darf ich Ihre Bestellung aufnehmen?"

Kunde: "Hi, ich möchte etwas bestellen."

P: "Kann ich bitte erst Ihre NIDN haben?"

K: "Meine Nationale ID Nummer, ja, warten Sie, die ist 6102049998-45-54610."

P: "Vielen Dank, Herr Schwarzt. Sie wohnen in der Rosenstr. 25 und Ihre Telefonnummer lautet 89 568 345. Ihre Firmenummer bei der Allianz ist 74 523 032 und Ihre Durchwahl ist -56. Von welchem Anschluss aus rufen Sie an?"

K: "Hä? Ich bin zu Hause. Wo haben Sie alle diese Informationen her?"

P: "Wir sind an das System angeschlossen."

K: (seufzt) "Oh, natürlich. Ich möchte zwei von Ihren Spezial-Pizzen mit besonders viel Fleisch bestellen."

P: "Ich glaube nicht, dass das gut für Sie ist."

K: "Wie bitte??!!"

P: "Laut Ihrer Krankenakte haben Sie einen zu hohen Blutdruck und extrem hohe Cholesterinwerte. Ihre Krankenkasse würde eine solch ungesunde Auswahl nicht gestatten."

K: "Verdammt! Was empfehlen Sie denn?"

P: "Sie könnten unsere Soja-Joghurt-Pizza mit ganz wenig Fett probieren. Sie wird Ihnen bestimmt schmecken."

K: "Wie kommen Sie darauf, dass ich das mögen könnte?"

P: "Nun, Sie haben letzte Woche das Buch 'Sojarezepte für Feinschmecker' aus der Bücherei ausgeliehen."

K: "Ok, ok. Geben Sie mir zwei davon in Familiengröße. Was kostet der Spaß?"

P: "Das sollte für Sie, Ihre Frau und Ihre vier Kinder reichen. Der Spaß, wie Sie es nennen, kostet 45 Euro."

K: "Ich gebe Ihnen meine Kreditkartennummer."

P: "Es tut mir leid, aber Sie werden bar zahlen müssen. Der Kreditrahmen Ihrer Karte ist bereits überzogen."

K: "Ich laufe runter zum Geldautomaten und hole Bargeld, bevor Ihr Fahrer hier ist."

P: "Das wird wohl auch nichts. Ihr Girokonto ist auch überzogen."

K: "Egal. Schicken Sie einfach die Pizza los. Ich werde das Geld da haben. Wie lange wird es dauern?"

P: "Wir hängen ein wenig hinterher. Es wird etwa 45 Minuten dauern. Wenn Sie es eilig haben, können Sie sie selbst abholen, wenn Sie das Geld besorgen, obwohl der Transport von Pizza auf dem Motorrad immer etwas schwierig ist."

K: "Woher wissen Sie, dass ich Motorrad fahre?"

P: "Hier steht, dass Sie mit den Ratenzahlungen für Ihren Wagen im Rückstand sind und ihn zurückgeben mussten. Aber Ihre Harley ist bezahlt, also nehme ich an, dass Sie die benutzen."

K: "@#%/\$@&?#!"

P: "Achten Sie lieber darauf, was Sie sagen. Sie haben sich bereits im Juli 2006 eine Verurteilung wegen Beamtenbeleidigung eingefangen."

K: (sprachlos)

P: "Möchten Sie noch etwas?"

K: "Nein, danke. Oh doch, bitte vergessen Sie nicht, die beiden kostenlosen Liter Cola einzupacken, die es laut Ihrer Werbung zu den Pizzen gibt."

P: "Es tut mir leid, aber die Ausschlussklausel unserer Werbung verbietet es uns, kostenlose Softdrinks an Diabetiker auszugeben."

===

Wenn Euch dieser Schöne-neue-Welt-Dialog depressiv gemacht hat, dann wird es höchste Zeit, dass Ihr Euch den Power-Kalender von Power-Leser Tobias Schulze runterladet. Das ist kein Witz: Jeden Tag einen aufbauenden Spruch von irgend einem Denker:

http://www.hpz.ch/powerkalender_2006.pdf

(Juli 2007: Hier gibt's auch den Kalender für 2007:

<http://www.hypnose-ausbildung.ch/Powerkalender2007.pdf>)

Wie wär's zum Beispiel mit diesem Aphorismus von Thomas A. Edison:

"Erfolg hat nur, wer etwas tut,
während er auf den Erfolg wartet."

So, das muss jetzt aber reichen für die nächsten drei Wochen. Wer es nicht so lange aushält, soll bitte regelmässig in meinem Blog vorbeischaun: <http://www.hypnoseausbildung.blogspot.com>

Herzlich,
Euer Hans-Peter Zimmermann :-)

Power-Letter Nr. 109 (26.2.2006) Zug/Schweiz

Hallo, liebe Freunde,

Ich stehe vor einem Entscheid, vor dem vermutlich einige von Euch auch schon gestanden sind: Qualität oder Quantität?

Meine Podcasts haben bewirkt, dass meine Seminare eine noch nie dagewesene Nachfrage geniessen. Die März-Seminare sind bereits seit Januar voll, und im Juni sind auch nur noch wenige Plätze frei. Das würde bedeuten, dass jemand demnächst ein halbes Jahr warten muss, bis er endlich mein Grundlagen-Seminar "Hypnose, Persönlichkeitsbildung und Lebensplan" (<http://www.hpz.com/erfolgsseminar.html>) besuchen darf.

Ich kenne viele Klein-Unternehmer, die in meiner Situation keinen Moment zögern würden, weitere Seminartermine zu planen oder mehr Teilnehmer pro Seminar zuzulassen. Das werde ich jedoch nicht tun, denn beides würde zu Qualitäts-Einbussen führen. Ersteres deshalb nicht, weil ich als Seminarleiter nichts taugen würde, wenn ich von den vielen Seminarterminen nudelfertig wäre. Letzteres aus dem Grund nicht, weil ich mich gerne persönlich um jeden Teilnehmer kümmere, und das geht bei mehr als 12 Teilnehmern schlecht.

Ich werde also einfach noch besser darauf achten, so zu kommunizieren, dass die richtigen Leute kommen und die falschen wegbleiben (siehe Power-Podcast Nr. 1 <http://www.hpz.com/Podcasts/podcast-anleitung.html>).

Warum Euch das zu interessieren hat, auch wenn Ihr keinen Seminarbesuch plant? Ganz einfach: Ich kenne viele Inhaberinnen und Inhaber von Kleinbetrieben, die sich vor Jahren einmal für die QUANTität entschieden haben und diesen Schritt heute noch bereuen...

Sechs Podcasts in einem Monat!
Da soll mal einer sagen, HPZ sei nicht fleissig...

