

BIOLOGIE VÍRY



Jak uvolnit sílu vědomí,
hmoty a zázraků



BRUCE H. LIPTON, Ph.D.

sociologie a zdravotnických věd. Jasný autorův styl ji rovněž činí rovněž zábavným čtením pro širokou veřejnost.“

Carl Cleveland III., DC,
prezident Cleveland Chiropractic College

„Revoluční výzkum Bruce Liptona odhaluje chybějící spojení mezi biologií, psychologií a spiritualitou. Chcete-li porozumět největším záhadám života, je toto jedna z nejdůležitějších knih, které kdy budete číst.“

Dennis Perman, DC,
spoluzakladatel The Master's Circle

„V této knize, rozbíjející ustálená paradigmat, dává Bruce Lipton technické K.O. staré biologii. Zabývá se darwinovským dogmatem a alopatickou medicínou a vymaňuje se ze škatulky fyzikalismu do osvíceného psychofyzického (víra/biologie) systému. Čtěte a bavte se!“

Ralph Abraham, Ph.D.,
profesor matematiky, University of California, autor díla *Chaos, Gaia, Eros*

„Silná! Elegantní! Jednoduchá! Stylem, který je přístupný a smysluplný, nám Bruce Lipton nenabízí nic menšího než dlouho hledaný „chybějící článek“ mezi životem a vědomím. Přitom odpovídá na nejstarší otázky a řeší nejhlubší záhady naší minulosti. Nepochybuji o tom, že se kniha *Biologie víry* stane mezníkem vědy nového tisíciletí.“

Gregg Braden,
autor bestsellerů *The God Code* a *Matrix – božský zdroj*

„Dočetl jsem knihu se stejným pocitem hluboké úcty, jakou cítím, když jsem s Bruce Liptonem – s pocitem, že se mě dotkl revoluční význam pravdy. Lipton je vědec i filozof současně – vědec tím, že nám poskytuje nástroje k tomu, abychom změnili kulturní vědomí, a filozof, protože zpochybňuje naše názory o samé povaze námi vnímané reality. Pomáhá nám vytvořit novou budoucnost.“

Guy F. Riekeman, DC,
prezident Life University and College of Chiropractic

Obsah

Prolog.....	11
Úvod – Kouzlo buněk.....	15
Kapitola 1 LEKCE Z PETRIHO MISKY Chvála inteligentních buněk a inteligentních studentů.....	27
Kapitola 2 JDE O PROSTŘEDÍ, TY HLUPÁKU.....	49
Kapitola 3 KOUZELNÁ MEMBRÁNA.....	79
Kapitola 4 NOVÁ FYZIKA Nohama pevně na... řídkém vzduchu	101
Kapitola 5 BIOLOGIE a VÍRA	133
Kapitola 6 RŮST a OCHRANA.....	161
Kapitola 7 UVĚDOMĚLÉ RODIČOVSTVÍ Rodiče jako genetičtí inženýři.....	175
Epilog DUŠE a VĚDA.....	207
Dodatek.....	233
Poděkování	237
Poznámky.....	241
Jmenný rejstřík.....	263
Věcný rejstřík.....	267
O autorovi	286

Prolog

„Kdyby sis mohl vybrat, kým bys chtěl být?“ Úvahami nad touto otázkou jsem trávil spoustu času. Byl jsem posedlý touhou změnit svou identitu, protože jsem chtěl být kýmkoliv, jen *ne* sám sebou. Měl jsem dobré postavení, pracoval jsem jako buněčný biolog a učil na lékařské fakultě, ale to nemohlo vynahradit skutečnost, že můj osobní život byl přinejlepším jeden velký chaos. Čím usilovněji jsem se snažil najít ve svém osobním životě štěstí a spokojenost, tím nespokojenější a nešťastnější jsem byl. Po hluboké úvaze jsem se rozhodl, že se svému nešťastnému životu podvolím. Došel jsem k názoru, že osud mi podal špatnou kartu a já ji prostě musím přijmout. Que sera, sera – co má být, má být.

Na podzim roku 1985 se můj depresivní a fatalistický postoj v jediném okamžiku změnil. Odešel jsem ze svého stálého místa na lékařské fakultě University of Wisconsin a odjel jsem učit mediky do Karibiku. Protože tato škola byla na hony vzdálena akademickému mainstreamu, měl jsem možnost přemýšlet mimo ony přísné parametry *víry*, které převládají v tradičním akademickém prostředí. Daleko od věží ze slonoviny, izolován na smaragdovém ostrově uprostřed azurového Karibského moře, jsem zažil vědecké zjevení, které otřáslo *mými názory* na podstatu života.

Okamžik, který změnil můj život, nastal, když jsem přehodnocoval výzkum mechanismů, jimiž buňky řídí svou fyziologii a chování. Najednou jsem si uvědomil, že život buňky je řízen fyzickým a energetickým prostředím, *nikoliv* jejími geny. Geny jsou pouhé molekulární blueprints, detailně propracované plány, které se používají při stavbě buněk, tkání a orgánů. Prostedí slouží jako „zadavatel“, který tyto genetické projekty čte a realizuje a který je nakonec zodpovědný za charakter života buňky. Je to „uvědomění“ buňky o prostředí, ne její geny, co uvádí do pohybu mechanismus života.

