

«Jeg tror at slike nær
døden-opplevelser
åpner sinnet vårt.»



SELVHJELP: Deborah har skrevet to selv-
hjelpsbøker. Boken «Magisk hverdag» er blitt
antatt i USA. – Alle kan trene seg til å endre
svingningene i hjernen og dermed åpne opp
for en sterkere magefølelse, sier hun.

Deborah (53) vil bruke resten av livet på å hjelpe andre

Var døden nær flere ganger

Traumer og stress var en del av Deborah Borgens liv. Under en operasjon opplevde hun å være på utsiden av seg selv. Det åpnet sinnet hennes.

TEKST: SINDRE K. NORDENGEN • REDAKSJONEN@ALLERS.NO • FOTO: ANDERS BERGERSEN

Hun har hatt over 20 000 mennesker på kurs og omtales som en av Norges fremste foredragsholdere. Deborah har skrevet bøkene «Magisk hverdag», som kom ut i 2011, og «Ta tak i livet ditt – før noen andre gjør det», som kom ut i år. Hun er kjent fra tv-seriene «Fornemmelse for mord» og «Åndenes makt», hvor hun viste oss hvordan hun bruker sin magefølelse.

– Disiplin og struktur var noe av det første jeg forsto at jeg måtte få i mitt eget liv. Å gjøre det, ikke bare snakke om det, er det som ga meg resultater. Mitt liv var ikke disiplin, men kaos, forteller Deborah.

Hun sitter i sofaen hjemme på Tjøme i Vestfold. Det synes på lang vei at hun har det godt. Hva er oppskriften? For Deborah er, ifølge seg selv, ikke mer spesiell enn andre. Og det er langt fra umulig for andre å få det like bra. – Veldig tidlig i min egen utvikling forsto jeg at jeg selv måtte ta ansvar for det som skjedde meg.

DEBORAH BLE FØDT i Canada, men kom til Norge tre måneder gammel. Hennes personlige erfaringer er en av grunnene til at hun har valgt å være åpen, slik at andre skal slippe å møte veggen for de får muligheten til å endre livet sitt.

– Mine første tjuedefem år var preget av stress og traumer på forskjellige områder i livet, noe som førte til sykdom. Jeg møtte på vol-

delige menn, og opplevde å bli voldtatt flere ganger som ung jente. Jeg fikk tidlig mange og vonde sår, oppsummerer hun.

Det var først da Deborah fikk datteren sin i 1986 at hun følte seg «tvunget» til å ta tak i livet sitt.

– Blant mange av de følelsene jeg slet med, var skyldfølelse og et stort selvhat, noe som ikke er uvanlig etter opplevelser som mine.

Da hun skulle føde, fikk hun full narkose og keisersnitt. Idet de begynte å skjære, kjente hun en gjennomtrengende smerte, men så ble den borte, og plutselig var hun «på utsiden av seg selv».

– Jeg så at de skar i meg og hørte legene snakke om dagligdagse ting. Da jeg snakket med overlegen etter operasjonen og fortalte hva jeg hadde opplevd, kunne han bekrefte at det jeg fortalte om samtalen stemte. Han sa samtidig at det er enkelte som opplever dette, men at legene ikke kunne forklare eksakt hva som skjedde.

DET ER I SLIKE TILFELLER Deborah bruker en sans som hun beskriver som ikke-fysisk, en ESP-sans. ESP står for *Ekstra Sensorisk Persepsjon*, noe som betyr at vi skal ha en sans også for å tolke vår indre verden. Hennes opplevelse av døden var å komme til et sted hvor sorg og smerte ikke fantes.

– Du har sikkert hørt folk si «jeg har en magefølelse på ...» eller «intuisjonen min sier ...». Det er dette som er en ESP-sans. I min



GOD FØLELSE: For å oppnå indre fred og frihet, må vi tilgi, hevder Deborah. – Jeg har tilgitt de menneskene som har gjort meg vondt, men ikke handlingene. Det er en vesentlig forskjell, sier hun.



SYMBOL PÅ KJÆRLIGHET: Deborahs søster Grace døde før jul i 2012. Omtrent ett år før hun døde, ga hun Deborah et hjerteformet smykke som et symbol på at hun ville være i Deborahs hjerte etter sin død.



VERKTØY: På kurs hos Deborah og i hennes bøker lærer man teknikker til å takle det man møter – uansett hva det er.

«Vi må lære å finne roen igjen, og ikke minst bruke den i våken tilstand i hverdagen.»



