



Bruce H. Lipton, Ph.D., celularni biolog i pisac, bio je sveučilišni profesor i predavao je na Medicinskom Fakultetu u državi Winsconsin (1973-1982), gdje se također bavio i istraživanjem mišićne distrofije. Kao viši naučni suradnik na Odjeljenju za patologiju, Medicinskog fakulteta u Stanfordu (1987-1992), objavio je naučni rad na temu kloniranih ljudskih stanica u kojem otkriva kako percepcija kontrolira ponašanje i aktivnost gena. Bruce-ovo trenutno istraživanje na temu biokemijskih puteva koji povezuju um i tijelo, pruža nam jedan uvid u molekularnu bazu svijesti.

EPIGENETIKA - Percepcija i geni

Percepcija kontrolira ponašanje i aktivnost gena

http://www.greggbraden.com/details_02.php3

Mi nismo žrtve naših gena - naš um utiče na naše stanice

INSPIRACIJA: Veliki Dar za Svako Dijete Čovječanstva

Piše: Meryl Ann Butler

"Bradenovo i Liptonovo istraživanje u njihovim specifičnim naučnim disciplinama urodilo je dvjema kartama koje vode do jedne te iste riznice u kojoj se krije kovčeg sa duhovnim blagom. Najdublje misterije religije i duhovnosti su do sada većinom izmicale zapadnim tragaocima. Međutim, u iznenađujućoj završnici, nauka je ta koja je pritekla u pomoć." - Iz Prvog dijela:

[Izvor](#)

IZVOD:

- Kratak sažetak -

Podsvjesno ponašanje je programirano da radi bez kontrole ili obzervacije od strane svjesnog dijela čovjekovog uma. Neurolozi su otkrili da se 95%-99% naših aktivnosti nalazi pod kontrolom podsvijesti. To je razlog zašto mi rijetko primjećujemo naše ponašanje ili geste. Nama je nametnuto jedno vjerovanje da korištenjem slobodne volje možemo poništavati negativne programe kojima je programirana naša podsvijest. Na žalost, da bi se to učinilo, čovjek bi morao konstantno bdjeti nad svojim ponašanjem."

Prenatalni i natalni mozak pretežno radi na delta i theta EEG frekvencijama, tokom prvih šest godina našeg života. Taj niski nivo moždane aktivnosti poznat je kao hipnogogično stanje. Dok se nalazi u tom hipnotičkom transu, dijete se ne mora posebno obučavati kako se ponašati na određeni način. Ono dobija svoje programiranje ponašanja jednostavno uz pomoć promatranja roditelja, braće ili sestara, svojih vršnjaka i učitelja.

Nadalje, podsvjesni um djeteta takođe "download-a" u sebe vjerovanja koja su u vezi s njim samim. Kada roditelj ili učitelj kaže nekom malom djetetu da je ono bolesno, glupo, trulo, da ništa ne zaslužuje... to se takođe zapisuje kao činjenica u podsvjesnom umu mališana.

Veliku većinu naših podsvjesnih programa stičemo za vrijeme našeg ranog razvojnog doba [prvih šest godina]. Ta stečena uvjerenja sačinjavaju onaj centralni glas koji kontrolira sudbinu zajednice stanica našeg tijela. Kooperacija i zajedništvo su stvarni bazični principi evolucije, kao i osnovni principi stanične (li celularne) biologije.

To programiranje za vrijeme našeg djetinjstva, vraća nam se kao neka pošast kad odrastemo i lišava nas svih onih naših "natprirodnih" moći! ... Tako dolazimo i do onog najvažnijeg pitanja, kako se podsvjesni um može reprogramirati?

Prvo, mi možemo postati svjesniji samih sebe [svjesni onoga KAKO smo svjesni], i manje se oslanjati na one automatske programe iz podsvijesti. Postajući potpuno svjesni, mi ostajemo vladari nad našom sudbinom, a ne žrtve naših programa. (...)

----- slijedi izvod iz članka, prenesen sa: spiritualcrossing.org

Od Ludiranja do Kvantnog Polja, sa Gregg Braden-om i Dr. Bruce Lipton,

Autor: Meryl Ann Butler

Objavljeno u magazinu - Awareness.

Mi živimo naše živote na bazi onoga što mislimo o ovom našem svijetu, o sebi, o našim sposobnostima i ograničenjima. Što ako su ta naša vjerovanja pogrešna? Kakav bi značaj imalo to kad bi otkrili da je sve, od DNA života, pa do budućnosti ovog našeg svijeta, zasnovano na jednom jednostavnom "kodu realnosti" koji se može mijenjati i popravljati prema našem izboru? Gregg Braden, Bruce Lipton i Todd Ovakaitys pozivaju nas na jedan razgovor upravo o tome!

