

بیولوژی باورها

آزاد کردن قدرت آگاهی، ماده و معجزات

دکتر بروس لیپتون

ترجمه فرهاد توحیدی

سرشناسه	: لیپتون، بروس ایچ. Lipton, Bruce H
عنوان و نام پدیدآور	: بیولوژی باورها: آزاد کردن قدرت آگاهی، ماده و معجزات/ بروس لیپتون: ترجمه فرهاد توحیدی.
مشخصات نشر	: ارومیه : فرهاد توحیدی، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	: ۲۲۲ص: مصور. ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک	: 978-600-04-4070-1
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: عنوان اصلی: & The biology of belief : unleashing the power of consciousness, matter, miracles, c2008
یادداشت	: کتاب حاضر اولین بار تحت عنوان " زیست‌شناسی باورها" توسط انتشارات واژگان سیرنگ در سال ۱۳۹۱ منتشر شده است.
عنوان دیگر	: زیست شناسی باورها.
موضوع	: باخته‌شناسی
موضوع	: زیست‌شناسی مولکولی
موضوع	: روان‌شناسی زنتیک
موضوع	: روان‌فیزیک
شماره ۱ ده	: توحیدی، فرهاد ، مترجم
رده بند کنگره	: ۹۱۳۹۳۹۷/۵۸۱/۳QH
رده بندی دی‌سی	: ۵۹۹/۹۳۵
شماره کتابخانه	: ۲۰۸۲۵

نام کتاب : بیولوژی باورها

تالیف : بروس لیپتون

ترجمه فرهاد توحیدی

ناشر : مترجم

نوبت چاپ : اول / ۱۳۹۶

تایپ و ویراستاری: مؤسسه آبان - ارومیه - تلفن ۰۴۳۲۰۰۶۸۹۵

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

لیتوگرافی : باختر

چاپ و صحافی : فرشویه / کهنمویی

شابک : ۱-۴۰۷۰-۴۰۰۰۶-۶۷۸

قیمت : ۱۱۰/۰۰۰ ریال

مرکز پخش : تهران انتشارات سیمای دانش تلفن ۶۶۴۶۴۷۷۹

تهران انتشارات سپاهان تلفن ۶۶۴۸۴۴۹۹

کلیه حقوق برای مترجم محفوظ است.

فهرست مطالب

پیش گفتار	۷
مقدمه	۱۳
فصل ۱: درس‌هایی از محیط کشت	۲۷
فصل ۲: محیط است، احمق	۴۶
فصل ۳: غشی - دوی	۷۴
فصل ۴: فیزیک جدید	۹۵
فصل ۵: بیولوژی و باور	۱۲۵
فصل ۶: رشد و حفاظت	۱۵۰
فصل ۷: تربیت آگاهانه: والدین در شش ماهه سین ژنتیک	۱۶۰
پس گفتار: روح و علم	۱۸۹
ضمیمه	۲۱۰

پیش‌گفتار

«اگر می‌توانستید هر کسی باشید، چگونه می‌شدید؟» من وقت زیادی از را صرف این سؤال می‌کردم. تخیل تغییر هویت‌ام به شدت ذهن‌ام را مشغول کرده بود چون می‌خواستم هر کسی غیر از خودم باشم. من به عنوان یک بیولوژیست سلولی و استاد ششک، پزشکی شغل خوبی داشتم، ولی این موضوع این واقعیت را جبران نمی‌کرد که زندگی شخصی من در بهترین حالت لنگی‌هایی دارد. تا بیشتر تلاش می‌کردم شادی و رایت را در زندگی شخصی‌ام پیدا کنم، نارضایتی و ناخرسندی بیشتری به من دست می‌داد. در احوالات، که می‌اندیشیدم، به این راه حل می‌رسیدم که تسلیم زندگی ناشادم شوم. به این نتیجه رسیدم که سرنوشت تقدیر خوبی برایم رقم زده است، و باید آن را قبول کنم.

در پاییز ۱۹۸۵ نگرش افسرده و بی‌گرای من در یک لحظه دگرگونی عوض شد. از پست خود در دانشکده پزشکی دانشگاه و سکانسین استعفا داده بودم و در یک کالج پزشکی دور در کارائیب درس می‌دادم. من این کالج از جریان اصلی آکادمیک خیلی دور بود، فرصت داشتم که خارج از پارامترهای صلب اعتقادی‌ای که در دانشگاه‌های عادی حاکم‌اند فکر کنم. دور از بزم عاصی و منزوی در یک جزیره زمردی‌رنگ در دریای آبی کارائیب، یک تجلی علمی را تجربه کردم که باورهای من در مورد ماهیت حیات را خرد کرد.