Jetzt wisst Ihr aber langsam alle, was ein Podcast ist, oder?
Also, ich sag's noch einmal, aber das ist das letzte Mal, ja?

1
--

Ein Podcast ist ein Ton-Dokument, meistens im MP3-Format und meistens gratis, das regelmässig oder unregelmässig heraus kommt, das man sich im Internet runterladen kann, und das die vielen langweiligen Radiosendungen ersetzt. Man kann es sich auf dem Computer anhören, auf eine CD brennen oder auf einem MP3-Player (am besten einem iPod, weil der einem viel Arbeit abnimmt) anhören.

2
--

Wer mit Mac oder Windows arbeitet, lädt sich das Gratis-Programm iTunes (<http://www.apple.com/de/itunes/download>) herunter und installiert es auf die Festplatte. Wer mit Linux arbeitet, weiss sowieso Bescheid ;-)

3
--

Dann schaut man hier, wie man den HPZ-Power-Podcast gratis abonniert:
<http://www.hpz.com/Podcasts/podcast-anleitung.html>

Ab jetzt lädt iTunes bei jedem Programmstart die neueste Ausgabe herunter.

Das sind die spannenden Themen der bisherigen HPZ-Power-Podcasts:

Power-Podcast Nr. 1
Exklusive Positionierung dank knallhartem
Zielgruppen-Marketing,
Dauer 10 Minuten. Ein Muss für jeden Selbständig-Erwerbenden!

Power-Podcast Nr. 2
Mitarbeiter-Führung und -Motivation. Ein Gespräch mit Christian
Hoefliger, Direktor des Hotels Hornberg in Saanenmöser bei Gstaad.
Dauer 34 Minuten.

Power-Podcast Nr. 3
Systematisch den Geldfluss erhöhen. HPZs geheime Formel zum
Geldverdienen. Dauer 9 Minuten. Na ja, wer sich das nicht anhört,
ist selber schuld ;-)

Power-Podcast Nr. 4
Ein Humor-Podcast. Nichts für zimperliche Gemüter.
Dauer 7 Minuten.

Power-Podcast Nr. 5
Reinkarnation, igitt... heisst das, wir haben schon einmal gelebt?
Ein Gespräch zwischen dem Theologen und Philosophen Stephan
Wehowsky und Hans-Peter Zimmermann. Dauer 36 Minuten.

Power-Podcast Nr. 6
OpenSource: Gratis-Computerprogramme für jeden Bedarf! Ein sehr
aufschlussreiches Gespräch mit dem Informatiker Frank Obels.
Dauer 36 Minuten.

Power-Podcast Nr. 7
Motivation... wirklich nur ein Mythos? Der Grenzen-Sprenger
(haha, Insider-Witz) mit dem Motivations-Experten Hermann Bechter.
Dauer 51 Minuten.

Power-Podcast Nr. 8
(Juli 2007: Wurde gelöscht)

Power-Podcast Nr. 9
Führung durch das Leben.
Ein Gespräch mit dem Theologen und Philosophen Stephan Wehowsky
(Teil 1) Dauer 24 Minuten.

Power-Podcast Nr. 10
Radionik, Medizin des Dritten Jahrtausends?
Ein Gespräch mit dem Diplomingenieur und Radionik-Experten
Harald Rauer.
Dauer 54 Minuten.

Übrigens lasse ich die früheren Podcasts drauf, so dass Ihr jederzeit einsteigen und Euch die alten Episoden holen könnt. Denn die sind alle noch top-aktuell!

"Ich werde mir demnächst einen iPod anschaffen!"
Warum nicht jetzt gleich?

Als ich vor einem Monat einen Unternehmer fragte, ob er meine Podcasts abonniert habe, meinte er: "Nein, ich muss mir noch einen iPod kaufen, damit ich sie mir unterwegs anhören kann." Vor einer Woche fragte ich noch einmal nach. Dieselbe Antwort.

Bei einem armen Studenten könnte ich das ja noch begreifen; der muss zuerst sparen, bis er sich so ein Teil leisten kann. Aber bei einem Unternehmer, der so etwas aus der Porto-Kasse zahlt?

Da klickt man doch einfach auf
<http://store.apple.com/Apple/WebObjects/germanstore.woa>, wenn man in Deutschland oder Österreich wohnt oder auf
<http://store.apple.com/Apple/WebObjects/swissdestore.woa> in helvetischen Gefilden, und wählt zwischen 79 und 429 Euro sein Lieblingsmodell. Innerhalb von zwei Tagen ist das Ding in der Post, versandkostenfrei!
So, und jetzt bitte keine Ausreden mehr, ja?

Vogelgrippe, AIDS, Hellinger, Hamer und Lanka...
...und HPZs Meinung zu antisemitischen Verschwörungstheorien!

Verschwörungstheorien haben Hochkonjunktur, und das nicht erst seit Jan van Helsing's Büchern über Geheimgesellschaften. Hier ein paar Theorien, die im Umlauf sind, und meine Meinung dazu:

Theorie Nr. 1:

Präsident John F. Kennedy wurde von der CIA ermordet.

Meine Meinung:

Da hätte die CIA bei vielen anderen Präsidenten genau so Grund gehabt, sie ins Nirvana zu befördern. Wenn man weiss, dass John und Robert Kennedy konkrete Pläne hatten, "el Presidente" einen Killer zu schicken, und wenn man weiss, dass Lee Harvey Oswald Kontakte zu Kuba hatte, liegt doch der Schluss ziemlich nahe, dass Castro etwas schneller war.

Und die Frage, ob es einen zweiten Schuss gab, mag für Forensiker interessant sein. Ich sage nur "So what, Castro hat auch ein Recht auf Backups."

Theorie Nr. 2:

Die Erde hat beim Nordpol ein grosses Loch, und wenn man das findet, kann man in die Untererde schlüpfen, die von einer schwarzen Sonne beleuchtet wird.

Meine Meinung:

Glauben diese Dössköpfe wirklich, dass sich nicht irgendwo ein Reinhold Messner fände, der diese Theorie dringendst überprüfen will? Oder ist Reinhold Messner vielleicht der Chef der Untererde-Bewohner und spricht deshalb so seltsam?

In den Internet-Foren wird auch darüber diskutiert, dass bei Google Earth (siehe <http://www.hpz.com/letter108.html>) der Nordpol zum Teil nur sehr undeutlich zu sehen ist. Dasselbe gilt aber auch für den Ayer's Rock in Australien und viele andere Gebiete, wo das Fotomaterial eben noch nicht so gut ist.

Oder ist der Ayer's Rock vielleicht das neue Nazi-Hauptquartier, und Hitler ist gar nicht tot, sondern hat von Reinhold Messner ein Verjüngungsmittel bekommen? Sieht Reinhold Messner deswegen schon seit Jahren so alt aus, wie er niemals werden wird?

