



RITA
har gått en
unik hypnos-
utbildning

Rita och katten Maja
välkomnar besökare till
det röda 100-åriga torpet
med vita knutar.

Här i livet mellan livet

Låter vi själarna dansa!

I Rita Borensteins mysiga torp i Fagervik är det som klient möjligt att med hjälp av hypnos göra en inre resa. Följ med Näras reporter Ehva Löpp när hon under en regression får minnas tidigare liv! Terapeuten Rita anser att mötet med själen är det viktigaste för att kunna njuta av livet fullt ut.

TEXT OCH FOTO: EHVA LÖPP

Rita som är fyllda 61 år har en sprudlande energi. Hon strålar av en inre glöd och har ett genuint intresse för välbefinnande i alla nivåer. Men resan till det inre lugnet var lite krokig.

Efter tjugo år som sjuksköterska började Rita längta efter själen och startade ett eget hälsocenter på Drottninggatan i Stockholm, ett holistisk center på 300 kvadratmeter för välbefinnande. Med en treårig utbildning i kinesisk medicin och femårig utbildning i osteopati och hypnosutbildning hos Jörgen Sundvall satsade hon fullt ut.

– Jag tog emot 8–10 klienter per dag och min själ öppnade sig så mycket att jag helt enkelt blev utbränd.

Rita insåg att hon måste ta det lugnare, vilket för henne blev att bo i naturen med djuren. Hon avslutade alla sina uppdrag och kände att hon måste ha tillit till framtiden. En dag gick hon ut i skogen och frågade om hjälp och då kom ”Newton” och ”Prästinneutbildning” till henne genom en stark tanke.

– Jag ringde helt enkelt upp The Newtons Institutes sekreterare och fick komma med på deras utbildning. Det var en stor heder!

Utbildningen innebar en veckas kurs och sedan följde en nio månaders certifieringsperiod. För Ritas del ledde det till fullt medlemskap inom The Newton Institute och rättighet att kalla sig Life between Lives Facilitator, listad bland ”locate a therapist” på institutets hemsida.

– Vi var bara 16 elever och jobbade efter utbildningen med varsin mentor. Vi gjorde inspelade fall för att kunna visa att vi hade förstått. Då kvalar man antingen in eller så får man göra om sina övningar tills det blir rätt.

– När jag väl blev certifierad, 2012, fick jag gratulationer från institutets medlemmar i

Redan under tiden som sjuksköterska på hospice började jag intressera mig för döden

hela världen. Det var bara jag i hela Sverige som hade gått utbildningen.

Rita älskar The Newton Institute eftersom allt är så välorganiserat. Hon är mycket aktiv inom institutet och ansvarar bland annat för mentorprogrammet för nya LBL (Lives between Lives, livet mellan livet på svenska.) och elever från hela världen. I maj 2017 besökte hon institutets första världskongress i Maryland där hon träffade sin själsliga familj och deltog i workshops om LBL.

– Det var en ofantlig glädje att möta likasinnade! Alla har jobbat djupt med sig själva.

Tidigare gick Rita in i arbetet utan skyddsnät, nu tar hon endast emot en klient om dagen och varvar med sjuksköterskejobb, bokskrivande och en trädgårdspassion, samt att koppla av och jorda sig.

– Jag har förändrat hela mitt liv efter den här utvecklingen, redan under tiden som sjuksköterska på hospice för väldigt länge sedan började jag intressera mig för döden.

En fråga som intresserade och drev Rita var; måste man vara döende för att uppskatta livet?

Syftet med själsregression

Rita tycker det är viktigt att själen får vistas bland vackra saker för att kunna landa mellan sina sessioner. Trädgården i Knivsta strax utanför Stockholm är verkligen som en midsommardröm; här är naturen vacker som en tavla. Maja, en av gårdens fyra katter,



Att möta sin själ är viktigt för att kunna leva livet fullt ut, menar Rita.

Det här är Rita:

Bor: Fagervik i Knivsta.

Ålder: 61 år.

Familj: Två vuxna barn.

Gör: Hypnosterapeut, sjuksköterska och healer.

Intressen: Trädgårdsspyssel, loppis och möten med människor.

Kontakt: ritaborenstein.se
spiritualregression.se

välkomnar till det röda 100-åriga torpet med vita knutar. Det lilla växthuset är fyllt av loppisfynd och växter; ljuvliga blommor slösar med sina dofter. I trädgården står konstverk från den tidigare ägaren och Rita har smyckat det gamla kvarnhjulet med rosenkvarts och andra vackra stenar.

