

# - Nu kan du ikke åbne dine øjenlåg ...

**EKSPERIMENT:** Kan man få fjernet angsten for tordenvejr ved at gå i hypnose hos en fagmand? Jeg gjorde forsøget

AF SØREN PLOVGAARD

sp@fyens.dk

**BRUNSHUSE:** Det skete for mere end 30 år siden.

Alligevel sidder oplevelsen stadig dybt i mig.

En sommerdag slog lynet ned få meter fra mig, mens jeg trænede fodbold i Haarby.

Episoden betød, at jeg nogle år senere udviklede en decideret fobi for tordenvejr - og ikke mindst lyn.

Det kaldes med et fint ord brontofobi.

Men kan der gøres noget ved det?

Og i så fald hvordan og hvor?

Jeg lod det komme an på en prøve hos Jan B. Suni, der sammen med sin hustru Birgitte Suni driver KlinikSuni på Sandhavegyden mellem Snave og Brunshuse.

Jan B. Suni har gennem en menneskealder arbejdet ud fra traditionelle teorier og metoder som for eksempel kognitiv- og systemisk terapi.

De seneste tre år har han desuden anvendt den såkaldte 5-path-hypnoterapi i sit terapeutiske arbejde - en behandlingsform, som han taler meget varmt for.

## Mister tidsfølelsen

- Du skal have fjernet din oplevelse fra dengang, siger Jan B. Suni med overbevisning i stemmen.

Her er en erfaren fagmand, der tror på sit projekt.

Men det er første gang, han skal forsøge at løse op for angsten for tordenvejr.

Jeg har sat mig i en sort stol i klinikken på førstesalen.

Snart skal jeg ned at ligge i stolen og i hypnose, men først vil Jan B. Suni høre lidt mere om lyn-episoden på boldbanerne.

Og så fortæller han ellers stille og roligt, hvad vi skal i gang med, og hvad præcis han har tænkt sig at gøre.

- Du vil opleve, at du mister følelsen for tid, siger Jan B. Suni, da jeg spørger, hvor længe seancen varer.

- Og så kan du også godt føle dig lidt træt, når det hele er overstået, tilføjer han.

Nu ligger jeg ned i stolen med et grønt tæppe over mig.

Jan B. Suni sætter sig til rette i en stol ved siden af mig og begynder at snakke, mens han beder mig lukke øjnene og tage nogle gode lange, dybe indåndinger.

Efter nogen tid spørger han mig, om jeg kan åbne mine øjenlåg.

Det kan jeg ikke ...

Jeg er i hypnose - og Jan B. Suni

Inden jeg går i hypnose, har jeg en forestilling om, at min behandler kan få mig til at sige hvad som helst.

Lidt ligesom i de kendte shows i tv, hvor tilfældige mennesker laver tossede ting.

Men under hypnosen har jeg hele tiden oplevelsen af at huske hver eneste sætning, der kommer ud af munden på mig.

Og det er mange.

For jeg bliver kontinuerligt ført længere og længere tilbage i mit liv og skal hele tiden svare på spørgsmål som:

- Er der mørkt eller lyst? Er du udenfor eller indenfor?

Jeg oplever pludselig at deltage i min egen fødsel.

Ja, faktisk ender jeg som en lille glad fisk, der svømmer rundt i en meget lille sø ...

- Hvad tror du er klokken er, spørger Jan B. Suni, da jeg omsider åbner øjnene.

Jeg skyder forsigtigt på et kvarter i tolv.

- Den er næsten 14, smiler Jan B. Suni, der i den grad får ret med hensyn til følelsen for tid.

Resultatet af behandlingen er svært at måle - alene af den grund at det ikke har været tordenvejr, siden jeg besøgte Jan B. Suni i klinikken.

Men snart skal jeg en ny tur i stolen for at få efterbearbejdet den første hypnose.

Og så skulle brontofobien helst være forbi.

**» Du kan godt føle dig lidt træt, når det hele er overstået.**

JAN B. SUNI



■ Jan B. Suni er gået i gang hypnoterapi i KlinikSuni på Sandhavegyden ved Brunshuse. Først næsten tre timer senere, åbner jeg igen øjnene.



■ Det er vigtig med en snak inden man går i gang med selv hypnose-behandlingen.

## KlinikSuni

→ Ægteparret Jan B. Suni og Birgitte Suni driver sammen KlinikSuni fra deres privat bopæl på Sandhavegyden 1 i Enemærket mellem Snave og Brunshuse.

→ Parret har tidligere været leder og souschef på behandlingscentret Skovly på Herredsbjergvej i Dreslette.

→ Jan B. Suni har tidligere blandt andet arbejdet som misbrugsbehandler og har erfaring med behandling af mennesker med særligt dybe personlighedsproblemer.

→ Klinik Suni tilbyder en bred vifte af behandlingsformer.

→ Begge har uddannelsen som reiki-healere, 5-path hypnoterapeuter og NLP Practitioner, der handler om evnen til at lære at forstå sig selv og andre mennesker bedre.

→ Igennem terapeutiske samtaler og hypnoterapi har de begge indsigt i, hvordan større eller mindre angst og magtesløshed er med til at styre vores tanker om os selv og andre.

→ Birgitte Suni tilbyder desuden zoneterapi.

→ Henvendelse til KlinikSuni på telefon 4165 7466.