Theorie Nr. 3:

Die ganze Welt wird von sieben jüdischen Grossbanken regiert. Die haben alles Geld der Welt und arbeiten daran, den Rest der Bevölkerung mittellos zu machen.

Meine Meinung:

Wenn man den Juden früher alles verboten hat ausser dem Verleihen von Geld, muss man sich nicht wundern, dass es heute ein paar reiche Juden gibt. Ausserdem scheint es bei den Juden mehr kluge Köpfe zu geben als bei den Nazis. Es gibt zum Beispiel massenhaft jüdische Psychologie-Pioniere und keinen einzigen Nazi in dieser Szene.

Es ist überhaupt interessant, wie oft Hitler in diesen Verschwörungs-Theorien auftaucht. Der sei angeblich ein Esoteriker gewesen (yeahhh, cool, ein Esoteriker, der zuerst ein paar Millionen Menschen und dann sich selbst umbringt) und habe eben all diese Dinge gewusst. Jetzt begreife ich auch, warum mir dieser Mensch immer so klug und feinfühlig vorkam ;-)

Dass die gesamte Computer-Industrie in der Hand eines einzigen Menschen ist, kümmert die Verschwörungs-Dummies interessanterweise nicht. Ist Bill Gates vielleicht nicht der Antichrist, wie gewisse religiöse Fundis behaupten, sondern etwa der neue germanische Weltführer (ich finde, vom Aussehen her würde er passen), der nur so tut, als bekämpfe er die Computerviren, in Wirklichkeit aber selbst die grösste Virenzucht besitzt, mit der er dereinst alles auslöscht, was sich ihm gegenüber nicht solidARISCH zeigt?

Theorie Nr. 4:

Die Amerikaner haben den 11. September inszeniert.

Das waren keine Verkehrsflugzeuge, sondern getarnte Kampfbomber.

Meine Meinung:

Aber klar doch. Und die Amis haben ein paar tausend Leute bestochen, damit die behaupten, ihr Papi oder ihr Mann sei dort umgekommen.

In Wirklichkeit macht sich der unter neuem Namen ein flottes Leben in der Karibik. Ausserdem haben sie American Airlines dazu überredet, heimlich drei Flugzeuge zu verschrotten. Oder wurden sie vielleicht nur im Ayer's Rock von Reinhold Messner umgespritzt und warten darauf, dass Hitler sie beim grossen Endkampf in der Untererde einsetzt? Da gibt es doch tatsächlich einen Ingenieur (Merke: ALLE Ingenieure sind intelligent!) einer unbekanntes Firma im australischen Busch, der hat dort in der Nähe einen kaputten Flugzeugreifen entdeckt!

Über das billige Machwerk eines deutschen Journalisten, der aus dem 11. September persönliches Kapital geschlagen hat, habe ich mich in Power-Letter Nr. 83 ausgelassen

(<http://www.hpz.com/letter83.html>)

Und jetzt mal eine Frage an all die Dummies, die mir laufend irgend welche "sensationellen Informationen" von einem Dr. Stefan Lanka (http://de.wikipedia.org/wiki/Stefan_Lanka) schicken, der behauptet, es gebe gar keine Viren, das AIDS-Virus sei nur eine Erfindung, damit die Forscher neue Medikamente an nicht zeugungswilligen Männern

testen könnten, und das Endziel sei die Ausrottung der nichtjüdischen Rasse (Hitler lässt einmal mehr grüssen).

Wirke ich auf Euch wirklich so stupid, dass Ihr glaubt, Ihr würdet mir damit einen Gefallen tun? Dann sage ich nur: Projektion lässt grüssen. Obwohl, das versteht Ihr wahrscheinlich auch nicht, oder?

In die gleiche Kategorie gehört meiner Meinung nach der deutsche Arzt Rieke Geerd Hamer mit seiner Neuen Germanischen Medizin (poaaah, wenn ich nur schon diesen Ausdruck höre!)

Hier könnt Ihr meine Meinung über Hamer nachlesen:

<http://www.hpz.com/neue-medizin.html>

In letzter Zeit wird auch der Familienaufstell-Guru Bert Hellinger (http://de.wikipedia.org/wiki/Bert_Hellinger), von dessen totalitärem Gehabe ich mich gottseidank von der ersten Minute an deutlich distanziert habe, in die Ecke des neuen Nazitums gestellt.

In seinem Buch "Gottesgedanken" hält er ein Zwiegespräch mit Hitler, in dem er ihn als einen "normalen Menschen mit einem Vater und einer Mutter" bezeichnet. Das kann man nicht abstreiten.

Etwas kritischer ist die folgende Äusserung aus seinem Mund: "Bei der Psychotherapie geht es einem wie einem guten Führer. Ein guter Führer sieht, was die Leute wollen, und das befiehlt er." Weiter fordert Hellinger die Juden auf, für Hitler das Totengebet zu sprechen; andernfalls, so Hellinger, würde die Judenverfolgung niemals aufhören. Spricht Hellinger da nur von der christlichen Tugend des Verzeihens? Oder steckt tatsächlich eine politische Absicht dahinter? Und dass Hellinger heute die ehemalige Reichskanzlei Hitlers in Berchtesgaden bewohnt, wo sogar noch Hitlers Schreibtisch steht, mutet doch etwas seltsam an. Doch Hellinger ist nie um eine Antwort verlegen:

"Mir ist das kein besonderer Platz. Für die anderen ist das ein besonderer Platz. Die sind von Hitler fasziniert, nicht ich".

und

"Ich war gar nicht da, als das arrangiert wurde und auch nicht, als wir eingezogen sind."

Aha, jetzt muss also Hellingers Frau herhalten, die das Ganze arrangiert haben soll.

Meine Meinung: Entweder strebt Hellinger ein Martyrium an, oder er ist ein sehr sehr ungeschickter Mensch. Nachdem ich all seine Videos mehrfach studiert habe, tippe ich eher auf Letzteres. Aber ungeschickt und deppert, das war auch Hitler, und wir wissen, was passieren kann, wenn solche Leute genügend Macht bekommen.

Ist deswegen das Familien-Aufstellen, das Hellinger so populär gemacht hat, unbrauchbar? Ganz und gar nicht. Denn erstens ist Hellinger nicht der Erfinder des Aufstellens, sondern lediglich der "Entdecker"

gewisser systemischer Prinzipien, die man teilweise, ganz oder auch gar nicht übernehmen kann. Und zweitens: Nur weil der Papst auch betet, muss Beten noch lange nichts Schlechtes sein. Oder mit anderen Worten: Gute Instrumente in schlechten Händen können sehr viel Schlechtes bewirken, gute Instrumente in GUTEN Händen sehr viel Gutes.