Jako buněčný biolog jsem věděl, že můj vhléd do podstaty věcí má silné důsledky pro můj život i životy všech lidských bytostí. Byl jsem si velmi dobře vědom toho, že každý z nás je tvořen zhruba 50 biliony buněk. Svůj profesionální život jsem věnoval lepšímu pochopení samostatně existujících buněk, protože jsem věděl a vím, že čím lépe porozumíme jednotlivým buňkám, tím lépe pochopíme společenství buněk,

jež je obsaženo v každém lidském těle, a že jsou-li jednotlivé buňky řízeny prostřednictvím toho, jak si uvědomují své prostředí, pak se to týká i lidských bytostí, které tvoří biliony buněk. Stejně jako jediná buňka, tak i naše životy jsou určovány ne našimi geny, ale našimi reakcemi na signály z prostředí, jež jsou skutečnou hnací silou života.

Na jednu stranu bylo mé nové chápání povahy života šokující. Téměř dvě desetiletí jsem vštěpoval svým studentům ústřední dogma biologie – víru, že život je ovládán geny. Na druhou stranu nebylo moje nové pojetí až takovým překvapením. V souvislosti s genetickým determinismem se mi vždycky vtíraly pochybnosti. Některé z těchto pochybností pramenily z osmnáctiletého výzkumu podporovaného vládou, který se zaměřoval na klonování kmenových buněk. Ačkoliv jsem musel dočasně odejít z tradičního akademického prostředí, abych si to uvědomil, můj výzkum poskytl nezvratný důkaz toho, že biologií nejvíce oslavované principy týkající se genetického determinismu jsou v zásadě chybné.

Moje nové chápání povahy života nejen potvrdzovalo výsledky mého výzkumu v oblasti kmenových buněk, ale – jak jsem si uvědomil – bylo v přímém protikladu k další víře vědeckého mainstreamu, kterou jsem vtlučoval do hlavy svým studentům – a to víře, že alopatická (klasická) medicína je jediným druhem medicíny, který si zaslouží pozornost. Tím, že jsem nakonec uznal roli prostředí založeného na energii, umožnil jsem velkolepé sblížení názorů, které spojují teorii a praxi alopatické medicíny, alternativní medicíny a duchovní moudrosti starověké i moderní.

Pokud jde o můj osobní život, v onom okamžiku proniknutí do podstaty věci jsem si uvědomil, že jsem se ocitl ve slepé uličce jednoduše proto, že jsem věřil tomu, že je mi osudem dáno žít neskutečně nešťastný osobní život. Není pochyb o tom, že lidské bytosti mají ohromný talent Ipět vášnivě a houževnatě na falešných *přesvědčeních*, a proti tomuto sklonu nejsou imunní ani ti nejracionálnější uvažující vědci. Náš dokonale rozvinutý nervový systém, v čele s velkým mozkem, je důkazem toho, že naše uvědomění je mnohem složitější než uvědomění jednotlivé buňky. Jde-li o naši unikátní lidskou mysl, můžeme si vybrat, jak budeme prostředí vnímat, na rozdíl od jednotlivé buňky, jejíž uvědomění je spíše reflexivní.

Byl jsem nadšen, když mi došlo, že svůj život mohu změnit tím, že změním svá *přesvědčení*. To mě okamžitě povzbudilo, protože jsem si uvědomil, že existuje vědecky podložená cesta, která mě vyvede z pozice věčné „oběti“ do mé nové role „spolu-stvořitele“ vlastního osudu.

Od oné magické noci v Karibiku, kdy jsem prožil svůj okamžik poznání a změnil svůj život, uplynulo už 30 let a deset let pak uplynulo od prvního anglického vydání *Biologie víry*. Během oněch let, a zejména pak v posledním desetiletí, biologický výzkum potvrzuje moje poznání, ke kterému jsem dospěl tehdy časně ráno. Žijeme ve vzrušující době, kdy se věda začíná zbavovat starých mýtů a přepisuje základní názor na lidskou civilizaci. Ten názor, že jsme křehké biochemické stroje řízené geny, ustupuje chápání, že jsme mocní tvůrci našeho života i světa, v němž žijeme.

Časy se zcela jistě mění, a proto mám takovou radost z jubilejního vydání knihy *Biologie víry*, která poprvé vyšla před deseti lety. Vlastně jsem uvažoval, že pro toto vydání zvolím nový název: *Biologie víry a naděje*. Nakonec jsem si to ale rozmyslel, protože se mi líbí stručnost původního názvu. Nicméně, v této době změny (navzdory, a to nemohu popřít, hromadě negativních novinových titulků) jsem naplněn nadějí.

Nadějí proto, že počet a nadšení posluchačů mých přednášek o *Biologii víry*, která vyšla v 35 zemích světa, exponenciálně roste.

Nadějí proto, že stále více odborníků, kteří souhlasí s tím, že biomedicína musí změnit svůj postoj k lékům, přichází na mé přednášky a zapojuje se do živé diskuze.

