



## Brustvergrößerung durch Selbsthypnose

Da mittels Hypnose der Hormonhaushalt beeinflusst werden kann, ist es erwiesenermaßen möglich, mit Hypnose die Brüste wachsen zu lassen.

Die weibliche Brust ist bis zu den Wechseljahren immer aktiv. Sie wird mit Hormonen versorgt und das Drüsengewebe wird immer in "Bereitschaft" gehalten.

Der Wachstum kann trotzdem ausbleiben. Die Gründe hierfür sind vielfältig, einige haben wir als Beispiel nachstehend aufgeführt. Sehr häufig liegt der Grund tiefer, in der Kindheit und Pubertät. Auch die Erziehung kann beteiligt sein, ebenso der Wunsch, nicht "erwachsen" werden zu wollen.

### **Mögliche Ursachen für eine nicht ausreichend entwickelte weibliche Brust**

- Eine häufige Ursache ist ein zu geringes Körpergewicht. Der Körper jedoch braucht auch Fette. Wenn zu wenig davon da ist, nimmt er sie von den Brüsten weg.
- Auch zu starke sportliche Betätigung kann die Brüste "wegtrainieren".
- Möglicherweise besteht auch die Angst, zu attraktiv zu sein.
- Eine weitere Möglichkeit könnte gegeben sein, wenn man unter lauter Brüdern aufgewachsen ist.
- Auch könnte es sein, dass man als Kind spürte, dass ein Elternteil lieber einen Jungen gehabt hätte
- Auch "Hänseleien" in der Schule können den Brustwachstum stoppen.

Genau solches kann und muss man in der Hypnose finden. Wenn man diese Probleme dann findet und ausräumt, kann man den Wunsch verstärken, ein Bild aufzubauen, nach dem der Körper sich formen soll.

Auf mehrfache Anfrage in verschiedenen Foren haben wir diese Anleitung erstellt, mit der man versuchen kann, sofern keine größere psychische Ursache für eine nicht ausreichend entwickelte Brust ausschlaggebend ist, die Brustvergrößerung mittels Selbsthypnose selbst durchzuführen; was, wenn keine Blockade oder andere Gründe dagegen stehen, mit etwas Geduld in einigen Fällen durchaus gut funktionieren kann.

Einen Versuch ist es allemal wert. ;-)

**Unter Angabe unserer Internetseite [www.hypnoseland.at](http://www.hypnoseland.at) darf die Anleitung 1 für die Selbsthypnose und die Anleitung zur Brustvergrößerung mit Selbsthypnose (nur vollständig, nicht Teile daraus) weitergegeben und veröffentlicht werden. Die Anleitungen dürfen nicht gewerblich vertrieben, sondern ausdrücklich nur kostenlos zur Verfügung gestellt werden.**

Verschiedene Anleitungen für die Selbsthypnose sind auf unseren Selbsthypnose-Seiten zu finden:  
<http://www.selbsthypnose.at/selbsthypnose-anleitung.htm>.

Für Anfänger empfiehlt sich besonders die <http://www.selbsthypnose.at/selbsthypnose-anleitung1.htm> von Elmar.

Es handelt sich nachstehend **nicht** um Suggestionen, die für eine Hypnose oder für einen Tonträger geeignet sind, hierfür ist der nachstehende Text ungeeignet.

Die Vorstellung muss unbedingt ins Gefühl hinein. Nicht die Worte sind wichtig, sondern die dabei erzeugten Gefühle. Es ist wichtig, sich vorzustellen, wie es in der Zukunft ist, wenn das Ziel erreicht ist. Das Erfühlen der Brüste ist ebenso wichtig wie das Erfühlen der Weiblichkeit. Es ist auch wichtig zu fühlen, was im Körper vor sich geht.



---

Stelle Dir alle Situationen, die nachstehend beschrieben sind, deutlich vor – nicht unbedingt bildlich, aber im Gefühl.

Wenn Du Dich nun in die Selbsthypnose eingeleitet hast und nun so angenehm entspannt bist, da bist, wo Du hin möchtest, also in Dir, so kannst Du damit beginnen, Suggestionen aufzubauen. Wichtig ist, dass Du alles das ins Gefühl hinein bringst - denn das Gefühl macht die wahren Suggestionen.

Stelle Dir vor, Du bist an einem schönen, großen Baum. Du fühlst Dich wohl und völlig frei. Du spürst, hier an dem Baum ist irgend etwas anders - etwas Besonderes. Du spürst, wie Zeit um Raum ineinander zerfließen. Wie verschleiert wirkt der Baum. Er scheint vollkommen zeitlos zu sein. Stelle Dir vor, er nimmt Dich mit in eine andere Zeit - ein Stück voraus. Hier unter diesem Baum erkennst Du eine Wiese. Angenehm und warm ist es hier.

Ein Spiegel steht vor Dir. Du nährst Dich dem Spiegel und siehst hinein. Sieh Dich an in diesem Spiegel. Erfühle das, was der Spiegel zeigt. Betrachte Dich von oben bis unten, drehe Dich im Kreis, um Dich von allen Seiten zu betrachten.

Erfühle Deine Brüste – sie sehen nicht nur voller aus, sie fühlen sich auch so an. Sie sind schön und angenehm in der Hand. Straff und fest sind Deine Brüste geworden, deutlich mehr, als es vor einiger Zeit noch war. Am ganzen Körper siehst Du nun an Dir hinunter und spürst, wie gut Deine Formen passen. Deine Figur ist nun gut angepasst an Deinen Körper – die weiblichen Rundungen betonen Deine Figur, hebe sie hervor.