Zum Schluss noch etwas zum Thema Vogelgrippe: Ja, mich nervt es auch, dass wir fast nichts anderes mehr hören. Mich nervt aber auch das Thema "Feinstaub", und mich hat vor Jahren das Thema "Waldsterben" genervt. Dass solche Themen aufgebauscht werden, hat aber nichts mit Verschwörungen zu tun, sondern mit der Eigendynamik der Medien. Der Mensch hat die Zeitung, die Zeitschrift, das Radio und das Fernsehen geschaffen, um informiert zu sein, wenn etwas Wichtiges passiert. Die müssen aber auch etwas berichten, wenn NICHTS Wichtiges passiert, und deshalb wirkt heute auch das Zweit-, das Dritt- und das Unwichtigste wie das Wichtigste.

Grippe-Epidemien gab es schon immer. Und man wusste damals auch bei der Hongkong- oder der spanischen Grippe nicht, ob es zu einer Pandemie kommt. Dennoch sind die Krisenstäbe der Nationen verpflichtet, auch Massnahmen für das Unwahrscheinliche zu treffen. Man stelle sich vor, die Medien würden das Thema völlig totschrweigen, und jeder Politiker würde das Ganze als lächerlich abwimmeln. Wetten, dass Dr. Stefan Lanka dann behaupten würde, die "jüdischen Schulmediziner" würden heimlich ein Virus züchten, um uns zu vernichten?

Was viele nicht wissen... Heiler brauchen seit 2.3.2004
auch in Deutschland keine Heilpraktiker-Prüfung!

He Leute, Ihr füllt mir die Mailbox mit Hamer, Lanka und Hellinger,
aber die wirklich wichtigen Dinge bleiben mir unbekannt?

Nur durch einen glücklichen Zufall bin ich auf diesen Eintrag
gestossen:
<http://www.dgh-ev.de/fileadmin/tld.domain/downloads/BverfG-Urteil.pdf>

Hier ist das Urteil des Bundesverfassungsgerichts vom 2.3.2004
erklärt. Und Ihr könnt nachlesen, unter welchen Umständen geistiges
Heilen in Deutschland auch ohne Heilpraktiker-Lizenz zugelassen ist.

Übrigens ist in Deutschland auch das Heilen mittels Radionik ohne
Heilpraktiker-Lizenz erlaubt (siehe Podcast Nr. 10), solange man keine
Diagnosen stellt. Auch das Ausweichen auf das harmloser klingende Wort
"Analyse", das viele Radioniker verwenden, bringt hier nichts.

Ich empfehle also den Quantec-Radionikern, die gerne mit ihren "Healing Sheets" um sich werfen, diese fortan in den Papierkorb zu werfen, wenn sie nicht Heilpraktiker oder Arzt sind. Andernfalls sollte man immer eine Zahnbürste bei sich tragen für den Fall... Ihr wisst schon ;-)

Wer schummelt, fliegt bei Google raus!
Und diese Regel macht nicht einmal vor BMW halt...

Power-Leser Martin Schneider schickt mir diesen Artikel:

Erstes prominentes Opfer ist der Online-Auftritt von BMW.de. Dieser wurde aus dem Index der grössten Suchmaschine entfernt. Google will ab diesem Jahr auch ausserhalb der USA vermehrt gegen Suchmaschinen-Missbrauch vorgehen. Dies schreibt Chefentwickler Matt Cutts in seinem Weblog. Laut Cutts hat BMW auf seinen Seiten Text versteckt, um bessere Suchresultate zu erzielen. Google schreibt in seinen neuen Richtlinien jedoch ausdrücklich, dass verborgener Text und verborgene Links vermieden werden sollen. BMW muss jetzt mit grosser Wahrscheinlichkeit einen Antrag auf Wiederaufnahme in den Index stellen. Der deutsche Automobilhersteller ist nicht das einzige prominente Unternehmen, das die neue Regelung zu spüren bekommt. Auch die deutsche Domain des Kopier- und Kameratechnologen Ricoh wurde wegen einer ähnlichen Verletzung der Richtlinien aus dem Index entfernt.

<http://www.computerworld.ch/index.cfm?pid=170&pk=33419&op=ns1>

Ich sage nur: Bravo, Google. Und vielleicht schmeisst Ihr auch mal den Dr. Rabailkal raus, der beim Stichwort "hypnose" auf Platz 1 kommt, nur weil er ein dämliches (und in meinen Augen sogar schädliches) Hypnose-Experiment anbietet, das von Millionen gelangweilter Kids angeklickt wird. Warum das Experiment schädlich ist? Rabailkal tut so, als ginge es um Entspannung. Er lullt Euch mit einer Hypnose-Induktion ein, und wenn Ihr so richtig schön entspannt seid, erschreckt er Euch akustisch und optisch dermassen, dass ich sicher bin, dass einige Surfer einen bleibenden Schaden davontragen. Man sollte solche "Experimente" meiner Meinung nach nicht verharmlosen. Schliesslich vertraut der Surfer dem Rabailkal, dass es um Entspannung geht, und dieses Vertrauen wird zu Gunsten eines blöden Witzes missbraucht.

Hypnose anwenden, um Schuldige zu finden?
Von den Grenzen forensischer Hypnose...

Ein Artikel auf <http://www.nachrichten.at/home/414722> behandelt die alte Streitfrage, ob es so etwas gibt wie das "False Memory Syndrome", also das Syndrom der Falschen Erinnerung.

In Amerika wurden in den letzten Jahren einige Fälle bekannt, wo aufgrund der sehr suggestiven Befragung eines Hypnotherapeuten eine Klientin zu Aussagen betreffend Missbrauchs kam, die sich später als unwahr herausstellten. Anständige Familienväter wurden so unnötig diffamiert und ganze Familien zerstört.

Das bedeutet nun aber nicht, dass jede Aussage zum Thema Missbrauch von Anfang an falsch ist, nur weil sie sehr stark verdrängt war. Der Bewältigungsmechanismus der Dissoziation (siehe auch <http://digbig.com/4gmcp>) macht es ja gerade besonders schwierig, eigene Erinnerungen von fremden oder erfundenen zu unterscheiden.

Zu obigem Artikel schreibt ein anonymes Leser, der sich "standardleser" nennt:

Problematisch. Wer kann einen Patienten direkter beeinflussen als der Hypnotiseur? Es ist ja auch die Art der Fragestellung, der Interpretation der Ergebnisse, etc. . Dabei wird zuviel Spuk Tür und Tor geöffnet. Ohne diesen Fall zu werten. Wir erleben tagtäglich wie Menschen die eigenen Unzulänglichkeiten auf die Vergangenheit projizieren. Es muss immer irgendwer schuld haben, das war so und wird immer so sein. Dabei hat schon Watzlawick in seinem Buch "Münchhausens zopf" sehr gut beschrieben, das man sich am besten nur selber helfen kann.