Nadějí proto, že jsem se setkal s tolika lidmi, kterým „došlo“, že *Biologie víry* není jen o posílení jedince, a už vůbec ne jen o mně. Byl jsem hluboce poctěn cenou Goi Peace Award za rok 2009 a rovněž jsem byl nadšený, když prezident nadace Goi Peace, Hiroo Saionji, jasně prohlásil, že ačkoliv jsem příjemcem ceny já, patří toto ocenění vlastně „nové vědě“ nastíněné v knize *Biologie víry*: „Tento výzkum ... přispívá k hlubšímu pochopení života a pravé podstaty lidství tím, že ponouká širokou společnost, aby se chopila svého života a stala se zodpovědným spoluvůdčím harmonické planetární budoucnosti.“

Také upřímně doufám, že každý, kdo čte *Biologii víry*, zjistí, že mnohé z jeho názorů, které pohánějí jeho život, jsou falešné a sebeomezující. Můžete vzít svůj život do vlastních rukou a vydat se na cestu zdraví a štěstí a můžete se spojit s ostatními, které na této cestě potkáte, aby se tak lidstvo mohlo vyvíjet na nové úrovni porozumění a míru.

Pokud jde o mě, nepřestanu děkovat za ten okamžik osvětlení v Karibiku, který mi umožnil začít žít nový a skvělý život. V posledních deseti letech jsem několikrát objel celý svět a vyučoval Novou biologii, napsal jsem další dvě knihy – *Spontánní evoluce* (2009; česky vydalo nakl. ANAG, 2012)

a *Líbánkový efekt* (2013; česky vydalo nakl. ANAG, 2015), stal jsem se trojnásobným dědečkem a, ano, stal se ze mě sedmdesátník. Namísto abych s tím, jak stárnu, zpomaloval, život, který jsem si vytvořil, mě stále nabíjí energií, stejně jako vztahy, které jsem navázal s těmi, kdo jsou také oddáni myšlence vytvořit harmonickou planetu, a jako pokračující líbánky s Margaret Horton, mou nejlepší přítelkyní, životní partnerkou, mou láskou, tak jak jsem ji popsal ve věnování k prvnímu vydání této knihy a jak ji vnímám i teď. Krátce řečeno, můj život je mnohem bohatší a spokojenější, takže se už nemusím ptát sám sebe: *Kdybych si mohl vybrat, kým bych chtěl být?* Protože nyní je odpověď jednoduchá. Chci být sebou!

ÚVOD

Kouzlo buněk

Bylo mi sedm a chodil jsem do druhé třídy, když jsem se při hodině paní Novak postavil na stupínek. Byl jsem právě tak vysoko, abych zahlédl čočky a okulár mikroskopu. Naneštěstí jsem byl moc blízko, takže jsem viděl jen kužel světla. Poslechl jsem, uklidnil se a odstoupil od okuláru kousek dál. A pak se to stalo. Cosi tak důležitého, že to nastavilo mou další životní dráhu. Do zorného pole se dostala treпка. Byl jsem okouzlen. Neslyšel jsem spolužáky, přestal jsem vnímat vůni čerstvě ostrouhaných tužek, školní křídly a barevných penálů. Celá moje bytost byla uchváčena tím neznámým světem oné buňky, která pro mě byla mnohem víc vzrušující než dnešní digitálně upravené filmy s mnoha zvláštními efekty.

Ve své dětské nevinności jsem nevnímal tento organismus jako buňku, nýbrž jako mikroskopickou osobnost, myslící a cítící bytost. Nechápal jsem pohyb tohoto jednobuněčného mikroskopického organismu jako bezcílný, ale zdálo se mi, že plní nějakou misi, ačkoliv jsem nevěděl jakou. Mlčky jsem se díval treпка „přes rameno“, jak těkala na podložce z řasy. Zatímco jsem se soustředil na treпка, do zorného pole líně vstoupila protáhlá měňavka.

V tu chvíli moje návštěva v tomto liliputánském světě rázem skončila. Glenn, třídní rváč, mě prudce odstrčil ze stupínku a dožadoval se svého práva podívat se do mikroskopu. Snažil jsem se upoutat pozornost paní Novak, doufal jsem, že Glennovo hrubé chování mi dopřeje další šanci ve frontě na mikroskop. Ale bylo jen několik minut před obědem a i ostatní děti v řadě se dožadovaly svých práv. Ihned po vyučování jsem utíkal domů a s nadšením vyprávěl o svém dobrodružství s mikroskopem matce. Použil jsem své nejlepší přesvědčovací triky školáka druhé třídy a prosil jsem, žadonil a nakonec se snažil maminku přemluvit, aby mi pořídila mikroskop, u kterého bych mohl trávit celé hodiny fascinovaný tím neznámým světem, který jsem mohl navštívit díky kouzlům optiky.

Později, na fakultě, jsem pokročil k elektronovému mikroskopu. Výhodou elektronového mikroskopu oproti tradičnímu světelnému je to, že je tisíckrát výkonnější. Srovnávat tyto dva typy mikroskopu je jako

náplň všech přednášek, protože jsem měl k přednáškám laboratorní cvičení. Musel jsem odpovídat na všechny otázky týkající se kurzu, které mi studenti kladli. Ale znát náplň kurzu a skutečně ho vyučovat není totéž!

