



BENNY
får hjälp av
SAMYA att
hantera
relationer

Jag har sökt den rätta kärleken i 40 år

Jodå, ett medium besöker andra medier. Som kolleger kan de hjälpa varandra. Alla jobbar på olika sätt och har sina egna specialiteter. Så när Benny Rosenqvist behövde få svar på varför hans kärleksrelationer inte fungerar, vände han sig till Samya Thornell. Hon jobbar med Hyposyntes, går in i sin klients undermedvetna. Här kan du läsa hur det gick!

TEXT: MADELEINE WALLES FOTO: MADELEINE WALLES OCH BENNY ROSENQVIST

Benny Rosenqvist har skrivit böcker om kärlek. Han vägleder sina klienter när det gäller frågor om kärlek – kan till och med beskriva deras framtida partners, både till utseende och gällande egenskaper.

Han må vara något av expert i kärleksfrågor, ändå lyckas han inte i sina egna relationer. Framför allt på senare tid, då Benny gått in i förhållanden där han känt sig utnyttjad



Det här är Samya:

Ålder: 51 år.

Familj: Maken Jai, två egna barn, två bonusbarn, fem barnbarn.

Bor: I Blentarp, utanför Lund i Skåne.

Gör: Alternativterapeut med tonvikt på Hyposyntes. Lär ut Hyposyntes, intuitionsutveckling och personlig andlig utveckling.

Motto: This too shall pass - inget är bestående, allting förändras. Jag jobbar också varje dag, medvetet, på att känna tacksamhet för det jag har i mitt liv.

Kontakt: 0703-44 55 52, samya@loveit.se

Hemsida: www.loveit.se

in bakom medvetandet. Vi har så lätt för att glömma vilka vi är, istället går vi in i våra problem.

- Det är så mycket i livet som kan påverka oss. Kanske en uppväxt där vi inte blivit sedda. Ett lidande vi skapat som små, kan hänga med hela vuxenlivet. Och gamla trauman kan ta sig alla möjliga uttryck - de kan leda till allt från utbrändhet till att jag som golfspelare inte får till min swing.
- Grunden finns nästan alltid i barndomen. Just golfaren kan till exempel vara rädd för att "skina" och visa hur bra han är. Det kan vara det som hämmar swingen. Vi skapar ofta en fiktiv "sanning" om oss själva när vi inte blivit älskade eller sedda. Det skapar en otrygghet eller sorg, en "jag-gör-alltid-fel"-inställning.

Väljer farliga män

Samya har tänt massor med ljuslyktor. Ute är det kyligt men här inne är det varmt och ombonat. Vi är omgivna av Buddha-statyer som ger en lugn och skön känsla när Benny tar plats i den grå fåtöljen.

Samya förklarar att hon inte använder sin medialitet i Hyposyntesen, men hon vet att hennes guider är med henne och hon är trygg i det. Även hennes intuition är väldigt aktiv.

Hon ska försätta Benny i en djupt avslappnande meditation. Därefter kommer hon att ställa frågor där Benny hittar svaren i sitt hypnotiska tillstånd. Han kommer att gå rakt in i sitt undermedvetna, till det cellminne som skapas när vi föds och där allt vi upplevt lagras.

- Vissa påverkas mer av cellminnet, förklarar Samya. De som läst sig i det under-



Alla har vi något som skaver eller smärtar, något som gör att vi inte kan leva fullt ut

medvetna kan uppleva att det gör sig påmint i situationer där de är stressade, känner smärta eller blir förminskade.

- Alla har vi något som skaver eller smärtar, något som gör att vi inte kan leva fullt ut som vi önskar.

Men först blir det ett samtal mellan Samya och Benny, om varför han är här. Han berättar att han är förnuftigare i val av vänner än av kärlekspartner. Han har en lägre självkänsla till en partner och han väljer personer som han kan ta hand om. Män som han kan vara förälder till.

- Precis som jag var förälder till min mamma och pappa och mina syskon under min uppväxt i en dysfunktionell familj med stora problem. Jag ser inte mina egna behov.

Det han önskar är en partner som inte bara tar utan också kan ge.

- Det är så jag väljer mina vänner, säger han. De har alla olika roller i mitt liv, men alla ger de kärlek. Jag skulle aldrig välja vänner som missbrukar mig.

och blivit både hotad och misshandlad. Han dras helt enkelt till fel sorts män.

Samya Thornell bor i Blentarp, utanför Lund, här har hon sin mottagning som hon delar med maken Jai, krönikör i Nära. Tillsammans driver de företaget Love It för andlig vägledning.

Samya började sin utbildning i Hyposyntes 2008, och har sedan arbetat fram en egen metod där hon lagt till även mindfulness och coaching baserat på sin egen livserfarenhet, en metod som Love it nyligen fått patent för!

Hyposyntes är en form av djupavslappning där klienterna kan gå in i hypnos, då får Samya tillgång till det undermedvetna. Klienterna får hjälp att hitta sin inre storhet för att kunna släppa problem som förringar och hämmar oss på olika sätt.