Ja, lieber Standard-Leser, das betrifft auch die Rechtschreibung, gell?
Da kann ich Dir auch nicht helfen ;-)
Ich musste natürlich meinen Senf dazu geben:

Zum Beitrag von "standardleser": Es wäre schön, wenn solche Postings nicht anonym erfolgten, damit man prüfen kann, ob der Schreiber auch etwas davon versteht oder sich nur wichtig machen will. Es ist richtig, dass man bei Hypnose nie ganz ausschliessen kann, dass konfabuliert wird (Konfabulation = Das Auffüllen von Erinnerungslücken durch Phantasiegeschichten). Das Gedächtnis spielt uns ja oftmals schon Streiche, wenn es um Ereignisse geht, die nur ein paar Jahre zurückliegen. Wie schwierig wird es erst, wenn es um weit zurückliegende Geschehnisse handelt.

Am meisten nachdenklich stimmt mich jedoch die Tatsache, dass besagter Hypnotherapeut sich überhaupt auf diese forensische Streitfrage eingelassen hat. Wenn die Patientin nach der Therapie noch den Wunsch hatte, einen Schuldigen zu suchen, hat er grundsätzlich etwas falsch gemacht.

Hans-Peter Zimmermann (<http://www.hpz.com>)

Das wär's für heute. Wenn Ihr etwas Lustiges wollt, dann geht doch mal auf <http://www.bodowartke.de> und klickt dort auf "Liebesliedgenerator". Da könnt Ihr ein Liebeslied in allen möglichen Sprachen zusammenstellen. Meine Lieblingsversion ist immer noch die holländische:

Ik wil het in alle talen met je delen
Op alle instrumenten voor je spelen
Nu weet ik egt,
ik houd van jou.

Lustig auch Bodo Wartkes Kommentar: "Ja, ich dich auch. Aber sag' das nie wieder zu mir!"

Der Tipp stammt von Power-Leser Tobias Schulze, den ich im letzten Letter irrtümlich als Tobias Schulz bezeichnet habe: Nochmals sorry, lieber Thomas! ;-)

Herzlich,
Euer Hans-Peter Zimmermann :-)

Power-Letter Nr. 110 (11.3.2006) Zug/Schweiz

Hallo, liebe Freunde,

Es gibt schon wieder Probleme auf sehr hohem Niveau:
Mein Web Host rief mich kürzlich an, um mir mitzuteilen, dass der Traffic auf meinen fünf Web Sites monatlich 300 Gigabyte betrage.

Für Nicht-Internet-Kundige: Traffic heisst Verkehr. Wenn jemand einen Podcast von 20 Megabyte runterlädt, generiert er einen Traffic von 20 Megabyte. Wenn 1000 Personen dasselbe tun, sind es eben 20 Gigabyte.

Mein Web Host sagt, so viel generiere nicht einmal der Mister Schweiz, der auf seiner Web Site Video Streams anbiete.

Was tun? So viel Traffic kostet Geld. Soll man die Podcasts kostenpflichtig machen, wie es etwa Harald Schmidt tut? Der verlangt für 9 Minuten 99 Cents. Das kommt für mich nicht in Frage. Denn solange sie gratis sind, habe ich meine geliebte Narrenfreiheit.

Mein Provider <http://www.decweb.ch>, den ich übrigens wärmstens empfehlen kann, will jetzt mal sehen, "ob in Amerika irgendwo ein Server rumsteht, auf den wir die Podcasts auslagern können". Und wenn Ihr die Möglichkeit habt, auf Eurem Server einen oder zwei Podcasts zu hosten, teilt es mir bitte mit. So schaffen wir es, quasi als OpenSource-Projekt den HPZ-Power-Podcast nicht nur am Leben, sondern auch gratis zu erhalten.

Falls Ihr fragt, was Euch das bringt? Neben dem Fensterplatz im Himmel möglicherweise einen besseren PageRank, da Ihr ja in meinem RSS-Feed einen Link bekommt.

Aber bitte, bitte, bitte! Nur seriöse Anbieter, die auch abgeklärt haben, ob ein Traffic von 50 Gigabyte monatlich toleriert wird. Ich möchte keine AOL-Freaks abwimmeln müssen, die mir ihre 2-Kilobyte-Homepage zur Verfügung stellen wollen ;-)

(Juli 2007: Das Problem ist natürlich längst gelöst!
Peter Schwab <http://www.anthope.net> stellt mir seinen Server zur Verfügung und will partout kein Geld dafür haben. Er sagt, das sei eben sein Beitrag zu einer besseren Welt. Danke, Peter!)

Power-Podcast Nr. 13 mit Marcel Reich-Ranicki...
und neu: Podcasts am Telefon hören!

In Podcast Nr. 11 und 12 habe ich den Rest meines Gesprächs mit dem promovierten Theologen und Philosophen Stephan Wehowsky zum Thema "Führung durch das Leben" aufbereitet.

Ja, es ist richtig, dass man diese Gespräche schon seit längerem von meiner Homepage runterladen konnte. Warum also nochmals als Podcast? Ganz einfach: Weil viele sie noch nicht kannten. Und der Podcast

erschliesst ja auch neue Märkte; denen möchte ich auch sagen, was ich denke.

Mir persönlich sind diese Gespräche sehr wichtig. Wer nur meine Kick-Produktionen kennt, die man übrigens in allen Online-Portalen inklusive Apple Music Store und <http://www.audible.de> runterladen kann, der weiss zwar einiges von mir. Aber er darf auch nicht vergessen, dass diese Produktionen 9 bis 13 Jahre auf dem Buckel haben. Neunzig Prozent der Dinge sind in meinen Augen immer noch richtig, aber in der Zwischenzeit bin ich 49 jählig und habe die Midlife Crisis fast hinter mir. Und eigentlich möchte ich auch in meinen Seminaren am liebsten 40- bis 60-Jährige haben, die schon ein wenig von der Welt gesehen haben und wissen möchten, was das Leben die nächsten 50 Jahre zu bieten hat. Unter uns gesagt: Seit ich das so klar kommuniziere, suchen mich lauter frühreife Dreissigjährige auf ;-)

Im Power-Podcast Nr. 12 habe ich nochmals klar meine Meinung zum Thema Täter-Opfer-Resonanz kundgetan. Das scheint mir wichtig zu sein, denn ich möchte nicht mit Leuten wie Hellinger in einen Topf geworfen werden. Übrigens habe ich auf den letzten Power-Letter kein einziges Mail von einem Hellinger-Fan erhalten. Die sind wahrscheinlich alle noch am Aufstellen des Problems ;-)

Ja, bei so viel Podcast-Erfolg konnte es ja nicht ausbleiben, dass auch Marcel Reich-Ranicki mich entdeckt. Das heisst, eigentlich habe ich ihn entdeckt, und zwar beim Feierabend-Bier. Aber das hört Ihr Euch am besten selbst an: Podcast Nr. 13 hören!