FORBILDE: Bildet på veggen er av Mor Teresa, et stort forbilde for Deborah. – Hun er et symbol på at vi må jobbe sammen for en bedre verden, sier Deborah. Katten Guttungen overtok hun omsorgen for da søsteren døde.

nær døden-opplevelse kom jeg til et sted hvor det ikke var noen bekymringer, frykt eller fordømmelse. Jeg opplevde at det bare var lys og gode følelser. Jeg var god nok og snill nok – ja, rett og slett nok av alt.

Denne opplevelsen satte dype spor i Deborah. Hun ble minnet på hvilke ressurser hun hadde, som hun hadde glemt, og at «opp-gaven» hennes var å formidle.

– Jeg tror at slike nær døden-opplevelser åpner sinnet vårt. Jeg har lært mye om hva som skal til for å oppnå den utvendige lykken, men det har aldri gitt meg den indre, varige lykkfølelsen. Med intensjon om å få svar på spørsmålene mine, begynte jeg min «reise», forteller hun.

DET FØRSTE Deborah fikk kjennskap til, var kinesiologi.

– Det jeg sitter igjen med og tok med meg videre, er at vi har ett bevisst og ett ubevisst sinn. Hvis du har mange negative opplevelser og hendelser som liten, vil de påvirke ditt voksne liv, til og med bli til en sykdom.

Hun søkte i forskjellige filosofiske retninger i håp om å finne et svar. Den første selvutviklingsboken

Deborah leste var skrevet av Dale Carnegie. Hun ble inspirert til å starte en målrettet selvutvikling.

– Tidligere var jeg en sneversynt økonomisjef som ikke trodde på noe annet enn det jeg selv hadde erfart og det jeg fysisk kunne se. I alle de årene jeg har jobbet, har jeg måttet forankre det jeg driver med i sunn fornuft. Jeg er i utgangspunktet ikke en som sluker alt rått.

BEVISSTHETEN VÅR ser Deborah på som et «isfjell», der bare en liten del er over vann og utgjør den rasjonelle delen. Den største delen er likevel vår underbevissthet.

– Når vi ønsker å skape og leve et godt liv, er det viktig at vi har kunnskap om oss selv og hva vi bærer med oss i «isfjellet».

I ti år arbeidet hun med José Silvas metoder. Hans forskning og forståelse av hjernesvingninger fascinerte henne. I denne perioden dykket Deborah dypere inn i forståelsen av svingninger, og samtidig inn i sitt eget indre.

– Den meditative roen finnes naturlig i oss. Vi må lære å finne roen igjen, og ikke minst bruke den i våken tilstand i hverdagen.

Ikke vente på at andre skal ta tak og ordne opp i problemene våre. Alle har vi svarene inni oss, men vi trenger noen teknikker for å få dem fram, understreker hun.

PÅ VEIEN VALGTE hun å bli med på tv-seriene «Fornemmelse for mord» og «Åndenes makt». Hun så på det som en fin mulighet til å bevise at alle mennesker har en magefølelse, og samtidig gi en forståelse av hvordan ting henger sammen.

– Jeg søkte stadig måter å formidle de naturlige evnene og de indre ressursene våre på, som ikke skulle forveksles med noe alternativt. Men jeg burde forstått det, jeg ble puttet i samme bås. Vi kan ikke tillate at dette skal være en bransje for noen «spesielle». Vi har alle sammen naturlige, medfødte evner, sier hun.

I 2009 hadde Deborah kommet til en forståelse av hvordan hun skulle trene andre og formidle sin innsikt. Hun laget et kurs som gjorde det mulig for andre å åpne for sin egen kraft.


– For meg er det viktig at vi er her og nå, samme hva som skjer, og at vi kan bruke våre evner på en god måte til å skape et godt liv og påvirke omgivelsene positivt.

Jeg satte i gang et forskningsprosjekt på kurset mitt, og gjennom dette prosjektet fikk jeg blant annet en bekreftelse på at vi alle har en ESP-sans som kan trenes.

DA DEBORAH HADDE det som tøffest, trodde hun ikke at det var noen vei ut før hun forsto hvordan hun fungerte – og hvorfor.

– Det at jeg fant teknikker og måter jeg kunne endre det gamle til noe nytt og positivt, reddet livet mitt.

Deborahs livsfilosofi er såre enkel: Nøkkelen til fred ligger inni hvert enkelt menneske.

– I en travel hverdag er det så utrolig lett å glemme helheten, hvor viktig den er og hvordan den fungerer. Jeg ønsker fra dyppet av mitt hjerte at alle mennesker skal ha det godt, og at vi sammen kan skape et bedre sted å være. 

Deborah på internett

Facebookgruppen heter **Unique Mind ESP**
Hjemmesiden:
www.uniquemind.no