

## Interview med Birgitte Strårup

- efter to sessioner hos [highperformancehypnose.dk](http://highperformancehypnose.dk) i Kolding



*Hvad er baggrunden for, at du valgte at søge hjælp hos en hypnotisør?*

Jeg led af PTSD og min mor var min store støtte i dagligdagen. Da hun pludseligt døde, gik min verden i sort og jeg blev fyldt af daglige selvmordstanker – om hvordan og hvornår, jeg skulle slutte mit liv. Og så var der en konstant 'larm' i mit hoved. Så tog jeg kontakt til Wendy & Erling fra [highperformancehypnose.dk](http://highperformancehypnose.dk) for at slippe af med selvmordstankerne - og for at slutte fred med min mors død.

*Hvordan foregik hypnosen?*

Da jeg ankom til Kolding, var jeg nervøs, usikker og spændt. Men Erling fik mig hurtigt beroliget, og hypnosebehandlingen var tryk og tæt på magisk. Der var helt ro i mit hoved imens, og det føltes SÅ godt at knuse traumerne fra fortiden, og samtidig få fokus på de styrker, som jeg - på trods af alt det der er sket – havde gemt i mig. Det var en virkelig dejlig oplevelse.

*Hvordan havde du det bagefter?*

Jeg har haft det SÅ godt. Siden første session har der været helt ro i mit hoved – ingen larm og lydfølsomhed. Jeg har fået en ro, jeg ikke har kendt i mange, mange år. Efter jeg blev ramt af PTSD har jeg ikke turde bevæge mig udenfor i mørke. Den usikre følelse er helt væk nu. Allerede aftenen efter første session gik jeg aftentur i mørke med min hund, uden at være bange. Og det har jeg gjort hver aften siden. Det er virkelig dejligt ikke at være styret af frygt.

Jeg har også fået sluttet fred med min mors død. I dag kan jeg besøge graven med en fredfyldt følelse – uden vilde tårer og sammenbrud. Og jeg kan nu mindes mine forældre på en god og naturlig måde.

Sidst, men ikke mindst, har jeg ikke haft selvmordstanker siden første session. Før levede jeg, fordi jeg ikke var død endnu. Nu VIL jeg leve – for der er så meget, jeg kan og skal opleve. Jeg har simpelthen fået livslysten tilbage.

*Har dine omgivelser mærket en forandring?*

Ja, i meget høj grad. Folk omkring mig mærker, at jeg er blevet 'gladere, lettere og lysere'. Og jeg føler mig fyldt af en positiv energi, som gør, at jeg ikke kommer i konflikter på samme måde som før. Og jeg stresser ikke og bliver ikke nervøs, når tingene spidser til.

*Er der andet, du har lyst til at sige?*

TAK! Jeg har været på medicin og jeg har prøvet hypnosebehandling før uden held. Men Erling havde nogle teknikker og værktøjer, der virkede ekstremt godt for mig. To sessioner har gjort en kæmpe forskel for hele mit liv. Det er en ubeskrivelig gave at få livslysten tilbage, og jeg anbefaler [highperformancehypnose.dk](http://highperformancehypnose.dk) til alle, der har behov for en hjælpende hånd.