Měl jsem třídní prodloužený víkend na to, abych se vypořádal se situací, do které jsem se sám vmanévroval. Kdybych řešil tuto krizi v době, kdy jsem byl doma, moje osobnost typu A by mě donutila k tomu, abych se oběsil na lustru. Je zajímavé, že jak jsem tak seděl u vody a pozoroval zapadající slunce, ten hrozící pocit úzkosti se změnil ve vzrušující dobrodružství. Cítil jsem vzrušení z toho, že poprvé ve své kariéře učitele jsem výlučně zodpovědný za tak důležitý kurz a že se nemusím přizpůsobovat stylu a obsahovým omezením, která vyplývají z toho, když se na výuce jednoho kurzu podílí tým.

Buňky jako miniaturní lidské bytosti

Jak se ukázalo, ten kurz histologie byl tím nejradostnějším a intelektuálně nejplodnějším obdobím mé pedagogické praxe. Protože jsem měl volnou ruku v tom učit tento kurz, jak chci, pustil jsem se do nové metody zpracování materiálu, uplatnil jsem přístup, o kterém jsem už dávno přemítal. Fascinovala mě myšlenka, že když pojmu buňky jako „miniaturní lidi“, usnadním tak porozumění jejich fyziologii a chování. Jak jsem si tak promýšlel novou strukturu kurzu, ovládlo mě nadšení. Myšlenka propojení buněčné biologie a biologie člověka znovu rozdmýchala mé nadšení pro vědu, které jsem cítil jako dítě. Při laboratorním výzkumu jsem stále pocítoval onen entuziasmus, ale ten mizel, když jsem se plácal v administrativních povinnostech učitele na fakultě, k nimž patřily nekonečné schůze a – pro mě – muka fakultních večírků.

Měl jsem sklon přemýšlet o buňkách jako o lidských bytostech, protože po letech strávených u mikroskopu jsem pokorně pohlížel na onu složitost a moc toho, co se zprvu zdálo být anatomicky jednoduchou kapkou v Petriho misce. Ve škole se možná naučíte, co jsou základní součásti buňky: jádro obsahující genetický materiál, mitochondrie jako zdroj energie, ochranná membrána na venkovním okraji a mezi tím vším cytoplazma. Ovšem v těchto z anatomického hlediska jednoduše vypadajících buňkách existuje složitý svět; tyto inteligentní buňky používají technologie, které vědci ještě plně nepochopili.

KAPITOLA 2



JDE O PROSTŘEDÍ, TY HLUPÁKU

Nikdy nezapomenu na ten kousek moudra, kterého se mi dostalo v roce 1967, první den, kdy jsem se jako doktorand naučil klonovat kmenové buňky. Trvalo mi ale několik desetiletí, než jsem si uvědomil, jaký význam měla tato zdánlivě jednoduchá moudrost pro mou práci i život. Můj profesor, rádce a zapálený vědec Irv Konigsberg byl jedním z prvních buněčných biologů, který zvládl umění klonování kmenových buněk. Řekl mi, že když ony kultivované buňky, které studuji, churaví, je třeba hledat příčinu potíží nejprve v prostředí, nikoliv v buňce samotné.

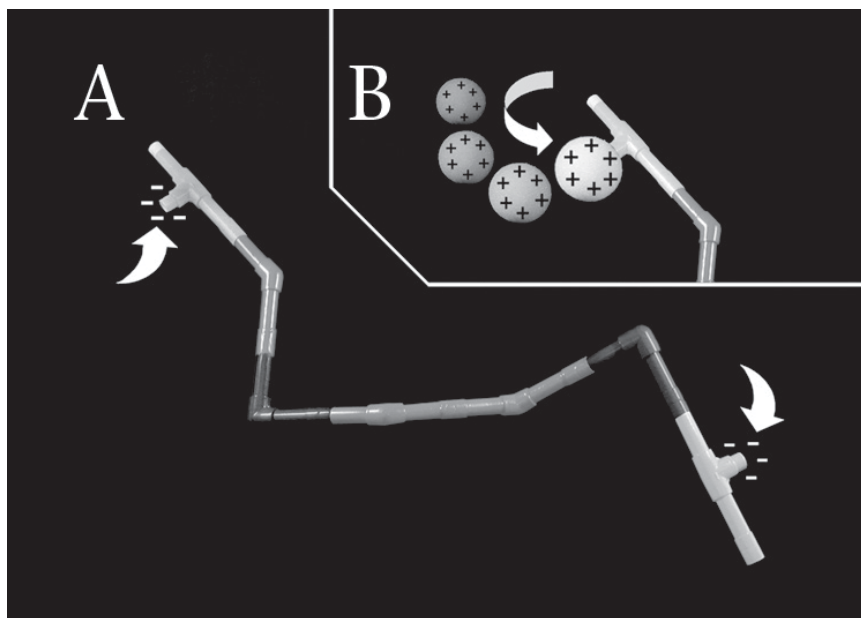
Můj profesor nebyl tak omezený jako šéf prezidentské kampaně Billa Clintona James Carville, který učinil z výroku „Jde o ekonomiku, ty hlupáku“ mantru prezidentských voleb v roce 1992. Ale buněční biologové by udělali dobře, kdyby vyrukovali s heslem „Jde o prostředí, ty hlupáku“, stejně jako z Clintonova štábu vyšlo ono „Jde o ekonomiku, ty hlupáku“. Ačkoliv to tak nevypadalo, nakonec jsem si uvědomil, že tato rada je klíčová pro pochopení povahy života. Znovu a znovu jsem se setkával s moudrostí Irvovy rady. Když jsem svým buňkám poskytl zdravé prostředí, prosperovaly. Jakmile nebylo prostředí optimální, stagnovaly. Když jsem však prostředí uzpůsobil, ty „nemocné“ buňky znovu ožily.