Eine leichte Erinnerung kommt in Dir auf...

Es war ein angenehmer Weg bis hierher. Es begann damit, dass Du Dich regelmäßig entspannt und diese Entspannung auch genossen hast. Eine Vorstellung kam damals in Dir auf, die Vorstellung davon, wie es sein wird, wenn Deine Brüste vollständig entwickelt sind. Und so kannst Du Dich im Spiegel sehen und spüren – es ist gelungen. Du schautest in Dich – und spürtest, es wird sich nun einiges verändern. Das Bild, das sich in Dir aufgebaut hat, wird bald genau so sein. Und Du erinnerst Dich, das Bild von Dir wurde zum „Bauplan“. Du spürtest, alles wird sich danach formen, wie Du es gerne möchtest.

In Deinem Körper begann es zu arbeiten - Du fühltest in Dich und konntest es spüren, Du konntest Dein inneres „Labor“ erspüren. Viele kleine Behälter mit verschiedenen Substanzen werden in diesem Labor zusammengemixt. Alles Mögliche können diese dann bewirken.

Sie helfen mit dabei, Gewebe und Muskeln aufzubauen. Sie erzeugen auch Gefühle und Stimmungen, so wie Du sie benötigst.

Wenn Du schlafen sollst, machen sie Dich müde und begleiten Dich in den Schlaf. Sie helfen auch, Schmerzen zu lindern, wenn man sich irgendwo stößt. Hormone und körpereigene Opiate werden hier gemacht.

Weit geht die Erinnerung zurück. Zurück zu dem Gefühl, als es begann, dass sich Deine Drüsen der Brüste entwickelten.

Besonders hochwertige Substanzen und Hormone wurden damals gebraucht, bereit gestellt und an die Drüsen gebracht, damit sie sich entwickelten.

Doch dann war irgendwann Schluss! Nichts hatte sich mehr getan.

Die Drüsen waren entwickelt, doch der Aufbau rundherum war noch nicht oder nur zu wenig da. Es war Deinem Körper damals nicht wichtig, aber Dir – Dir ja.



So zeige Deinem Körper diese Mixturen, diese besonderen Hormone, die Deine Labore bereit gestellt haben.

Du willst und brauchst sie wieder – so lange, bis Deine Brüste so sind wie Du sie willst.

Und Du hast es gefühlt... kaum hattest Du den Auftrag erteilt, schon begannen Deine Labore, diese Mixturen zusammen zu brauen. Die Mischungen waren denen aus Deiner Pubertät sehr ähnlich. Und genau so werden sie wirken, sie entwickeln und bauen weiter an Deiner Brust, bis Du das Ziel erreicht hast – die volle Größe Deiner Brust.

Viele Helfer, winzig kleine Helfer haben sie hingebacht zu Deinen Drüsen. Auch andere Substanzen, wie feine Fette und Öle, wurden dazu gebracht. Immer mehr wurden die Drüsen umbaut und umhüllt, damit sie weich und fest umspannt sind. Gut gepolstert, von außen deutlich sichtbar, sind Deine Brüste weiter gewachsen. Mit jedem Zyklus sind sie seitdem etwa 2 bis 3 cm gewachsen – und das von Anfang an.

Fest umspannt und umhüllt und doch so samtig weich fühlte sich das an.

Immer wieder konntest Du ein leichtes Prickeln in Deiner Brust spüren. Du spürtest, hier entwickelt es sich so, wie es sein muss.

Mit Stolz hast Du es aufgenommen und es immer wieder genossen, zu spüren, was sich in Deinem Körper tut, So wurde Dein Ziel dann erreicht. Der Bauplan wurde erfüllt und genau nach Deinen Vorstellungen erstellt.

Das wird auch in den nächsten Jahren und Jahrzehnten so bleiben.

So genießt Du Deine Weiblichkeit von da an ganz besonders.

Der Blick zum Baum wird klarer und der Spiegel verblasst. Du spürst, wie Du Dich wieder im Hier und Jetzt befindest.

Und Du spürst auch, dass dies Dein Weg war, den Du sehen konntest. Das Ziel war direkt vor Deinen Augen.

Deutlich spürst Du, wie es in Deinem Körper arbeitet. Der Bauplan dazu ist vorhanden, er ist da.

Du fühlst in Dich und stellst Dir vor, wie viele Helfer das in Dir unterstützen. Du empfindest, wie in Dir ganz spezielle Mischungen für Dich zusammengestellt und wie sie genau an den richtigen Ort gebracht werden. Auch spezielle Öle und hochwertige Fette sowie feine Eiweißstoffe werden angebracht.

So spürst Du ein leichtes und angenehmes Prickeln. Du weißt genau, dass es ist so – Du hast es gesehen.

## **Haftungsausschluss**

Es handelt sich hier **nicht** um Suggestionen, die für eine Hypnose oder für einen Tonträger geeignet sind, hierfür ist der oben stehende Text ungeeignet.

Für den Inhalt der hier zur Verfügung gestellten Anleitungen übernehmen wir keine Verantwortung.

Die Verwendung der Anleitungen geschieht auf eigene Gefahr und Verantwortung.

Wir möchten ausdrücklich darauf hinweisen, dass wir keinerlei Haftung für die Anwendung, speziell für eigene Suggestionen übernehmen, die zu physischen oder psychischen Schäden führen, oder für andere Nachteile, die aus der Anwendung der Selbsthypnose entstanden sind.