Hier ist das Verzeichnis:

<http://www.hpz.com/Podcasts/podcast-verzeichnis.html>

Gunnar Thörmer, der mit dem Wort Power-Leser ein Problem hat (da hat er mit Marcel Reich-Ranicki etwas gemeinsam) hat meinen Podcast bei phonecaster.de angemeldet, weil er der Meinung ist, der Internet-Gemeinde damit einen Gefallen zu tun. Das heisst, Ihr könnt Euch über die Nummer in Deutschland 0931 66399 0416 all meine Podcasts anhören. Wie man mit Hilfe der Telefon-Tastatur vor- und zurückspult sowie zur nächsten Episode wechselt, erfahrt Ihr hier:

<http://phonecaster.de>

Die Nummer funktioniert auch ausserhalb Deutschlands. Dort lautet sie 0049 931 66399 0416. Die Telefongebühren halten sich übrigens in angenehmen Grenzen. Wer also technisch überfordert ist mit dem Abonnieren eines Podcasts, kann jetzt auch einfach zum Hörer greifen.

Danke, Gunnar. Das nächste Mal aber bitte vorher fragen, ob ich einverstanden bin. Sonst nenne ich Dich ab sofort wieder Power-Leser ;-)

Bitte helft die Power-Podcasts noch verbessern...
...und macht mit bei HPZs Podcast-Umfrage!

Darf ich kurz zwei Minuten Eurer kostbaren Zeit in Anspruch nehmen? Auf <http://www.hpz.com/podcast-umfragen.html> findet Ihr drei Kurz-Umfragen zum Thema Podcast. Ihr könnt abstimmen und kriegt dann gleich das Ergebnis zu sehen.

Wer übrigens so schmucke Umfragen auf seine eigene Homepage zaubern möchte, erfährt im übernächsten Artikel, wie das geht...

Moratorium der Verschwörungstheorien zum Zweiten!
Tolles Video von Prof. Lesch zur Mondlandungs-Verschwörung...

Dominik Kroll ist Pianist in Hamburg. Und er hat einen Bekannten, der ist der Meinung, ich sei auch so ein Logenbruder. Mein Firmenlogo enthalte klar den Zirkel der Freimaurer. Ich habe es Dominik erklärt:

Erstens... Freimaurertum ist Kindergarten auf finanziell höherem Niveau. Habt Ihr mal im Fernsehen gesehen, was die für Initiations-Rituale haben? Mein Gott, das ist wirklich nur für mittleres Banken-Kader zu ertragen! Heissen die Initiations-Rituale, weil sie die Festplatte initialisieren?

Zweitens... ich bin mir der Wirkung von Symbolen wohl bewusst (im Gegensatz zu unserer symbolisch zweigeteilten Airline Swiss), und wollte deshalb die drei mathematischen Grundformen Kreis, Dreieck und Rechteck in meinem Logo vereinen. Also nix Zirkel, sondern Dreieck. Aber Dominiks Freund sagt: "Das ist typisch, das sagen sie alle. Die streiten alle ab, dass sie in einer Loge sind." Falsch! Die Logenjungs, die ich bis jetzt getroffen habe, haben innerhalb der ersten fünf Minuten davon erzählt, weil eben initialisiert ;-)

Fehlt noch, dass Dominiks Spezi behauptet, die Mediziner seien von Logen unterwandert. Ja, ist doch klar, es gibt die Kardio-Logen, die Neuro-Logen, die Nephro-Logen...

Es gibt ja auch die Theorie, dass die Amerikaner gar nicht auf dem Mond gelandet seien. Da sind die grössten Physik-Dummies plötzlich absolute Experten. Das Problematische ist, dass selbst Leute, von denen man glauben könnte, sie verstünden etwas von Physik, solche Theorien verbreiten. Das ist übrigens mit ein Grund dafür, dass ich mich vor zwei Jahren von der Medizinischen Woche in Baden-Baden verabschiedet habe. Wenn ein Zahnarzt mit gekauftem Professorentitel das Audimax missbraucht, um sich zum Verschwörungstheoretiker aufzuplustern, dann

habe ich dort nichts mehr verloren.

In meinem Power-Blog <http://www.hypnoseausbildung.blogspot.com> empfiehlt Helmut Enzersberger ein Video von Prof. Harald Lesch. Lesch nimmt in dynamischer und kompetenter Weise die "Verschwörungs-Theorie Mondlandung" auseinander und macht sich auch Gedanken darüber, was wohl für die Verschwörungs-Freaks der Beweggrund sein könnte, die Suggestion zu verbreiten: "Du kannst keinem trauen, die Welt ist schlecht, dein Leben steuern andere."

Hier ist das Video:

<http://www.br-online.de/alpha/centauri/archiv.shtml>

Den 29.9.2002 suchen und klicken. Hochinteressant!

Wobei, für Verschwörungstheoretiker gehört Lesch sicher auch zu einer Loge, oder? Und das ganze Studio, und Bayern-3 und überhaupt...

Podcasten, Plagiatsuche und E-Mail-Marketing...
supernützliche Tipps für Menschen mit eigener Homepage!

1
--

Wer bei der Umfrage in Artikel 2 mitgemacht hat und sich fragt, wie man so etwas auf die eigene Homepage zaubert, geht am besten auf

<http://www.webmart.de>

Die haben ein paar wirklich gute Tools für Webmaster. Bei den meisten Tools gibt es eine abgespeckte Version gratis, und eine Profi-Version für ein paar Euro. Ich habe bei mir für 7 Euro jährlich eine Revote-Sperre eingebaut, d.h. wer einmal abgestimmt hat, dessen Stimme zählt für die nächsten 60 Minuten nicht mehr.

Bevor mir jetzt die Benutzer des CMS-Systems Typo3 unter die Nase reiben, dass das Umfrage-Feature bei ihnen schon eingebaut ist: Ich weiss es, und ich gönne es Euch von Herzen!

2
--

Im Power-Letter Nr. 80 habe ich Euch das Programm MaxProg vorgestellt, mit dem ich seit einiger Zeit meinen Power-Letter verschicke. Damals gab es das Programm nur für Mac, und die Windows-User mussten auf den Supermailer (<http://www.supermailer.de>) ausweichen.

Jetzt gibt es MaxProg auch für Windows:

http://www.maxprog.com/maxbulk_de.html

Und hier könnt Ihr in kurzen, prägnanten HPZ-Worten nachlesen, warum ich heute bei jedem Letter-Versand mindestens vier Stunden Zeit spare:

<http://www.hpz.com/letter80.html> (Punkt 2)

3

--

Power-Leser Klaus Joachim Maria Schmid (wow, was für ein Name, da würde ich auch in Kauf nehmen, Schmid zu heissen) empfiehlt für Podcast-Interessierte ein Gesamt-Package, das sowohl die Hardware wie auch die Software und das Know-How abdecken soll:

http://www.m-audio.com/products/en_us/PodcastFactory-main.html

Ich habe keine Ahnung, wie gut das Ding qualitativ ist. Wer einen Podcast damit produziert hat, soll mir bitte den Link mitteilen, damit ich ihn veröffentlichen kann.