MAB: Bruce, stvarno je iznenađujuće to kako su se vaši i Gregg-ovi istraživački radovi međusobno spojili! Hvala vam što ste voljni da podijelite s nama neke vaše misli.

Dr. Bruce H. Lipton: Hvala, drago mi je što sam ovdje!

MAB: Glavnu osnovu vaše knjige "The Biology of Belief" predstavlja to da mi kao ljudska bića nismo, kako se prije vjerovalo, žrtve naših gena, nego da i naša prirodna okolina ima jedan direktan uticaj na našu DNA. Možete li to malo pojasniti?

BL: Naravno. Donedavno se smatralo da su geni samo-aktualizirajući, što znači da se mogu sami uključivati i isključivati. Kao rezultat toga, mnogi ljudi danas vjeruju da su oni samo genetski strojevi i da im njihovi geni kontroliraju živote.

Međutim, moja istraživanja predstavljaju jedno potpuno novo razumijevanje nauke o stanicama. Ova nova biologija nam otkriva da mi "kontroliramo" naš genom, a ne da on kontrolira nas. Sada se priznaje da prirodna okolina, a posebno naša percepcija ili interpretacija prirodne okoline direktno upravlja aktivnošću naših gena. To objašnjava zašto ljudi mogu imati tzv. spontane remisije ili oporavljati se od ozljeda za koje se pretpostavljalo da će ih zauvijek onesposobiti.

MAB: Onda se tu stvarno radi o "uticaju uma na materiju"?

BL: Da, ova nova perspektiva ljudske biologije, ne gleda više na tijelo kao na jedan običan mehanički uređaj, nego ona uključuje i ulogu uma i duha. Ovo je jedan fundamentalan probaj u liječenju, zato što on podrazumijeva to da mi možemo promjenom naše percepcije ili vjerovanja slati potpuno drugačije poruke našim stanicama, i tako izazvati jedno reprogramiranje njihovog oblika izražavanja.

Ta nova nauka se naziva epigenetika. Ona postoji već nekih 16 godina ali je tek sada predstavljena široj javnosti. Na primjer, Američko Društvo za Istraživanje Raka je jedna organizacija koja obraća pažnju na gene raka već nekih 50 godina. Međutim, oni su doznali da samo nekih 5% slučajeva raka ima genetsku vezu, ostavljajući 95% slučajeva koji nisu genetski vezani. Ova organizacija je nedavno objavila podatak na osnovu statističkih istraživanja da se 60% slučajeva raka može izbjeći uz pomoć promjene životnog stila i ishrane. Tako, oni nam sada kažu, "Radi se o načinu na koji živite, a ne o vašim genima."

MAB: Tako, ona oduvijek tražena "fontana mladosti" mogla bi biti upravo u nama samima?

BL: Unutar svakog od naših tijela upravo u ovom momentu postoje milijarde stem-stanica, embrijskih stanica čija je namijena iscjeljenje ili zamjena oštećenih tkiva i organa. Međutim, aktivnost i sudbina ovih regeneracijskih stanica je epigenetski kontrolirana. To znači da se one nalaze pod jednim snažnim uticajem naših misli i percepcije naše okoline. Otud, naša uvjerenja o starenju mogu ometati ili potpomagati funkcioniranje stem-stanica, što će voditi k našoj fiziološkoj regeneraciji ili degeneraciji.

MAB: Kakvu ulogu u svemu tome igra evolucija?

BL: Ispostavilo se da Darwin nije bio u pravu. Sadašnja nauka poništava Darwinove teorije koje naglašavaju ulogu konkurencije i borbe, međutim, trebat će godine dok ove informacije stignu i u školske knjige. Suradnja i zajedništvo su osnovni i stvarni principi evolucije, kao što su oni i osnovni principi stanične biologije. Ljudsko tijelo je izraz kooperativnog truda jedne zajednice od pedeset triliona pojedinačnih stanica. Zajednica je po svojoj definiciji jedna organizacija individua koje se odlučno zalažu za osiguravanje neke zajedničke vizije.

Jean-Baptiste Lamarck je bio u pravu još 50 godina prije Darwina. U 1809.g. Lamarck je pisao da će problemi koji će zadesiti čovječanstvo u budućnosti biti posljedica odvajanja čovjeka od prirode, a to će nadalje voditi k uništenju društva. Prema njegovom razumijevanju evolucije, organizam i njegova sredina stvaraju jednu kooperativnu interakciju. Ako želite razumijeti sudbinu nekog organizma, onda prvo morate razumjeti njegovu vezu s prirodnom okolinom. On je spoznao to da nas odvajanje od naše prirodne sredine odsijeca od našeg izvora. Bio je u pravu.

