



Deborah Borgen deltok for mange år siden i tv-programmet "Åndenes makt."

Magefølelsen gir Deborah Borgen et bedre liv:

Med sans for lykke

Hun er ikke synsk. Hun har bare en velutviklet magefølelse, sier damen som er kjent fra "Fornemmelse for mord" og "Åndenes makt". Nå bruker Deborah Borgen (51) sin sjette sans til å hjelpe folk å bli lykkelige. Av Ingvill Bryn Rambøl Foto: Kjersti Gjems Vangberg

♦ **HEMSEDAL, 2002:** Deborah Borgen går i fjellet sammen med fetteren til en mann som forsvant fra hytta si tre år tidligere. Familien vil ha hjelp av henne til å finne liket, slik at de kan få ro. Etter at de har gått en stund, stanser Deborah og sier: "Nå avslutter vi dette. I løpet av en uke vil dere få en beskjed fra politiet om at noen har funnet likrester. Det de har funnet, er en støvel med

ESP-sansen:

ESP betyr ekstra sensorisk persepsjon. Vi har fem fysiske sanser vi bruker for å orientere oss i det fysiske ytre. ESP-sansen er den vi bruker for å orientere oss i det kreative indre. ESP kan også omtales som magefølelse og intuisjon.

et ben oppi." Seks dager senere meldte en tur-gåer seg for politiet. Han hadde funnet en støvel med restene av et ben oppi.

NØTTERØY, 2012: Deborah Borgen står foran en flippover inne på et enkelt kontor i en villa ved sjøen. Hun forklarer, analytisk og saklig, om hjernesvingninger, om gamma-, beta-, alfa-, theta- og delta-svingninger. Om hvordan hjernen jobber på ulike frekvenser avhengig av om vi løser problemer på jobben, kommuniserer med andre, mediterer eller drømmer. Her er det ingenting som vitner om noe overnaturlig.

– Jeg er en skeptiker, påstår Deborah Borgen. –Jeg er opptatt av å finne rasjonelle forklaringer. Magefølelsen, intuisjonen, eller det jeg kaller for ESP-sansen, er noe alle har og kan bruke til å få et bedre liv. Det er ingen-

ting mystisk eller overnaturlig ved å bruke denne sansen.

– For de fleste av oss er det unektelig litt mystisk at noen kan gå over en fjellvidde og peke ut hvor et lik som har vært borte i årevis, ligger skjult ...

– Jeg skjønner godt at det virker sånn for folk som ikke har lært om hvordan hjernen fungerer. Jeg husker selv at jeg leste om "fornemmelse for mord" i VG før programmet startet opp, om at de skulle bruke synske til å løse mordgåter. Da ble jeg ganske oppgitt. "Skal de lage show ut av det også, nå", tenkte jeg. Men da jeg ble spurt, valgte jeg å stille opp, nettopp for å vise folk at det ikke er noe hokus-pokus med dette, sier Borgen. Av samme grunn sa hun ja til å være med i TV-programmet "Åndenes makt". Hvis man anerkjenner at vi mennesker i bunn og grunn

Deborah Borgen

Alder: 51. **Bor:** På Nøtterøy. Født i Canada, oppvokst i Oslo. **Familie:** Bor alene. Tre voksne barn. **Jobb:** Utdannet økonom. Grunnlegger av selvutviklingsfirmaet UniqueMind ESP. **Aktuell med:** Boken "Magisk hverdag". Holder helgekurs i Oslo 2. juni. Les mer på www.uniquemind.no. Har tidligere medvirket i TVNorge-programmene "Fornemmelse for mord" og "Åndenes makt".

Ved havet finner Deborah Borgen ro. Hit reiser hun ofte i tankene når hun skal få kontakt med underbevisstheten.



“Slutt å klage – begynn å leve!” Det er Deborah Borgens mantra. Folk må selv gjøre noe for å få et bedre liv, mener hun.

består av energi, er det jo ikke så rart at det er mulig å kjenne at det ligger igjen noe etter folk som har vært i et rom, mener Deborah.

– Det betyr ikke at det er noe mer der. Men fordi vi mennesker har behov for å omforme det vi sanser til noe mer konkret, lager vi oss bilder av spøkelser, ånder – eller engler for den saks skyld. Men egentlig er det bare snakk om en energi vi fanger opp med ESP-sansen vår, og som fantasien vår omsetter til noe annet.

DEBORAH BORGEN TROR OGSÅ AT

det finnes en slags kollektiv bevissthet, en infobank som er felles for hele menneskeheten. Ved å bruke ESP-sansen kan alle få tilgang til informasjon som ligger der. Det er det som skjer når vi plutselig bare vet svaret på et spørsmål, men ikke vet hvor vi har det fra, eller når magefølelsen vår forteller oss hvilket valg som er det rette. Når vi klarer å ”koble oss til” denne fellesserveren, kan vi både få tilgang til informasjon vi aldri har tilegnet oss på noen annen måte, og vi kan dele våre egne erfaringer med alle andre. Da Deborah lette etter forsvunede lik i ”Fornemmelse for mord”, brukte hun informasjon fra denne serveren.

– Jeg vil bruke ESP-sansen min til å få et bedre liv og til å påvirke folk rundt meg på en positiv måte. Til å bli kvitt negative tanker og inngrodde handlemønstre, til å skape en lykkeligere hverdag for meg selv og de rundt meg.