Jenže většina buněčných biologů o moudrosti těchto tkáňových kultur neměla ani ponětí. A vědci se rychle přestali věnovat vlivu prostředí poté, co Watson a Crick objevili genetický kód DNA. I Charles Darwin na sklonku svého života připustil, že jeho evoluční teorie ošídila roli prostředí. V dopise Moritzu Wagnerovi z roku 1876 napsal: „Podle mého

Jak proteiny vytvářejí život

Živé organismy se od neživých předmětů liší tím, že se pohybují, jsou *animovány*. Energie pohánějící pohyb je využita k „práci“, která je pro živé systémy charakteristická, například k dýchání, trávení a smršťování svalů. Abychom pochopili povahu života, musíme nejprve pochopit, jak je proteinovým „strojům“ dodávána energie k pohybu.

Konečný tvar neboli *konformace* (což je odborný termín používaný biology) molekuly proteinu je odrazem rovnovážného stavu mezi jejími elektromagnetickými náboji. Jestliže zaměníme kladný a záporný náboj proteinu, jeho páteř se dynamicky stočí a přizpůsobí se tak, aby vyhovovala novému rozložení nábojů. Rozložení elektromagnetického náboje v proteinu lze selektivně měnit řadou různých procesů včetně vazání dalších molekul nebo chemických skupin, jako jsou hormony, enzymatickým odstraněním nebo přidáním nabitých iontů anebo interferencí elektromagnetických polí, jako jsou ta, která vycházejí z mobilních telefonů (Tsong, 1989).



Proteiny, jež jsou nedílnou součástí membrány

Olivy v našem sendviči jsou vpravdě důmyslnou částí membrány. Tyto proteiny umožňují transport živin, odpadních materiálů a dalších forem „informací“ membránou. Proteinové „olivy“ neumožňují, aby se do buňky dostala jakákoliv molekula, ale pouze ty molekuly, jež jsou nezbytné pro hladké fungování cytoplazmy. V mém sendviči představují olivy integrální membránové proteiny (IMP). Tyto proteiny jsou zabudovány v „máslové“ vrstvě membrány, tak jako ony olivy na obrázku.

Jak dochází k zabudování IMP do másla? Vzpomeňte si, že proteiny mají lineární páteř, která je složena ze spojených aminokyselin. Ve 20 různých aminokyselinách jsou některé molekuly polární, které mají vodu rády, a jiné nepolární, hydrofobní. Pokud je část páteře proteinu sestavena ze spojených hydrofobních aminokyselin, tento segment proteinu hledá stabilitu v olejovitém prostředí, jakým je lipidové jádro membrány (viz šipka na obrázku dole). Tak se hydrofobní část proteinu integruje do prostřední vrstvy membrány. Protože některé oblasti páteře proteinu jsou tvořeny polárními aminokyselinami a jiné jsou nepolární, proteinové vlákno se proplétá dovnitř a vně onoho sendviče s máslem.

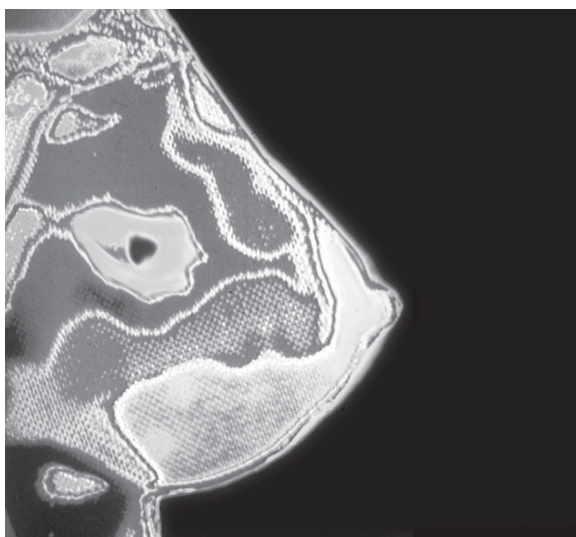


Existuje řada IMP s mnoha různými jmény, ale v podstatě je lze rozdělit do dvou funkčních tříd: *receptorové proteiny* a *efektorové proteiny*. Receptorové IMP jsou smyslovými orgány buňky, jsou obdobou našich očí, uší, nosu, chuťových pohárků atd. Receptory fungují jako jakési molekulární „nanoantény“ naladěné tak, aby reagovaly na specifické signály přicházející z prostředí. Některé receptory vedou z povrchu membrány

skutečné fondy pro výzkum, který by se věnoval energetické medicíně. Potíž je v tom, že bez podpůrného výzkumu jsou varianty léčení založené na energii oficiálně označovány za „nevědecké“.