A kad razumijete suštinu epigenetike, onda ćete shvatiti da je njegova teorija sada i naučno poduprta. Lamarck je svojevremeno ispao glup jer nije postojao nikakav mehanizam uz pomoć kojeg bi se mogla razumjeti ova njegova teorija, a pogotovo zato što smo progutali koncept neo-darvinističkih biologa koji su tvrdili da je ljudsko tijelo podvrgnuto genetičkoj upravi. A znate što, napredna nauka danas pokazuje da je on nakon svega, bio u pravu.

MAB: Dobro, kako se to odražava na staničnom nivou?

BL: Informacija iz životne sredine se prenosi do stanice preko stanične membrane. Mi smo mislili da je jezgra stanice njen mozak. Međutim, 1985. godine otkrio sam da je stanična ovojnica u stvari mozak stanice. Jezgra je, kako se ispostavilo, njen reproduktivni centar.

Stanična membrana prati zbivanja u životnoj sredini, pa onda šalje signale genima da oni mogu upravljati staničnim procesima, što omogućava njen opstanak. U ljudskom tijelu, mozak šalje poruke staničnoj membrani kako bi kontrolirao njeno ponašanje i genetsku aktivnost. To je način kako um, preko mozga, upravlja našom biologijom.

Na primjer, jedna važna grana zdravstvene nauke naziva se psihoneuroimunologija. Bukvano, taj pojam znači: um (psiha-) kontrolira mozak (neuro-) koji onda kontrolira imunološki sistem (imunologija). To je način na koji dolazi i do placebo efekta!

Kada um ocijeni da je prirodna sredina sigurna i da ona podržava život, onda se stanice koncentriraju na rast. Stanice moraju rasti kako bi održavale zdravo funkcioniranje tijela.

Međutim, kod stanja stresa, stanice zauzimaju obrambeni stav kako bi se zaštitile. Kad se to desi, onda se energetske zalihe tijela koje se normalno koriste za podržavanje njegovog rasta, preusmjeravaju k onim sistemima koji osiguravaju zaštitu. To rezultira u ograničavanju ili sprečavanju procesa rasta u sistemu koji je pod stresom.

Dok se naši sistemi mogu prilagoditi periodima akutnog (kratkotrajnog) stresa, produžena ili stanja kroničnog stresa dovode do iscrpljivanja organizma jer potrebe tijela za energijom nisu u skladu s količinom energije potrebne za njegovo održavanje, a to je i ono što vodi do narušavanja rada organizma i pojave bolesti.

Na primjer, strah koji se širi u SAD-u nakon 9-11 ima vrlo destruktivno djelovanje na zdravlje građana. Kad god vlada izda upozorenje u vezi mogućnosti novih terorističkih napada, sam strah uzrokuje hormone stresa koji zatvore ili isključe našu biologiju i počnu s obrambenim reakcijama.

Od napada na Svjetski Trgovački Centar, zdravlje u našoj državi se drastično pogoršalo, dok je profit kojeg ostvaruju farmaceutske kompanije skočio za više od 100%!

Ovaj naš sistem za uzbunjivanje koji je baziran na bojama, također je odgovoran i za neke druge ozbiljne posljedice. U stanju straha, hormoni stresa mijenjaju tok krvi u mozgu. U normalnim, zdravim uvjetima, tok krvi je većinom orijentiran na prednji mozak, mjesto svjesne kontrole. Međutim, kod stresa, krvne žile prednjeg mozga se sužavaju, tjerajući krv u njegov zadnji dio, koji predstavlja centar podsvjesne refleksne kontrole. Jednostavno rečeno, u stanju straha mi postajemo više reaktivni, a manje inteligentni. (...)

Preveo: Galaksija (<http://www.galaksija.info/forum>)

Nadmoć uma nad genima

Nova biologija otkriva zašto ljudi mogu doživjeti spontana ozdravljenja ili se oporaviti od ozljeda za koje se smatralo da uzrokuju trajni invaliditet

Ranije u svojoj karijeri znanstvenika istraživača i profesora na Medicinskom fakultetu aktivno sam podržavao motrište da je ljudsko tijelo »biokemijski stroj programiran genima.« Mi znanstvenici smatrali smo da ljudske sposobnosti - kao na primjer one umjetničke i intelektualne - te ljudske slabosti - na primjer, bolesti krvožilnog sustava, rak ili depresija - predstavljaju unaprijed programirane karakteristike u našim genima. Stoga sam životne prednosti i nedostatke, uključujući i naše zdravlje te predisponiranost bolestima, smatrao tek odrazom našeg genetskog nasljeđa.