Deborah borgen har ikke alltid vært så lykkelig og balansert som hun fremstår nå. For 26 år siden var hun en 25 år gammel trebarnsmor med et havarent ekteskap bak seg, med krevende jobb som økonomisjef i byggebransjen,

og opptatt av å tilfredsstille omgivelsenes krav om et velstelt hjem og en fin fasade. Med seg i bagasjen hadde hun en barndom og en ungdomstid preget av vonde opplevelser. Faren var periodedranke. Som tenåring ble hun voldtatt to ganger. Da hun giftet seg i ung alder, var det også inn i en familie med mye alkohol.

– Hjemme hadde jeg lært at følelser er noe man skyver unna. Jeg hadde også lært å ha dårlig samvittighet for alt mulig og at det var viktigere å ta vare på alle andre enn seg selv. Til slutt møtte jeg veggen, som det heter.

Deborah Borgen fikk bulimi, og mener selv sykdommen skyldes at hun bar på så mye selvhat fra barndommen. Hun hadde mye angst, og på det verste sendte hun ungene i butikken alene fordi hun ikke turte å gå inn selv. Hun turte ikke gå i selskaper, fordi hun visste at det var farlig hvis folk drakk. Hun visste ikke hva hun skulle gjøre for å bli frisk, men ved å lytte til ulike fagfolk og lese bøker, kom hun seg gradvis på bena ved egen hjelp.

JEG MØTTE EN KINESIOLOG SOM

forklarte meg om negative og positive følelser. Han fortalte meg at mitt indre var fylt opp med negative opplevelser. Jeg begynte å si positive setninger til meg selv. Samtidig begynte jeg å studere selvhjelps litteratur, blant annet av Dale Carnegie. Jeg lærte meg å skifte fokus og tenke på de positive tingene. Men selv om jeg ble frisk, kjente jeg at jeg ikke klarte å ha det ordentlig bra. Det var noe som stoppet meg. Så fikk jeg ideen om at jeg kunne gå inn i meg selv og finne årsakene til at jeg ikke hadde det bra, og gjøre noe med dem.

Deborah begynte med det hun kaller transformasjon, eller omforming. I de 26 årene som har gått siden hun fikk ideen om å gjøre dette med hendelser fra sitt eget liv, har hun utviklet sitt eget selvhjelpsprogram for å lære andre mennesker hvordan de også kan endre på sine liv. Det handler om å gjøre om på tidligere hendelser, og foregår gjennom en slags meditasjon, der hjernen bringes til samme stadium som den er når vi drømmer. Der jobber hjernen med den langsamste typen hjerne-svingninger. Bare da åpnes tilgangen til underbevissthetsen vår. Dette er noe alle kan få til ved å trene, mener hun.

– Vi gjør det alle sammen, hver eneste natt når vi drømmer. Vi sier ofte at vi skal sove på ting, fordi vi vet at vi ofte kan våkne neste dag med et nytt perspektiv, med en ny idé. Hvis man går på kurs med meg eller følger teknikkene i boken min, klarer man å få til dette i våken tilstand, sier Borgen.

MÅLET ER Å KLARE Å GÅ INN I

underbevissthetsen og forandre på våre reaksjonsmønstre.

– Da kan vi bruke denne bevissthetsen når vi står i kassakø, møter en irriterende nabo eller krangler med tenåringen. Midt i situasjonen kan vi roe ned hjernefrekvensen, koble oss på underbevissthetsen og klare å hente frem en bedre reaksjon enn det sinnet eller den frustrasjonen vi er i ferd med å slippe ut. Slik blir vi ikke bare lykkeligere selv, men vi påvirker omgivelsene våre slik at de også blir roligere og mer harmoniske, mener 51-åringen.

– Hva gjorde du selv for å endre på dine vonde opplevelser?

– Voldtektene jeg ble utsatt for som ung jente, har preget livet mitt veldig mye. Jeg bestemte meg for at jeg ikke ville at de skulle forstyrre meg mer, så jeg satte meg ned og gikk inn i underbevissthetsen og så på selve hendelsene. Noen tror det gjør veldig vondt å gå tilbake til slike hendelser, men det er faktisk bare deilig å få lov til å gå inn i det og bli kvitt det, sier Deborah, og forteller:

– Den ene gangen jeg ble voldtatt, var det legen min som gjorde det, inne på legekontoret. For å forandre på den opplevelsen, måtte jeg se for meg at jeg kom inn på legekontoret og at han var hyggelig mot meg og behandlet meg på en helt normal måte. Til slutt sa jeg til meg selv at jeg lever mitt liv uten å være preget av dette. En stund etter at jeg hadde gjennomført transformasjonen, traff jeg denne legen igjen. Det var helt uproblematisk. Det var som om voldtekten aldri hadde skjedd.

– Men da har du servert en slags livsløgn til deg selv?

– Ja, det kan du si, men noen ganger må man faktisk gjøre det for å finne et nytt spor å gå i. Hva vinner jeg mest på? Å la dette fortsette å prege meg resten av livet, eller gi meg selv muligheten til å leve videre uten det? spør hun retorisk.

Det å gjennomføre slike transformasjoner i seg selv, har en trippeleffekt for Deborah. For det første får hun det bedre med seg selv. For det andre påvirker hennes sinnsro folkene hun har rundt seg, slik at de også får det bedre. For det tredje føler hun at hun gjør noe godt for hele verden:

– For hver gang jeg forandrer noe i meg selv, kommer det positiv informasjon på fellesserveren som blir tilgjengelig for andre. Så ved å hjelpe meg selv, hjelper jeg mange andre. Selvhjelp er langt fra noen egotripp! ♦