4

--

Ha! Jetzt entkommt Ihr mir nicht mehr, Ihr Profi-Plagiateure!

Power-Leser Bruno Bachmann schickt mir den Link zu

<http://www.copyscape.com>, mit dem man herausfinden kann, ob

jemand Webseiten unrechtmässig kopiert.

Ich tippte sofort <http://www.hpz.com> in die Maschine, und wer kam da raus? <http://www.hypnose-ausbildung.ch>

Denen schrieb ich einen bitterbösen Brief. Bevor ich merkte, dass es sich um mein eigenes "Institut für Klinische Hypnose" handelte...

What the bleep should be new in this movie?

Die Film-Enttäuschung des Jahres zum Thema Quantenphysik...

Mindestens ein Dutzend Mal wurde mir in den letzten vier Monaten der Film "What the bleep do we know?" ans Herz gelegt. Jetzt ist er auf DVD erhältlich, allerdings nur als UK-Import auf Englisch.

Nany und ich haben ihn uns angeschaut und waren etwas erstaunt:

- Für Menschen, die etwas von Quantenphysik verstehen, ist nichts Neues dabei. Und das Alte wird auf eher langweilige Art aufgekocht. Der Film besteht aus einer Aneinanderreihung von Statements, unterbrochen von einer saufdünnen Rahmenhandlung. Die Statements liefern Menschen verschiedener Glaubwürdigkeitsgrade, vom angesehenen Physiker über den Möchtegern-Deepak-Chopra bis zu selbsternannten Erleuchtungs-Gurus und -Guruinnen.
- Für Menschen, die NICHTS oder nur wenig über Quantenphysik wissen, ist der Film zu wenig anschaulich und zu langweilig. Warum hat man denn nicht die Chance gepackt, um der Bevölkerung mit ausgeklügelten Grafiken zu zeigen, wie unglaublich die Welt im subatomaren Bereich aussieht, und was das für Konsequenzen auf unser Denken haben sollte?

Ach ja, noch langweiliger ist nur noch die Zusatz-DVD mit dem "Making of". Ein "Making of" zu produzieren über einen Film, der zu 90 Prozent aus Mann-oder-Frau-hält-Kopf-in-die-Röhre besteht? What the bleep were you thinking!

Da lobe ich mir die sensationelle Web Site der Uni Bonn, die uns wirklich auf einfachste Weise die Welle-Teilchen-Dualität erklärt:
<http://www.iap.uni-bonn.de/P2K/schroedinger/index.html>

Der Titel "What the bleep do we know?" erklärt sich übrigens so: Es müsste vermutlich heißen "What the hell do we know?" oder noch wahrscheinlicher "What the fuck do we know?" Und weil die Amis mit einem Piep (englisch bleep) alles wegzensurieren, was Kindern schaden könnte (Ausnahme: Berichterstattung Irak-Krieg), heißt es "What the bleep do we know?" Capito?

Wenn ich der Produzent dieses Streifens wäre, würde ich den Film nennen "What the bleep did we give you all that money for?"

HPZ beschreitet auch in der Didaktik neue Wege:
Das neue Online-Studium Psycho-Pathologie!

Mein Seminar "Hypno-2" ist ja eigentlich eine kleine didaktische Sensation: In fünfeinhalb Tagen das Pensum von zwei Semestern Psycho-Pathologie! Doch, das geht, dank der Superlearning-Methode. Und bis jetzt haben alle Teilnehmer die Prüfung bestanden. Wie bitte? Die Prüfung sei wohl zu einfach? Das kann nicht sein, denn die Ärzte, die dabei waren, schnitten meistens am schlechtesten ab.

Das Seminar hat nur zwei Nachteile:

1. Die Langzeit-Behaltensquote ist eher gering, wenn sich die Teilnehmer nicht selbst immer wieder um regelmässige Aktivierungsphasen kümmern.
2. Zahlreiche Interessenten meldeten sich nicht an, weil sie sich dieses enorme Pensum in dieser kurzen Zeit einfach nicht zutrauten.

Beidem kann jetzt abgeholfen werden: Am 1. Mai 2006 startet der erste Studiengang des einjährigen Online-Studiums "Psycho-Pathologie". Hier ist das vierseitige Detail-Programm inklusive Preisangabe:

<http://www.hpz.com/onlinestudium/psychopathologie.pdf>

Bestandteil des Seminars sind auch zwei Mal zwei Superlearning-Aktivierungstage im Institut für Klinische Hypnose in Zug.

Da wir bis zu 20 Personen pro Studiengang zulassen, ist das Seminar offen für alle, die mein Grundlagen-Seminar (<http://www.hpz.com/erfolgsseminar.html>) absolviert haben.

Hier ist die Grafik der neuen Seminar-Abfolge:

<http://www.hpz.com/seminarfolge.html>

Ein Wort an die Seminarleiter unter Euch: Ich bin sicher, dass Online-Lernen eine ganz grosse Zukunft hat. Natürlich sollte man nicht alle Seminare auf ein Online-Format umwandeln. Aber es lohnt sich zu prüfen, inwieweit das eigene Seminar-Angebot an die globalisierte Welt angepasst werden sollte.

In 90 Tagen mit dem Motorrad um die Welt!
Noch ein Autor, der sich von HPZs Autoren-Tipps inspirieren liess...

- Franz Stelzl aus Österreich fuhr mit seinem Motorrad mutterseelenallein in 90 Tagen um die Welt.
- Franz Stelzl schrieb darüber ein Buch:
Stelzl, Franz: Mitten in der Nacht beginnt der neue Tag : allein in 90 Tagen um die Welt, mit dem Motorrad ; eine Reise ohne Wendepunkt / Franz Stelzl. - Lauterach : F. Stelzl, 2005. - 167 S. : zahlr. Ill., Kt. ; 23 cm Adresse d. Verl.: A-6923 Lauterach, Kellhofstraße 3. - ISBN 3-200-00467-3 kart. :

EUR 19,90

- Franz Stelzl legte mir das Buch in meinen Milchkasten. Kam offenbar unangemeldet vorbei in der Hoffnung, ich sei da. Das ist das einzige, was ich nicht besonders schätze und nur dann zur Nachahmung empfehle, wenn jemand meine dunkle Seite kennenlernen will ;-)
- Franz Stelzls Buch liegt bei Nany auf dem Nachttisch, und sie findet es superspannend. Ich durfte nur ab und zu kurz reinschauen, freue mich aber auch schon auf die Lektüre.
- Franz Stelzl schreibt
„Ihre Autoren-Tipps (<http://www.hpz.com/autorenform/autbest.html>) waren in meiner Buchentstehungsphase die Besten und haben mir sehr zur Vorstellungskraft eines eigenen Buches verholfen. Tausend Dank nochmals an dieser Stelle.“
- Franz Stelzl meldet sich zu einem Seminar im Juni an und neutralisiert damit sein Milchkasten-Überfall-Karma.