Sve donedavno mislilo se da se geni samostalno ostvaruju, da se mogu sami »uključivati i isključivati.« Takvo ponašanje potrebno je da bi geni mogli upravljati biologijom. Pa ipak, naše razumijevanje se razvija. U sadašnjim kolegijima i udžbenicima biologije i dalje se naglašava moć gena, međutim među vodećim znanstvenicima koji se bave proučavanjem stanica rađa se

radikalno novo shvaćanje. Sada se prepoznaje da aktivnošću naših gena neposredno upravlja okolina, konkretno naša percepcija (interpretacija) okoline. Aktivnošću gena upravlja okolina preko procesa koji se naziva epigenetska kontrola.

Taj novi pogled na biologiju čovjeka ne smatra da je tijelo samo mehanički uređaj, nego priznaje ulogu uma i duha. Budući da prepoznaje da promjenom svoje percepcije ili uvjerenja svojim stanicama šaljem potpuno drukčije poruke i tako reprogramiramo njihovo djelovanje, taj proboj u biologiji od ključnog je značaja za sve vrste liječenja. Nova biologija otkriva zašto ljudi mogu doživjeti spontana ozdravljenja ili se oporaviti od ozljeda za koje se smatralo da uzrokuju trajni invaliditet.

Funkcionalne jedinice života su pojedinačne stanice od kojih se sastoje naša tijela. Iako je svaka stanica inherentno inteligentna te može samostalno preživjeti i kada se odstrani iz tijela, u tijelu se svaka stanica odriče svoje individualnosti i postaje član višestanične zajednice. Tijelo, u stvari, predstavlja suradnju zajednice od pedeset bilijuna pojedinačnih stanica. Po definiciji, zajednica je organizacija individuum predanih promicanju zajedničke vizije. Sukladno tome, premda je svaka stanica slobodan entitet, tjelesna zajednica se pokorava željama i svrsi svog »središnjeg glasa«, onoga što percipiramo kao um i duh.

Kada um opaža da je okolina sigurna i prijateljska, stanice se bave rastom i održavanjem tijela. U stresnim situacijama stanice, međutim, napuštaju svoje uobičajene funkcije i zauzimaju »obrambeni stav«. Energetski izvori tijela – koji se obično koriste za podržavanje rasta – preusmjeruju se u sustave koji osiguravaju obranu za trajanja stresa. Jednostavno rečeno, kada je sustav pod stresom, procesi rasta se ograničavaju ili prekidaju. Iako se naši tjelesni sustavi mogu prilagoditi razdobljima akutnog (kratkotrajnog) stresa, produženi ili kronični stres ih slabi budući da crpi energiju potrebnu za njihovo održavanje, što posljedično dovodi do poremećaja i bolesti.

Glavni uzrok stresa je »središnji glas« sustava, um. Um možemo usporediti s vozačem automobila. Ukoliko ga se pažljivo vozi, automobil se može održavati i imati dobre performanse tijekom cijelog životnog vijeka. Većina olupina ostavljenih uz cestu i naslaganih u auto-otpadima rezultat su lošeg vozačkog umijeća. Isto tako, upravljamo li umješno svojim ponašanjem, možemo očekivati dug, sretan i ispunjen život. S druge strane, neprikladno ponašanje i pogrešno upravljanje osjećajima, slično lošem vozaču, izlaže stanično »vozilo« stresu, te slabi njegove performanse i izaziva »kvar«.

Jeste li dobar ili loš vozač? Prije nego što odgovorite na to pitanje, uočite da »središnji glas« koji upravlja tijelom sačinjavaju dva odijeljena uma. (Sebe)svjesni um je misleće »ja«, to je kreativni um što izražava slobodnu volju. Njegov partner i pomoćnik je podsvjesni um, super-računalo s bazom podataka odnosno programiranih ponašanja. Jedan dio njegovih programa proizlazi iz genetike; to su naši nagoni i oni predstavljaju prirodu.

Podsvjesni um nije sjedište rasuđivanja ni kreativne svijesti; on je isključivo uređaj koji reagira na podražaje. Kada se signal iz okoline percipira, podsvjesni um refleksno aktivira od prije pohranjen bihevijoralni odgovor odnosno ponašanje, nešto što ne zahtijeva razmišljanje. Podsvjesni um je programibilni autopilot koji može upravljati »vozilom« bez opažanja ili znanja

pilota – svjesnog uma. Kada podsvjesni autopilot upravlja ponašanjem, svijest sanjari o budućnosti ili revidira prošlost.