لحظه دگرگون‌کننده من زمانی رخ داد که داشتم تحقیقات خود را روی مکانیسم‌هایی مرور می‌کردم که سلول‌ها به وسیله آنها فیزیولوژی و رفتارشان را کنترل می‌کنند. ناگهان درک کردم که حیات یک سلول اساساً توسط محیط فیزیکی و انرژی آن و فقط با تأثیر کمی از ژن‌هایش کنترل می‌شود. ژن‌ها صرفاً اوزالیدهای مولکولی‌ای هستند که برای ساختن سلول‌ها، بافت‌ها و اندام‌ها به کار می‌روند. محیط در نقش یک «پیمانکار» عمل می‌کند که این اوزالیدهای ژنتیکی را می‌خواند و بررسی

می کند و در نهایت مسئول ویژگی حیات یک سلول است. این «هشیاری» یک سلول از محیط است که عمدتاً مکانیسم های حیات را به حرکت در می آورد.

من به عنوان یک بیولوژیست سلولی می دانستم که بینش های من پیامدهای شدیدی برای زندگی ام و زندگی سایرین خواهند داشت. من با دقت مطلع بودم که هر انسانی از تقریباً پنجاه تریلیون سلول ساخته شده است. من زندگی تخصصی ام را به فهم بهتر سلول ها اختصاص داده بودم چون در آن زمان می دانستم که، و اکنون می دانم که، تا سلول ها را بهتر درک کنیم، بهتر می توانیم مجموعه سلول های تشکیل دهنده بدن انسان را درک کنیم و اگر سلول های تکی با هشیاری شان از محیط کنترل شوند، ما انسان های چندترمان سلولی نیز همین طور خواهیم شد. ویژگی حیات ما درست همانند یک سلول نه محیط با ژن های مان بلکه با پاسخ ما به سیگنال های محیطی ای که حیات را اداره می کنند، بستگی دارد.

از یک سو، این است که جایید ماهیت حیات یک شوک بود. من برای نزدیک به دو دهه جزم اندیشی محوری بیهوشی - این باور که حیات توسط ژن ها کنترل می شود - را در ذهن دانشجویان پزشکی برنده ریزش کرده بودم. از سوی دیگر، فهم جدید من چندان غافلگیرکننده نبود. همیشه تردیدهای آزارنده ای در مورد جبرگرایی ژنتیکی داشتم. بعضی از این تردیدها از ۱۸ سال تحقیقات با یک جبهه دولتی من روی کلونینگ سلول های بنیادی ناشی می شدند. تحقیقات من در آن زمان (۱۹۸۵) مدارک انکارناپذیری ارائه دادند مبنی بر این که محبوب ترین اصل بیولوژی در رابطه با جبرگرایی ژنتیکی اساساً اشکال دارند اگر چه این مستلزم دقت در خارج از دانشگاه های متعارف بود تا آن را کامل درک کنم.

درک جدید من از ماهیت حیات نه فقط به تأیید تحقیقات من با سلول های بنیادی منجر شد، بلکه درک کردم که یک باور دیگر علم رایج آن زمان را نیز نقض می کند. من مرتب به دانشجویان ام این باور را می گفتم که پزشکی آلپاتیک تنها نوع پزشکی ای است که در دانشکده های پزشکی جای طرح دارد. این پزشکی که سرانجام سهم محیط مبتنی بر انرژی را تقبل کرد، به همگرایی عظیمی منجر شد که علم و حرفه پزشکی آلپاتیک، طب مکمل و خرد معنوی باورهای باستان و نوین را یکی می کند.

در سطحی شخصی، در آن لحظه بصیرت می دانستم که صرفاً با باور به این که سرنوشت‌ام این است که یک زندگی شخصی فوق‌العاده ناموفق داشته باشم، خود را گرفتار کرده بودم. هیچ شکی نیست که انسان‌ها برای چسبیدن به باورهای غلط با هیجان و قاطعیت بالایی ظرفیت عظیمی دارند، و دانشمندان بیش از حد منطقی هم ایمن نیستند. دستگاه عصبی به خوبی توسعه یافته‌ای که توسط مغز بزرگ‌مان هدایت می‌شود، گواه این است که هشیاری ما بسیار پیچیده‌تر از هشیاری یک سلول است. هنگامی که ذهن انسانی یکنای ما شامل می‌شود، می‌توانیم انتخاب کنیم که محیط را به صرف ماوتی ببینیم، بر خلاف یک سلول که هشیاری‌اش انعکاسی‌تر است.

از این درک جدید که می‌توانم زندگی‌ام را با تغییر باورهایم تغییر دهم بسیار خوشحال شدم. ارتباطی انرژتی یافتیم چون درک کردم که یک مسیر علم‌مبنای وجود دارد که مرا زشلام به عنوان یک «قربانی» همیشگی به پست جدیدم به عنوان یک «هم‌خالق» سرنوشت‌مستقل می‌کند.

از آن شب جادویی در کالیفرنیا بیش از ۲۵ سال می‌گذرد. در این سال‌ها، تحقیقات بیولوژی ادامه داشته است. منی را که در آن صبح زود به دست آورده بودم تأیید کنند. امروزه دو شاخه جدیداً توسعه یافته علم که معرف مهم‌ترین حوزه‌های تحقیقات زیست‌پزشکی هستند نتایج را نه در کتاب بیولوژی باورها ارائه کرده‌ام ثابت می‌کنند.