– Vid en sådan här djup och innerlig upplevelse som en hypnos hos mig innebär, är det viktigt att bädda in den i mycket trivsel och behaglig miljö. Man behöver landa i det yttre efter en upplevelse i det inre, säger Rita.

Rita använder sig av Michael Newtons metod att ta med sina klienter in i en 3–4 timmars lång själsregression i hypnos. Syftet



Utbildning till hypnosterapeut

Rita är den enda hypnosterapeuten i Sverige som är utbildad på The Newton Institute i Dr Michael Newtons anda. Det är en unik utbildning inom hypnos och tidigare liv-regressioner. Bara fyra personer i Danmark, en i Norge och en i Sverige och cirka 200 medlemmar i hela världen är specialutbildade enligt Newtons livsverk. Hans tre böcker är internationella bästsäljare, "Själarnas resa", "Själarnas öde" och "Livet mellan Liven". Michael Newtons böcker tar upp frågor som rör livet mellan liven, varför vi befinner oss på jorden och var vi hamnar efter döden och vad som händer när vi kommer dit.

med en LBL (livet mellan liven) i en själsregression är att söka svar på just dina frågor. De flesta funderar någon gång på livets djupa frågor och de kan vara många.

- För alla som kommer till mig för en session är förberedelser mycket viktiga. Jag mejlar blanketter där du får sammanfatta de frågor som du vill utforska under din session. Jag kommer att ställa dina frågor till dig själv när du är i djupt avslappnat tillstånd under hypnos.

Rita vill också ha "rollbesättning" om betydelsefulla personer som finns eller funnits i ditt liv. Du får också en förberedande ljudfil med e-post så att du kan öva dig i att lyssna på hennes hypnosröst innan du kommer. Dessa förberedelser inklusive ett långt samtal med en mysig fika innan själva hypnosen inleds, bäddar för en trygg och positiv upplevelse.

- Vi ska komma in i en dans du och jag, själarnas dans, säger hon. □



Rita både antecknar och spelar in allt som sägs under regressionen.

Nu börjar resan tillbaka

Jag ska få göra en resa till mina tidigare liv, och det som känns mest spännande – livet mellan liven. Vi lämnar den mysiga kökssoffan och går in i behandlingsrummet där Rita tar emot sina klienter. Hon stoppar tryggt in mig under en mjuk vit filt och katten Nelly lägger sig tillrätta vid mina ben. Stearinljuset fladdrar mjukt och regnet duggar behagligt på rutan. Rita börjar sakta och metodiskt prata på sin behagliga finlandssvenska dialekt. Jag känner mig lugn och mycket trygg när

hon steg för steg för mig ner till mitt undermedvetna längs en trappa genom mina olika åldrar. Min trappa har 53 steg, ett för vardera år. Hon räknar ner mig precis som hon har lärt sig på The Newton Institute. Lugnt och metodisk.

Hon stannar på trappsteg nummer 13 och ber mig berätta om huset där jag bor. Jag är plötsligt 13 år i medvetandet och ser med knivskarp säkerhet hur allt ser ut och vilka färger det har. Det blir en kär återblick till när jag ägnade



Katten Nelly är med under hela hypnosen och Ehva tycker det känns tryggt.

timmar i tvättstugan med att färga alla kläder jag ägde i nya vackra kulörer. Nu hängde lila kläder på tork och jag känner mig lycklig och inspirerad.

– Ehva, vi går tillbaka till trappan. Det blir ljusare och ljusare, du är nu 12, 11, 10 och 5 år säger hon sakta.

– Nu är du 2 år, vad ser du nu?

Jag ser direkt min tygdocka Stina med röd hatt och blå klänning. Det var verkligen länge sedan jag tänkte på henne. Sedan ser jag min snuttefilt och känner att den är mycket viktigt för mig.

Ser mig själv som i en film

Rita fortsätter metodiskt hypnosens tills jag ligger inne i min mammas mage och sedan vidare, när jag är en själ.

– Hur kommer det sig att du valde just den här värdfamiljen? frågar Rita min själ.

Jag tittar på min mamma och ser hennes kärleksfulla energi, sedan kommer det ett svar jag aldrig ens tänkt på tidigare.

– Jag valde den här kroppen för att möta min far igen, han kommer att bli min morfar i det här livet, svarar jag genom min själ.