Djelotvornost sustava s dvostrukim umom određuje kvaliteta programa u podsvjesnom umu. U biti, vaše vozačko umijeće oblikuje osoba koja vas je naučila voziti. Na primjer, ako su vas naučili da vozite s jednom nogom na gasu, a s drugom na kočnici, bez obzira na to koliko automobila posjedujete, svima će se neizbježno prijevremeno pokvariti kočnice ili motor. Slično tome, ako je vaš podsvjesni um programiran neprikladnim bihevijoralnim odgovorima na životna iskustva, vaše će »vozačko umijeće«, koje je ispod optimalnog, pridonositi životnim nedaćama i havarijama. Na primjer, bolesti krvožilnog sustava, glavni uzrok smrti, mogu se izravno pripisati programima ponašanja koji loše upravljaju tjelesnu reakciju na stres.

Jeste li dobar ili loš vozač? Odgovor nije lak. U našem svjesnom, kreativnom umu možemo se smatrati umješnim vozačima (bez obzira na autodestruktivne i ograničavajuće programe ponašanja koji neopaženo potkopavaju naša stremljenja.)

Ljudi su uglavnom nesvjesni svojih temeljnih predodžbi i uvjerenja o životu. Uzrok tome krije se u činjenici što prenatalni i neonatalni mozak u prvih šest godina ljudskog života djeluje pretežno na delta i theta EEG frekvencijama. Ta niska razina moždane aktivnosti naziva se hipnogogično stanje. Dok su u tom hipnotičkom transu, roditelji djecu ne moraju aktivno podučavati jer ona svoje programe ponašanja stječu jednostavno promatranjem roditelja, braće i sestara, vršnjaka i učitelja. Jesu li vam vaša iskustva u ranoj razvojnoj dobi pružila dobre modele ponašanja za nastavak vašeg života?

Tijekom prvih šest godina života dijete podsvjesno stječe repertoar ponašanja potreban da postane funkcionalni član društva. Povrh toga, djetetov um također »skida« uvjerenja koja se odnosi na njega samog. Kada roditelj malom djetetu kaže da je glupo, nevrijedno, odnosno da posjeduje bilo kakvu negativnu osobinu, to se u djetetov podsvjesni um registrira kao »činjenica«. Ta stečena uvjerenja tvore »središnji glas« koji upravlja sudbinom tjelesne stanične zajednice tijela. Iako osoba u domeni svjesnog uma može imati visoko mišljenje o sebi, moćniji nesvjesni um istovremeno može promovirati autodestruktivno ponašanje.

Kod autopilotskog mehanizma nevolja je u tome što su podsvjesni postupci programirani na način da se odvijaju bez da ih svjesno nadziremo, pa čak i bez da ih opazimo. Budući da je većina naših postupaka pod nadzorom podsvjesnog uma, rijetko ih zamjećujemo, a kamoli da znamo da su se uopće počeli odvijati. Mada vaš svjesni um percipira da ste dobar vozač, nesvjesni um, koji većinu vremena drži ruke na upravljaču, mogao bi vas voditi putem uništenja.

Kada postanemo svjesniji i sve se manje oslanjamo na automatizirane podsvjesne programe, prestajemo biti »žrtve« vlastitih programa i postajemo gospodari svoje sudbine. Svjesnost posredstvom vlastite sposobnosti da prerađuje ograničavajuće predodžbe (uvjerenja) i autodestruktivna ponašanja može aktivno preobraziti narav našeg života tako da bude ispunjen ljubavlju, zdravljem i napretkom.

Danas nam različiti modaliteti nove energetske psihologije omogućavaju da brzo i temeljito

reprogramiramo ograničavajuća podsvjesna uvjerenja koja potom staničnoj zajednici, to jest našem tijelu, šalju skup poruka drukčije kvalitete. Stoga upotreba tih modaliteta predstavlja ključ za osobni razvoj i fizičko zdravlje. Sve to govori u prilog postavci da živimo u svijetu svjesnog izbora, a ne genetskog determinizma.

Dr. Bruce Lipton je znanstvenik, liječnik i nastavnik. Za više detaljnih informacija, uključujući i reference koje se mogu bez ograničenja kopirati s interneta posjetite, <http://www.brucelipton.com/>

Preuzeto iz časopisa Svjetlost br. 47.

Preporučam pogledati dokumentarac: "Bruce Lipton - Biology of perception"

