




Rita Borenstein, Life Between Lives-hypnoterapeut:

Möt din själ i livet mellan livet

Rita Borenstein är den första och enda hypnoterapeuten i Sverige som är utbildad och certifierad på The Newton Institute. Hon tar emot klienter från både när och fjärran när hon arbetar med LBL – Life Between Lives Hypnoterapy-session. Strax utan Stockholm, i Täby, hittar vi "Trädgårdspraktiken". En liten oas som tar emot de som med hjälp av hypnos vill resa in i själens mysterier.

Text: Malou Thorman Foto: Maria Johansson

 Det är inte bara klienter från Sverige som kommer för att få vara med om en LBL – Life Between Lives TM Hypnoterapy-session tillsammans med Rita Borenstein.

Hade vi, Ascalas reportageteam, jag själv och Maria Äxter Johansson, haft möjlighet då hade vi båda bokat in en session på direkten, men det här är inget hastverk. Det här handlar om ett möte, som inte bara innehåller eftertänksamma förberedelser, utan också två sessioner där det andra mötet, som också är själva "Liv mellan Liv"-sessionen (LBL), kan ta upp till 4–5 timmar.

Nyfiket slår vi oss ner i Trädgårdspraktiken för att få höra Rita berätta om vad detta egentligen handlar om. Vad är då egentligen en "Liv mellan Liv"-session? Vad skiljer det från exempelvis en regression?

– En regression handlar oftast om att gå tillbaka till ett tidigare liv, en inkarnation, och undersöka hur livet såg ut under just det livet. Detta är oftast väldigt spännande och en upplevelse som många uppskattar och för en del räcker det också.

– En session med "Liv mellan Liv" handlar om att hitta samstämmighet mellan värdkropp och själen. Vi vill besvara frågor som: Vilken själ är jag egentligen? Vi vill hitta den röda tråden mellan de olika inkarnationerna.

Minnen i själens djup

Jag flikar in att jag själv har gjort en regression och även haft, vad jag uppfattar som, spontana upplevelser av tidigare liv och att jag nu inser hur stort ämnet egentligen är. Vilket djup vårt sinne har.

Rita ler och säger:

Vi vill hitta den röda tråden mellan de olika inkarnationerna.

Rita Borenstein



– De här LBL-sessionerna innebär någon form av spegling av sig själv. Vi behöver ju alla ett sammanhang där vi kan känna oss hemma och ofta följer vi andras röster och tyckande för att göra det. Under en session får du möjligheten att möta din egen själ och uppleva det "kärleksbad" som många säger att det är. Detta möte gör även att du får en möjlighet att följa din egen röst, hitta ditt sammanhang och känna dig hemma.

Innan vårt möte läste vi bland annat på Ritas hemsida och hittade där en rätt gedigen lista av förberedelser som man behöver gå igenom. Vi resonerar om vikten av att inte kasta sig in i något utan att göra hela sitt väsen redo. Våra frågor är många, men Rita Borenstein har svar på dem alla.

– När du bokar in ett möte behöver jag har reda på lite om dig, varför du vill göra



Trädgårdspraktiken är en omslutande oas långt från storstadens brus. Där kan du varva ner till Rita Borensteins lugna stämma och få en möjlighet att hitta den röda tråden i ditt liv.

sessionen exempelvis, men också om du tidigare varit hypnotiserad och i så fall, hur det gick. Jag har haft personer som har kontaktat mig och som varit hos många andra och till exempel försökt göra en regression. Om dessa hypnos-sessioner inte lyckats och om de har varit hos professionella duktiga hypnotisörer är risken stor att de inte lyckas något vidare hos mig heller. Då finns det förmodligen psykologiska hinder vilket gör att de förmodligen behöver en annan typ av hjälp som jag inte kan ge.

Rita skrattar till lite och säger:

– Vi sitter ju framför tv-apparaterna och är i princip hypnotiserade hela livet. Hypnos är inget konstigt egentligen.