Dobré vibrace, špatné vibrace a jazyk energie

Ačkoliv konvenční medicína se dosud ještě nezaměřila na roli, kterou hraje v biologických systémech energie jako „informace“, paradoxně přijala neinvazivní metody snímání, které taková energetická pole čtou. Kvantoví fyzikové sestrojili přístroje snímající energii, které dokáží analyzovat frekvence vyzařované určitými chemickými látkami. Tyto snímací systémy umožňují vědcům identifikovat molekulární složení materiálů a objektů. Fyzikové přizpůsobili tato zařízení tak, aby četla energetická spektra vyzařovaná tkáněmi a orgány našeho těla. Protože energetická pole snadno cestují hmotným tělem, dokáží tyto moderní přístroje, jako je počítačový tomograf (CAT scan), magnetická rezonance (MRI) či pozitronová emisní tomografie (PET scan), zjistit nemoc neinvazivně. Lékaři mohou diagnostikovat na snímcích vnitřní problémy rozlišením vlastností spektrální energie zdravé a nemocné tkáně.



Mamogram. Obrázek nahoře není fotografie prsu, jedná se o elektronický obraz vytvořený skenováním vlastností zářivé energie buněk a tkáně orgánu. Rozdíly ener-

ném společenstvu každá buňka podvolit a přijmout za své informované rozhodnutí svého nadřazeného, mozku. Mozek řídí chování buněk v těle. Toto je velice důležité, protože dáváme buňkám našich orgánů a tkání za vinu naše zdravotní problémy, které nás v životě potkávají.

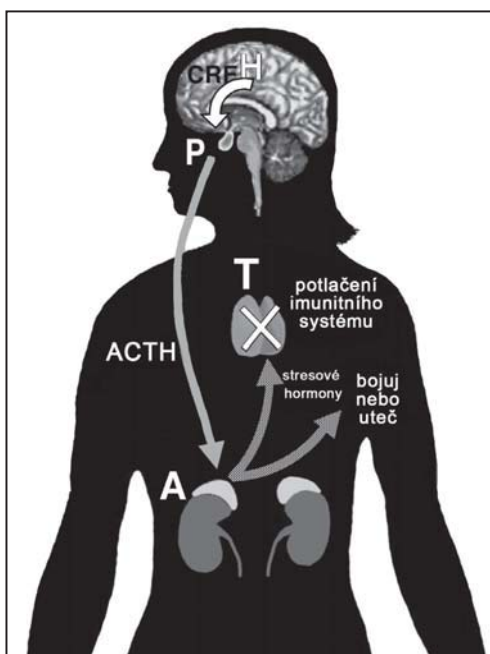
Emoce: Vnímání jazyka buněk

U vyšších forem života schopných uvědomění se v mozku vyvinula speciální funkce, která umožnila, aby se celé společenstvo vyladilo podle stavu svých regulačních signálů. Evoluce limbického systému mozku poskytla jedinečný mechanismus, který převáděl chemické komunikační signály ve vnímání, jež mohly prožívat všechny buňky tohoto společenstva. Naše vědomá mysl tyto signály prožívá jako emoce. Vědomá mysl nejen „čte“ tok signálů koordinujících buňky, k nimž náleží i „mysl“ těla, ale dokáže také vytvářet emoce, jež se manifestují prostřednictvím nervovým systémem řízeného uvolňování regulačních signálů.

V době, kdy jsem se zabýval studiem mechanismu buněčného mozku a získával poznatky o procesech probíhajících v lidském mozku, Candace Pert studovala lidský mozek a poznávala mechaniku buněčného mozku. V díle *Molekuly emocí* (ANAG, 2016) Pert popisuje, jak ji studium receptorů, které zpracovávají informace a jsou umístěny v membráně nervových buněk, dovedlo k objevu, že tytéž „nervové“ receptory se nacházejí ve většině – ne-li ve všech – buněk lidského těla. Z jejich elegantních pokusů vyplynulo, že „mysl“ není soustředěna v hlavě, ale prostřednictvím signálních molekul je rozložena v celém těle. Její práce rovněž významně podtrhla fakt, že emoce nemají původ pouze ve zpětné vazbě informací z prostředí těla. Díky sebeuvědomění může mysl používat mozek k tomu, aby generoval „molekuly emoce“ a potlačil tak systém. Zatímco správné používání mysli může churavějící tělo uzdravit, nevhodné nevědomé řízení emocí může snadno vést k onemocnění zdravého těla. Tomuto tématu se budu obšírněji věnovat v kapitolách 6 a 7. *Molekuly emocí* je velmi bystrá kniha, která popisuje proces vědeckého objevování. Najdeme v ní rovněž některé zajímavé postřehy o bojích, do nichž se badatelé pouští, když se snaží do „tradiční“ vědy uvést nové „myšlenky“, což je něco, co sám velmi dobře znám (Pert, 1997).