اولاً، علم تبدیل سیگنال‌ها بر مسیرهای بیوشیمیایی ترکیب دارد که سلول‌ها به وسیله آنها به سرنخ‌های محیطی پاسخ می‌دهند. سیگنال‌های محیطی فرایندهای سیتوبلاسمی‌ای را درگیر می‌کنند که می‌توانند ظهور ژنی را تغییر دهند و از این رو سرنوشت سلول را کنترل کنند، بر حرکات سلولی تأثیر کنند، بقای سلول را کنترل کنند، یا حتی سلول را محکوم به مرگ کنند. علم تبدیل سیگنال درک می‌کند که سرنوشت و رفتار یک ارگانیسم مستقیماً به درک محیط توسط آن بستگی دارد. به بیان ساده، ویژگی زندگی ما بر این مبتنی است که آن را چگونه درک می‌کنیم.

دوماً، علم جدید اپی‌ژنتیک، که لفظاً به معنی «کنترل فراتر از ژن‌ها» است، درک متعارف ما از کنترل ژنتیکی را کاملاً واژگون کرده است. اپی‌ژنتیک علم نحوه

انتخاب، اصلاح و تنظیم فعالیت ژنی توسط سیگنال‌های محیطی است. این آگاهی جدید نشان می‌دهد که فعالیت ژن‌های ما دائماً در پاسخ به تجربیات حیات اصلاح می‌شود. که این باز هم تأکید می‌کند که ادراکات ما از حیات، بیولوژی ما را شکل می‌دهند.

ماه‌ها بعد از اولین چاپ این کتاب، مقاله‌ای در یکی از معتبرترین مجلات، نیچر، بینش‌های اپی‌ژنتیکی جالب توجه جدیدی را نشان داد از این که چگونه محیط فعالیت ژنی را در سلول‌های بنیادی کنترل می‌کند، که اتفاقاً همان موضوع و نتیجه‌ای است که در فصل دوم ارائه داده‌ام. باید تأکید کنم که خوشحال شدم از این که عنوان آن فصل من «مسئله محیط است، احمق» است، در حالی که عنوان مقاله جدیدتر نیچر «این اکولوژی است احمق» بود.

بعضی از دانش‌آموزانی که این کتاب را خوانده‌اند می‌پرسند: «پس این کتاب چه چیز جدیدی دارد؟» دانش‌آموزان پیش‌از با مفاهیم پیشنهادی در این جا آشنا هستند، و این نکته خوبی است. مسئله به این واقعیت مربوط می‌شود که بیش از ۹۹٪ بقیه جمعیت، یعنی مخاطبین عام، هنوز بر اساس این ویدیوهای قدیمی و ناتوان‌ساز که قربانی ژن‌های‌شان هستند عمل می‌کنند.

در حالی که امکان دارد دانشمندان محقق این مسیر جدید واقعاً ریشه‌ای در هشیاری آشنا باشند، این بینش‌ها هنوز باید به طور قابل‌توجهی به عموم ارائه شوند. رسانه‌ها نیز وضعیت را بدتر می‌کنند به این صورت که مردم را با انبوه بی‌پایان داستان‌هایی گمراه می‌کنند که فرض مسلم می‌دانند که ژنی‌سناسی شده که این سرطان یا آن مرض را کنترل می‌کند. در نتیجه، نیت این کتاب این خواهد بود که معنای این علم پیش‌از را مطرح کند به گونه‌ای که برای مخاطبین عام قابل فهم باشد. خالصانه امیدوارم که درک کنید که بسیاری از باورهای شما که زندگی‌تان را پیش می‌برند غلط‌اند و محدودیت‌سازند و به شما القا خواهد شد که این باورها را تغییر دهید. فهم این که سلول‌ها چگونه به افکار و ادراکات شما پاسخ می‌دهند در سطحی علمی، مسیر قدرتمندسازی شخصی را روشن می‌کند. بینش‌هایی که از طریق این بیولوژی جدید به دست می‌آوریم قدرت آگاهی، ماده و معجزات را آزاد می‌کنند.

بیولوژی باورها یک کتاب خودیاری نیست، بلکه یک کتاب خودتوانمندساز است. اطلاعات این کتاب دانشی از خود ارائه می‌دهد و از طریق این دانش قدرت و کنترل زندگی‌تان را فراهم می‌کند. این اطلاعات قدرتمندند. این را می‌دانم. زندگی‌ای که من با استفاده از این آگاهی به دست آورده‌ام آنقدر غنی‌تر و رضایت‌بخش‌تر است که دیگر از خود نمی‌پرسم که اگر می‌توانستم هر کس دیگری باشم، چه کسی می‌شدم؟ الان پاسخ واضح است: می‌خواهم خودم باشم!

www.ketab.ir