– För att göra en första bedömning behöver jag veta hur kundens hälsa ser ut. Trots allt kommer man att vara under djuphypnos i ungefär fyra timmar. Om man har exempelvis diabetes eller hjärtproblem behöver man ta ställning till om man orkar. Stämmer allt och allt känns bra, då är det dags att ladda hem de klientförberedelser och frågor som jag har på min hemsida. Dessa frågor är sedan underlag för de frågor som jag kommer att ställa under sessionen.

När vi läser igenom klientförberedelserna hittar vi en fråga som förbryllar. Varför behöver Rita veta namnet på viktiga perso-

ner som finns i mitt liv innan en LBL?

– Dels är det viktigt att gå igenom sitt liv och det är viktigt att jag har ett hum om vilken sjuksgrupp de har valt att inkarnera med. De flesta möter sin sjuksgrupp när de lämnar inkarnationerna och när de då exempelvis säger att där finns Mikael, så kan jag gå tillbaka till anteckningar och jag vet då att Mikael är en barndomsvän.

Viktiga frågor

– Som klient behöver man också vara klar över vilka frågor man vill ha svar på under hypnosen. De överlämnar frågorna till mig som ställer dem vid rätt tillfälle och de får en möjlighet att besvara dem. Klienten är ju medveten om min röst och även om sin egen röst men det är jag som är ansvarig och som ser till att de får ställt de frågor de vill ha svar på. Det kräver en del tålmod ibland.

Rita ler igen när hon säger:

– Vissa klienter kan ta en kvart på sig innan ett svar kommer. Det är också upp till mig att känna av när de "fastnat" i sin upplevelse. Många vill ju gärna stanna kvar och är man allt för uppfylld av känslor då missar man kanske viktiga svar. Jag spelar också in allt som sägs så att klienten får med sig hem vad som blir sagt. Det är mycket att komma ihåg under fyra timmar.

Men innan man kommer till avslut efter

fyra timmar under hypnos är grunden av trygghet lagd.

– Som sagt är det oerhört viktigt att vi båda vet att hypnosen fungerar och att vi är trygga med varandra. Därför bokar vi in en förberedande session där vi också arbetar med hypnosen. Det ska inte finnas något tvivel när man gör sin session. Jag vill vara försäkrad om att det inte finns några barriärer som förhindrar personen att gå ner i hypnos och på det sättet inte få tillgång till det som finns i djupet av sig själv. Vad de ska uppleva kan jag inte bestämma, men hur det ska gå till vill jag att de är säkra på.

Gör man de här sessionerna samma dag eller hur går det till?

– Nej, nej. Det orkar man inte. Det orkar inte jag heller. De som kommer långväga ifrån har ofta bokat rum på ett hotell som ligger nära praktiken och kommer tillbaka dagen efter. Andra väljer att komma till den förberedande sessionen vid ett tillfälle och bokar tid för själva LBL-sessionen flera månader efteråt.

Själva LBL-sessionen startar alltid kl. 13, efter lunch. Jag rekommenderar att man har ätit innan och att man har druckit måttligt. Man kan gå på toaletten under sessionen men om man kan undvika det är det ju bra. Vi brukar avsluta runt kl. 17 men det kan också ta längre tid. Oftast

”Vad du som klient ska uppleva kan jag inte bestämma, men hur det ska gå till vill jag att du är säker på.

brukar klienten själv säga att det är färdigt.

– Det kan ta tid innan klienten har kommit ner i djuphypnos och är färdig för att lämna inkarnationen och möta livet mellan livet. En session börjar alltid med att vi använder ålderstrappan. Klienten får gå ner till olika åldrar för att sedan fortsätta in i livmodern, sedan kommer inkarnationerna och därefter mötet med sjuksgruppen. Många möter också det "visa rådet" i andevärlden.

Pigg och vakna

Rita Borenstein i sin Trädgårdspraktik ler ofta och ögonen är pigga och vakna. Hon frågar om hon får berätta en anekdot om sin egna första session. Självklart säger vi ja.

– Jag hade lämnat mina frågor till den facilitator, det vill säga till den hypnoterapeut, som jag hade under min session och när jag mötte de visades råd så ställde jag frågan om jag bara ska jobba med LBL eller om jag skulle fortsätta jobba med de andra sakerna som jag gör. Den högsta i det här rådet svarade till min förvåning "vi gör en omröstning om detta". Ritans ögon glittrar när hon beskriver hur rådet använde sig av plakat ungefär som vid en tävling.