Limbický systém poskytl velkou evoluční výhodu svou schopností vnímat a koordinovat tok chování regulujících signálů v buněčném

koncentrovala se ve vnitřních orgánech. Přesměrování krve z vnitřností do končetin v ochranné reakci vede k zastavení funkcí spojených s růstem; bez výživy prostřednictvím krve nemohou vnitřní orgány náležitě pracovat. Vnitřní orgány přestávají vykonávat svou život zachovnou činnost, k níž náleží trávení, absorpce, vyměšování a další funkce umožňující růst buněk a produkci energetických zásob těla. Proto stresová reakce inhibuje růstové procesy a dále ohrožuje přežití těla tím, že narušuje tvorbu životně důležitých energetických rezerv.



Druhým ochranným systémem těla je imunitní systém, který nás chrání před nebezpečím, jež má původ pod kůží, například před nebezpečím způsobeným bakteriemi a viry. Když je mobilizován imunitní systém, spotřebovává mnoho z energetických zásob těla. Abychom si představili, kolik energie imunitní systém vydává, vzpomeňme si, jak se cítíme fyzicky slabí, když bojujeme s infekcemi, jako je chřipka či nachlazení. Když osa HPA mobilizuje tělo k obraně či úniku, hormony nadledvinek přímo potlačí činnost imunitního systému, aby se tak uchovaly zásoby energie. Ve skutečnosti jsou stresové hormony tak účinné při omezení funkce imunitního systému, že je lékaři podávají pacientům po transplantaci proto, aby jejich imunitní systém neodmítl cizí tkáň.

KAPITOLA 7



UVĚDOMĚLÉ RODIČOVSTVÍ

Rodiče jako genetičtí inženýři

Nepochybně jste už slyšeli to lákavé tvrzení, že jakmile rodiče předají geny svým dětem, hrají v jejich životě druhé housle – rodiče je pouze nesmějí zneužívat, musí je živit a šatit a pak jen čekají, kam je jejich předprogramované geny zavedou. Tento názor umožňuje rodičům pokračovat v jejich „životě před dětmi“ – mohou děti jednoduše odložit do jeslí nebo u paní na hlídání. Tato myšlenka se zaměstnaným a/nebo líným rodičům velice zamlouvá.

Zamlouvá se také rodičům, jako jsem já, rodičům, kteří mají biologické děti s naprosto odlišnými rysy osobnosti. Kdysi jsem si myslel, že moje dcery jsou tak rozdílné, protože v okamžiku početí zdědily různé sady genů. Šlo o náhodný proces selekce, při němž jsme jejich matka ani já nehráli žádnou roli. Koneckonců, myslel jsem si, vyrostly ve stejném prostředí (péče), takže důvod, proč jsou tak odlišné, musí být genetický (příroda).

Teď ovšem vím, že skutečnost je jiná. Nejmodernější vědecké poznatky potvrzují to, co matky a osvícení otcové věděli odjakživa – že na rodičích *opravdu záleží*, navzdory bestsellerům, které se je snaží přesvědčit o opaku. Slovy doktora Thomase Vernyho, průkopníka v oblasti prenatální a porodní psychiatrie: „Zjištění prováděná po desetiletí dokazují *nade vší pochybnost*, že rodiče mají nesmírný vliv na duševní a tělesné rysy dětí, které vychovávají“ (Verny a Kelly, 1981).

chování a zdraví, moje srdce si přálo tato zjištění rozšířit o pojem věčné duše či vědomí. Báł jsem se však, aby spirituální část neoslabila či nedevalvovala tu část knihy, která se opírala o tvrdá vědecká fakta buněčné biologie. Koneckonců, konvenční věda se ještě stále rozčilovala nad použitím termínu „mysl“, takže by vědce jistě rozlítal pojem „duch“.

To, že by se věda a náboženství neměly nikdy překrývat, je věhlasné doporučení, které se objevilo v knize známého evolučního biologa Stephena Jaye Goulda *Rock of Ages* (Gould, 2002). Podporoval tzv. NOMA, což je akronym z názvu Non-Overlapping Magisteria (Nepřekrývající se magisteria). Ano, musel jsem si to slovo vyhledat. Magisteria znamená „oblasti těžící se velké autoritě“. V tomto případě měl Gould na mysli oblasti náboženství a vědy.

Na rozdíl od mnoha vědců, kteří ostře kritizují „iracionální“ spiritualitu, a spiritualistů, jež ostře kritizují výlučně „racionální“ vědce, Gould tvrdil, že jednotlivci i kultury by měli kultivovat život duchovní i život racionálního hledání, aby zažili, co to znamená být celým člověkem. Avšak stále zastával názor, že věda a náboženství jsou dvě samostatné kultury, každá by si měla hledět svého a jít svou vlastní cestou podle svých vlastních pravidel, i když obě sdílejí cíl dospět ke koherentnímu pochopení života. Rozhodl jsem se Gouldovu radu ignorovat a zabývat se říší Ducha v prvním vydání, protože jsem se změnil – už jsem nebyl výlučně tím hyperracionálně uvažujícím, fobii z náboženství trpícím vědcem.

Myslím, že v tomto druhém, rozšířeném vydání *Biologie víry* je dobré se ptát, zda víra v existenci posmrtného života ovlivňuje naši biologii a chování. Koneckonců myšlenka nefyzického života po smrti se objevila už před 50 000 lety – neandertálci pohřbívali své mrtvé do hrobů, v některých se našly nástroje a další artefakty uložené vedle těl – takže víra, že konec fyzického života neznamenaá konec „života“, musela existovat už tehdy (Rendu et al., 2014). A odpověď na otázku, zda víra v posmrtný život ovlivňuje naši biologii a chování, zní ANO.