Ende der Geschichte.

(Juli 2007: Franz Stelzl is starring in Power-Podcast No. 36:
<http://www.hpz.com/Podcasts/podcast-verzeichnis.html>)

Zwei Buchtipps zu den Themen Hypnose und Psychologie!
Einer für Leseratten, einer für Lesefaule...

1
--

Das erste Buch ist ein Büchlein von knapp 160 Seiten. Es heisst "Hypnose lernen" und wurde von Dirk Revenstorf und Reinhold Zeyer verfasst. Meine Vermutung ist zwar, dass vor allem Reinhold Zeyer das Buch geschrieben und Dirk Revenstorf zwecks "name dropping" dazu genommen hat. Prof. Dirk Revenstorf von der Uni Tübingen ist der in meinen Augen sympathischste der deutschen Hypnose-Koryphäen. Und deshalb verzeihe ich ihm auch die vielen Tipp- und Flüchtigkeitsfehler. Die hätte aber auch der Verlag ausmerzen können, finde ich. He, Leute vom Carl-Auer-Verlag, nicht nur Hellinger-Videos veröffentlichen, auch mal ein paar Euro für einen anständigen Korrektor aufwerfen, ja?

Das Büchlein gibt Hypnose-Laien einen guten Überblick zum Thema Selbsthypnose. Ich bin allerdings der Meinung, dass man Hypnose nur

sehr schwer mit Hilfe von Büchern lernen kann. Wer das geschafft hat, soll es mir bitte mitteilen.

2
--

Ebenfalls auf meinem Nachttisch: "Der Zimbardo".

Hält, stimmt nicht ganz: Das Buch "Psychologie" von Philip G. Zimbardo und Richard J. Gerrig (unter Psychologen kurz "Der Zimbardo" genannt) ist mit seinen 900 Seiten zu schwer für meinen Nachttisch.

"Schwer" gilt hier aber wirklich nur für das Gewicht. Denn der Zimbardo ist die in meinen Augen verständlichste und am spannendsten geschriebene Übersicht über dieses riesige Forschungsgebiet.

Für HPZ-Therapeuten ein Muss (aber bitte nicht nur ins Regal stellen!), für alle anderen genau so ein Genuss.

Die direkten Amazon-Links zu diesen Büchern sind zu lang für diesen Power-Letter. Ihr findet sie in meinem Power-Blog:
<http://hypnoseausbildung.blogspot.com>

Für Schweizer, die viel unterwegs sind...
Die Festnetz-Combox von Swisscom bringt's!

Dass ich das nicht schon früher entdeckt habe! Ich habe mir kürzlich für fünf Franken monatlich eine Festnetz-Combox eingerichtet. Wenn Ihr mich im Büro anruft (041 710 00 50) und ich nach fünf Klingeltönen nicht abhebe, kommt die Combox. Das ist noch nichts Neues, das hatten wir schon mit dem Telefonbeantworter.

Aber neu ist für mich, dass ich

1. eine SMS auf mein Handy erhalte, dass jemand im Büro angerufen hat. Per Tastendruck kann ich dann direkt die Combox abhören.
Das lästige Fern-Abfragen des Beantworters mit dem Risiko, dass doch keiner angerufen hat, entfällt also.
2. eine E-Mail erhalte mit der Audio-Datei Eurer Nachricht.
Wenn ich meine Faxnummer auf die Combox leite, ist das Fax sogar als PDF angehängt.

Hier findet Ihr alles zum Thema Fixnet-Combox:

<http://www.swisscom-fixnet.ch/fx/privatkunden/telefonie/dienste/Combox/Combox+Pro/index.htm>

Bei der Gelegenheit habe ich auch noch herausgefunden, dass man mit den Tasten *99# (Stern, 99, Raute) anonyme Anrufer fernhalten kann. Die nervigen Telefon-Marketer, die ihre Rufnummer unterdrücken, bekommen dann zu hören "Dieser Swisscom-Kunde wünscht keine Anrufe mit unterdrückter Nummer". Ist doch genial, oder?

Liebe Deutsche, nicht meckern. Erstens habt Ihr vermutlich in Deutschland etwas Vergleichbares, und zweitens, wenn das bei Euch so weitergeht, zieht Ihr sowieso bald alle in die Schweiz, oder? Jetzt wisst Ihr schon, wie Ihr dafür sorgt, dass Euch das deutsche Finanzamt jederzeit erreichen kann ;-)

Das wär's für heute. Etwas Humor gefällig?
Power-Leser Mario Spichiger schreibt:

Herzlichen Dank für die tollen Zeilen!

Zu Deiner Beruhigung:

!!! Die Vogelgrippe kommt nicht in die Schweiz !!!

1. Grund: Die Schweiz ist nicht in der EU
2. Grund: Die Schweiz hat sich immer "neutral" verhalten...
3. Grund: Die Feinstaubbelastung ist zu hoch :-)

Aber was mir Thomas Grüner (<http://www.kaddi-lack.de>) schickt, schießt echt den Vogel mitsamt Grippe ab: Da steht doch tatsächlich an einer Eisenbahnbrücke in Deutschland "HPZ for President". Und an das letzte Stück der Berliner Mauer hat jemand gesprayed "Ich habe viel gelernt von Hans-Peter Zimmermann hpz.com"

Ihr glaubt es nicht? Überzeugt Euch selbst. Hier sind die Bilder:

<http://www.hpz.com/HPZ>

Jetzt geht's nach Saanenmöser für den nächsten Seminarblock. Die nächsten 14 Tage bin ich ganz für meine Teilnehmer da. Seminar-Anmeldungen werden jeden Tag erledigt. Kompliziertere Fragen werden ab 1. April beantwortet oder mit einer blöden Gegenfrage quittiert ;-)

Bis bald!

Herzlich,
Euer Hans-Peter Zimmermann :-)

%%%

Das war das Beste aus Power-Letter 101 bis 110.

Hier geht's [zum Letter-Archiv](#). Die Original-Letter enthalten jedoch (im Gegensatz zu diesem aktualisierten „Best-of“) etliche veraltete Links.

Hier könnt Ihr den Power-Letter gratis abonnieren:

<http://www.hpz.ch/formulare/powerletterform/abonnieren.html>

Zug/Schweiz, 12.7.2007

%%%