Nästa sekvens hamnar jag i ett av mina tidigare liv, där ser jag mig själv som ett litet barn som förlorat sin far tidigt. Jag står bredvid hans säng när han dör. Jag känner den enorma sorgen och gråter på Ritas brits. Det är samma man som kommer att bli min morfar i mitt kommande liv.

Rita ber mig komma tillbaka och vi går gemensamt in i ett annat liv. Jag har inga som helst problem med att transportera mig fritt mellan livet och det känns som en film där tydligt ser allt framför mig. I det nya livet vet jag med säkerhet att jag är en man och är 18 år.

Rita frågar mig med jämna mellanrum och jag rapporterar allt, även om det känns trögt att prata. Som om någon stör mig strax innan jag ska somna. Men jag säger min första tanke och ser till att inte analysera något.

Jag var astronomilärare

När jag ligger på Ritas varma brits med den kurrande katten tryggt mot mitt ben ser jag i mitt inre att jag bygger ett hus eller tempel tillsammans med min far. En hög stenbyggnad, jag står tre meter upp på ena gaveln för att ta emot stenblock som blir upphissade av min far som står på marken och drar i grova rep. Jag känner mig stark, lycklig och hoppfull.

Rita ber mig förflytta mig till en annan positiv händelse i det här livet.

Nu ser jag mig själv som lärare i astronomi och jag har unga elever som sitter på huk i sanden för att göra olika uträkningar, allt handlar om matematik och stjärnornas positioner. Mina elever gör matematiska uträkningar med en pinne i sanden och jag går runt och pekar. Vi befinner oss i samma tempel som jag byggde som 18-åring med min far. Det är han som har lärt mig all kunskap och jag följer hans fotspår som lärare. Utanför templet ingång finns en stor kompass av vit sten dekorerad i marken och jag betonar ännu en gång vad det är viktigt med solens uppgång och fall.

Nu vill Rita att jag ska komma till mitt dödsögonblick, hennes mjuka finlandssvenska gör mig trygg. Jag svävar ovanför mig själv och ser hela scenen uppifrån takets ena hörn. Jag är inte ledsen, det kändes mest som ett konstaterande att jag är död. Rummet är fyllt av vita stora blommor som i en cere-

Jag känner en villkorlös kärlek och en ren känsla av att befinna mig "hemma"

moni. I nästa ögonblick känns det som att jag flyger i en hiskelig fart rakt uppåt, det saktar ner, men fortsätter snart i snabb takt igen.

När jag äntligen stannar upp tar min bortgångne far emot mig med öppna armar. Jag känner mig lycklig och bekväm.

Rita frågar en fråga som jag skrivit i mitt klientformulär, det är en återkommande triangel/trekant som jag återkommande fått till mig och undrar vad den betyder.

– Ehvas reinkarnation undrar vad en triangel som är uppdelad i tre sektioner betyder, frågar Rita min själ.

Plötsligt fortsätter jag att flyga i mycket snabb takt med min far framför mig som leder vägen. När vi kommer fram visar han mig stjärnornas positioner, precis som han gjorde när vi levde.

– Där är pyramiden, säger han och pekar upp mot stjärnorna.

Han berättar att planeten Venus är pyramidens vänstra punkt och visar två till viktiga stjärnor, en som visar den högra positionen och en högst upp i spetsen. Pyramiden är i själva verket en tidskalender delade i tre perioder. Nummer ett är på botten av pyramiden, två i mitten och tre i toppen av spetsen. Just nu befinner vi oss i början av sektion tre och närmar oss toppen som är slutet på jordens liv. Jag ryser när jag ligger nedbäddad i Ritas rödtrimrade stuga.

– Det går att göra tiden lång eller kort, det är viktigt för alla att förstå det, säger min far.

Känsla av att komma "hem"

Nästa sekvens förvånar mig. Jag hade i min fantasi trott att jag skulle kunna fortsätta att byta tankar med min far, men så är det inte. Jag är ensam, men är helt uppfylld av andra kärleksfulla själar i en unison energimassa. Allt är ett och ett är allt. Jag känner en villkorlös kärlek och en ren känsla av att befinna mig "hemma".

Efter att Rita har "trappat upp" mig så talar hon om att man blir lika hungrig som efter man har fött barn efter en hypnosregression, och jag kan bara hålla med. Kaffet och smörgåsarna smakar himmelskt gott!

Även om jag inte vill lämna livet tidigare än mitt öde säger, så finns ingen rädsla för att lämna min kropp efter den här upplevelsen. □