- Jag hjälper till att hitta sanningen om vem du är, säger Samya. Jag ställer frågor som går



Vi skapar ofta en "sanning" om oss själva när vi inte blivit älskade eller sedda

– Men när det gäller kärlek så har jag fått lära mig hemifrån att "för att få lite kärlek måste jag ge mycket". Jag fick inte mycket kärlek när jag växte upp.

Benny förklarar för Samya att det är oförnuft snarare än rädsla som styr hans val av partner. Han vill ha spänning och väljer därför män som är lite farliga. På hennes fråga vad han bygger oförnuftet på, svarar Benny att han vill ha krydda i livet, en kontrast till sig själv. Att han blir uttråkad av snälla och "vanliga" killar.

– Sen är det förstås en sjuk krydda att en partner mordhotar mig. Jag har levt med att kastas mellan liv och död sedan jag var liten, jag visste aldrig om jag skulle bli ihjälslagen av min pappa.

– Hur är känslan i det? undrar Samya.

– Övergivenhet. Ingen kan rädda mig. Fasadens utåt är bra, jag skyddar mina föräldrar. Men det är tomt i hjärtat. Ingen kan hjälpa mig.

Samya uppmanar honom att gå in i känslan av att vara övergiven och förklara vem han är i känslan.

– Jag känner mig bara stark. Jag ska överleva. Klara mig själv.

– Det är vad du har fått lära dig, säger Samya. Under styrkan finns en ledsenhet. En rädsla och en sorg. Det måste upp. Nästa känsla är ilska.

– Jag är inte arg längre, svarar Benny. Bara ledsen. Det tillåter jag mig att vara. Min senaste relation innehöll allt det mina föräldrar stod för. Misshandel, svek, lögn. Efteråt fanns bara en vilshenhet.

Samya konstaterar att Benny lärt sig att själv

hitta svar för att gå vidare, men att han lägger locket på och då hamnar i situationer som skapar smärta.

– Jag önskar att jag kunde fungera i relationen med en partner, som jag gör i en vänskapsrelation, säger han. Jag har jobbat med det i 40 år!

Samya och Benny gör sig redo för själva Hyposyntesen. Han lägger en nackkudde bakom huvudet, placerar fötterna på en fotpall. I bakgrunden hörs en skön, meditativ melodislinga.

Ett vackert ljusklot

Samya talar med lugn, långsam röst, säger att hans kropp har det bra, ber honom ta djupa andetag och låta använd energi flöda ut. Vara medveten om hur underlaget möter kroppen, känna hur han blir tyngre och tyngre mot underlaget, en skön och behaglig känsla. Inget krävs av honom. Det är inget han behöver göra.

– Föreställ dig att det 10 cm ovanför din hjässa svävar ett vackert ljusklot som innehåller universellt, helande, renande och kärleksfullt ljus, säger Samya. Klotet sänker sig ner mot din hjässa, öppnar sig som kronbladen på en blomma. Ljuset har fri lejd in i din kropp, flödar in i pannan, hakan, kinder, öron. Flödar likt en varm stilla vårbäck ut i dina armar, sprider sig i hela din kropp.

Hon fortsätter att prata om det välgörande ljuset och Benny kommer allt djupare in i hypnos.

– Är du redo här och nu att lösa det karma som påverkat dig i detta liv?

Här kan Hyposyntes vara en hjälp:

- Utbrändhet.
- Relationsproblem.
- Självskadebeteende.
- Blygsel.
- Problem att hantera jobbig uppväxt.
- Trauma efter sexuella övergrepp.
- ADHD och andra psykiska diagnoser.
- Svårighet med prestation inom olika sporter.
- Stress
- Ängest
- Dålig självkänsla

Benny svarar ja, med tydlig röst. Samya ber honom förklara vad kärlek är.

– Kärlek är givande, svarar han.

– Har du fått den kärlek du är värd?

– Nej.

Svaret kommer tyst och nu rinner tårarna nerför Bennys kinder. Samya uppmanar honom att stanna kvar i känslan, låta den finnas. Känslan av tomhet. Reflektera över vad som är hans jag, gå in i sitt inre, känna hur det känns.

– Det är lugnt, vilsamt, säger Benny.

– Du är i en medvetenhet, förklarar Samya.

Ett rum där tankar och upplevelser passerar. Du är formlös, ingen tanke eller känsla kan påverka dig. Så gå in i ditt sanna jag, bli ett med dig själv och den sköna känslan.

– Jag är hemma, säger Benny stilla.

Samya får fram att Benny varit låst i det karma där han känt tomhet eftersom han inte fått den kärlek han varit värd. Hon frågar honom hur det skulle kännas om allt detta skulle upplösas?

– Harmoni och lugn, blir svaret och Samya uppmanar honom att bara låta detta hända, låta processen ske.