– De har humor de där. De första fem visade upp sina plakat och det var ett "Ja" som stod på dem. "Åh", tänkte jag, då ska det bli så, jag slipper ta ett beslut. Den sjätte visade upp sitt plakat och där stod det "Nej". Och den sjunde säger "bestäm själv".

– Under en period provade jag också att ta emot andra klienter, men ganska snart slutade jag med min gamla profession som osteopat, jag orkade helt enkelt inte, säger Rita och det kan anas en sorg över att överge en bra metod som hon fortfarande gillar att arbeta med, men att det är en tid och plats för allt.

På tal om yrkesval så undrar vi hur det kommer sig att Rita som har utbildningar som är väldigt fysiskt inriktade kom på tanken att arbeta med sinnet.

– Det har kommit successivt. Jag arbetade som sjuksköterska under 20 år och tröttnade då jag tycker att det var alltför inriktat på det symptomatiska området. Jag kom i kontakt med den kinesiska medicinen och utbildade mig till akupunktör och startade en klinik. Samtidigt började jag också en utbildning till osteopat och jag drogs till den mer meditativa inriktningen, biodynamisk osteopati. Att jag började med just LBL och Newtons metod beror på att jag själv ville göra en själresa.

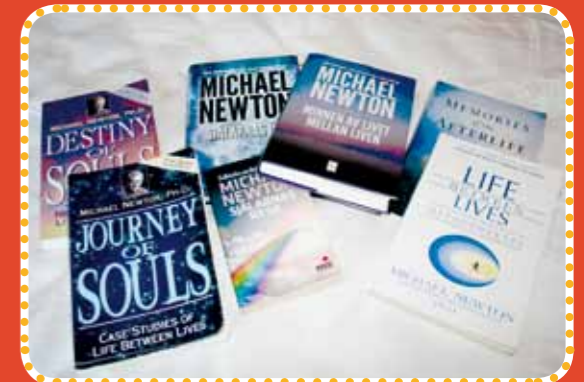
– När jag kom till England, där denna kurs hölls, så var vi bara 16 deltagare och vi hade tillgång till flera lärare och medarbetare. Och så mycket kärlek! Jag har aldrig varit med om så mycket kärlek. Efter den veckan var jag såld. Det här var min familj!

Lång utbildningsväg

Kursen, som innebär att du får bli facilitator, en utövare, för metoden "Liv mellan Liv" är ingen liten kort helgkurs precis.

De har krav på att du ska ha gått hypnosutbildning på minst 200 timmar och ha minst två års erfarenhet av att arbeta med hypnosen. Ett annat krav är att ha utbildning till "Tidigare liv-regressionsterapeut" och tillhörande praktik dokumenterad. Du ska även ha erfarenhet av regressioner till livmodern och läst en diger lista kurslitteratur.

När vi till slut måste avsluta intervjun och vårt möte med Rita Borenstein så gjorde vi det motvilligt. Rita har en härlig närvaro och utstrålar trygghet och värme. Och det hon sysslar med kittlar verkligen fantasin och lusten till att prova själv. För vem vill inte möta hela sin själ? ■



Fakta

Rita Borenstein Täby, Stockholm
LBL-sessioner, Hypnoterapeut.
<http://www.spiritualregression.se>



Life between Lives

Michael Newton, Ph.D, grundare för The Newton Institute for Life Between Lives Hypnotherapy, är i dag pensionerad från aktiv praktik men fortsätter som rådgivare till styrelsen och till deras utbildningar. Han anses vara en pionjär i att avslöja mysterierna om livet efter döden.

Han har en doktorsexamen i rådgivande psykologi (Counseling Psychology) och har arbetat inom fakulteten inom de högre utbildningsinstitutionerna som lärare och rådgivare. Förutom detta har han andra titlar och vi här i Sverige kanske främst känner till honom för de böcker som han har skrivit – "Journey of Souls, Cases Studies of Life Between Lives, Destiny of Souls, bland annat. ■