– All gammal karma transformeras medan du lugnt vilar i friden, lugnet och kärleken, säger Samya. Bara luta dig tillbaka i stillheten, känn hur kärleken leder dig, tillåt dig att bara finnas i din storhet. Finns det något tvivel på att det är möjligt att leva konstant i detta flöde?

– Nej.

– Kunskapen hjälper dig att ta emot kärlek som du är värd.

– Ja, det känns stort.



Samya beskriver Benny som kraft, kärlek, ljus och storhet. Det karma som tidigare förföljt honom kommer nu istället att hjälpa honom att möta en kärlek som ser honom, hjälpa honom att ta emot kärlek.

Innan hon avrundar hyposyntesen, frågar hon vad han känner nu.

– Styrka!

Samya räknar tillbaka Benny, han reser sig upp och lyfter bort fotballen.

– Det känns som om jag varit djupt mediterande, säger han. Det känns lugnt och jät-tebra.

Ett besök brukar räcka

När vi pratas vid efteråt konstaterar Samya att Benny inte riktigt var i nivå med hennes planerade frågor, hon fick därför lägga om taktik lite innan det lossnade.

Benny säger själv att när han tidigare upplevt klinisk hypnos så har det varit lättare för honom att gå in i den, än det var i hyposyntesen

– Jag har gjort tusentals hyposynteser sedan 2009, säger Samya. 70 procent är lätta. Benny är medel.

Terapin följs alltid upp av ett samtal per telefon, där Samya förhör sig om hur klienten upplevt de efterföljande veckorna. Vi bestämmer därför att vi ska ses igen och följa upp terapin.

Behöver man då göra om en Hyposyntes eller räcker det med en behandling? Och hur länge håller den i sig?

– Om du som klient upplever en fullständig lättnad av det du suttit fast i, räcker en

behandling, säger Samya. Det är det vanligaste. Andra kanske behöver två-tre behandlingar.

– Ofta släpper besvären lite succesivt. Och även om man inte når sitt mål till hundra procent så är man i alla fall en bra bit på väg. Det händer alltid något, så det är inte o gjort arbete.

När jag tittar ner i blocket där jag antecknat, lägger jag märke till att min handstil var mycket lugnare och mer lättläst under tiden Benny var i hypnos.

– Du påverkas också av lugnet, säger Samya leende.

– Vi sände ut vågor som påminner om lugnet när man sover, säger Benny. □

Här finns fler Hyposyntes-terapeuter!

Nordmaling: Åsa Norénus,
0703-36 82 86

Mariannelund: Marita Laine,
0738-02 05 44

Trelleborg: Emilia Möller,
0736-87 27 77

Jönköping: Katarina Lundgren,
0703-17 12 26

Uddevalla: Rolf Tuveesson,
0705-38 22 24

Ystad: Johanna Ryderling,
0704-44 27 89

Figeholm (Oskarshamn):
Felice Olsson, 0705-14 51 83

Uppföljning – så gick det för Benny:

BENNY:

- Samma dag, efter Hyposyntesterapin, var det blandade känslor inom mig. Jag var väldigt arg, en ilska som jag inte känt på många år. Jag satte mig och mediterade, det blev en ovanligt djup meditation vilket kändes positivt. Då blev jag ledsen istället. Det kom en sorg, en känsla av att jag misslyckats med det jag velat och min delaktighet i relationerna, mina val. Jag var arg på mig själv.
- Efterhand som tiden gått har jag kommit allt mer till insikt om mina två senare relationer. De har inte släppt greppet om mig, de tar kontakt. Och nu, när jag möter dem, ser jag anda saker än jag gjort tidigare. Nu kan jag se att den ene är som min pappa, den arrogante miss-handlaren. Och i den andre mannen hittar jag min mamma, den manipulativa som inte klarar sig själv.
- Plötsligt kan jag sätta dem i fack! Jag kan identifiera deras personlighet. Och inse att jag vill ha en helt annan typ av kärlek framöver. Det är jätteskönt.

SAMYA:

- Det jag hör dig berätta är en fantastisk utveckling. Allra viktigast med Hyposyntes är att skapa en medvetenhet om att du är färdig med det som varit ett problem. Att du öppnar dina ögon och ser vad det handlar om. Nu ska du skapa en neutral energi och vila i den, innan du söker på nytt.
- Buddha sa till sin lärjunge: Om du vill ge mig en gåva och jag tackar nej, vems är då gåvan? Lärjungen sa: Den är min, om du inte vill ha den. Just det, du kan alltid välja om du vill ta emot de "gåvor" andra vill ge dig. Det är dina val som avgör. Bygg din integritet, tänk på vad du är värd. Istället för att bära andras problem – andras gåvor – så kan du lämna tillbaka dessa och säga: "Tack, men detta är inte mitt problem".
- Ställ dig vid rodret i ditt livs skepp, istället för att svabba däck!

BENNY: Jag är nyfiken på att se vart detta leder mig. Vad sker och hur? Jag hopas att jag nästa gång väljer partner med samma omsorg som jag väljer mina vänner.