Od prvního vydání této knihy se nahromadily vědecké údaje, které ukazují, že náboženská víra či spiritualita má na zdravotní stav a vitalitu lidí významný vliv. V roce 2005, když tato kniha vyšla poprvé (v angličtině – red. pozn.), se ročně publikovalo asi 800 vědeckých článků o vlivu náboženství či spirituality na zdraví. Nyní, po deseti letech, vychází na toto téma 5 000 článků ročně, které odhalují, že nemocní a psychiatrickí pacienti se běžně uchylují k náboženským a spirituálním praktikám, aby se vyrovnali se svou nemocí a dalšími stresujícími změnami v životě.

Dodatek

Věda, se kterou seznamuji čtenáře v této knize, definuje, jak *víra* řídí chování a aktivitu genů a v důsledku i to, jak se odvíjí náš život. Kapitola o uvědoměném rodičovství popisuje, jak většina z nás nevyhnutelně přejala omezující či sebedestruktivní *víru*, kterou jsme si uložili do své mysli ještě jako děti.

Během prvních šesti let života se vjemy z okolního světa stahují přímo do podvědomí dítěte, bez rozlišování a bez filtrů analytické sebe si uvědomující mysli, která v té době ještě není plně funkční. Důsledkem je, že naše základní dojmy o životě a naší roli v něm jsou vytvořeny v době, kdy nemáme schopnost si tyto názory vybírat a některé z nich odmítnout. Protože podvědomá mysl řídí asi 95 % našeho chování, naše životy v podstatě naprogramují jiní lidé.

Jezuité si byli tohoto programovatelného stadia vědomi a pyšně se chvástali: „Dejte mi dítě do sedmi let věku a já vám vrátím muže.“ Byli si vědomi toho, že stav théta transu dítěte umožňuje implantovat církevní dogma přímo do podvědomé mysli. Jakmile budou tyto informace jednou naprogramovány, budou nevyhnutelně ovlivňovat 95 % chování a jednání člověka po zbytek jeho života.

Jak jsem se již zmínil, existuje celá řada vzrušujících nových metod, které vycházejí z nejnovějších výzkumů psychosomatiky a umožňují rychlý přístup k těmto podvědomým programům a jejich přeprogramování. Na stránce Zdroje/Resource mého webu – **www.brucelipton.com** – najdete částečný seznam dostupných technik umožňujících změnu myšlení. Neexistuje zdroj, který by se hodil pro všechny, na základě vlivu placebo a nocebo efektu však nejlépe funguje ta metoda přeprogramování, ve kterou věříte nejvíc.

Já se budu hlouběji zabývat jen jednou z těchto metod energetické psychologie, tzv. PSYCH-K metodou, protože s ní mám osobní zkušenosti a jsem přesvědčený o její poctivosti, jednoduchosti a účinnosti.

Roba Williamse, tvůrce metody PSYCH-K, jsem potkal roku 1990 na jedné konferenci, kde jsme oba vystoupili se svými příspěvky. Jako obvykle jsem na závěr své přednášky řekl posluchačům, že když změní

O autorovi



Photo © Donna Abate

Bruce Lipton, Ph.D., je mezinárodně uznávanou autoritou mezi vědci, kteří se snaží smazat hranice mezi vědou a duchem. Účinkoval v mnoha televizních i rozhlasových pořadech, účastní se jako hlavní řečník řady konferencí.

Doktor Lipton zahájil svou vědeckou kariéru jako buněčný biolog. Titul Ph.D. získal na University of Virginia v Charlottesville a krátce nato, roku 1973, nastoupil na katedru anatomie lékařské fakulty University of Wisconsin. Jeho vědecký výzkum svaluové dystrofie a studie zaměřené na klonování lidských kmenových buněk se soustředily na molekulární mechanismy, které řídí chování buněk. Experimentální metoda transplantace tkáně, kterou vyvinul s doktorem Edem Schultzem a společně ji publikovali v časopise *Science*, byla posléze využita jako novinka v humánním genetickém inženýrství.

Roku 1982 se začal doktor Lipton zajímat o principy kvantové fyziky a o to, jak je možné zahrnout je do jeho bádání o buněčných systémech zpracování informací. Je autorem přelomových studií o buněčné membráně, které odhalily, že vnější vrstva buněčné membrány je organickým homologem počítačového čipu, buněčným ekvivalentem mozku. Jeho výzkumné práce na lékařské fakultě Stanfordovy univerzity, kde působil mezi léty 1987 a 1992, ukázaly, že prostředí – prostřednictvím membrány – ovládá chování a fyziologii buněk, zapojuje a vypíná geny. Jeho zjištění, která stojí v opozici proti zavedenému vědeckému názoru, že život je řízen geny, se stala předzvěstí jedné z nejdůležitějších oblastí dnešní vědy – epigenetiky. Dvě důležité vědecké publikace, které byly výsledkem těchto studií, definovaly molekulární dráhy spojující mysl a tělo. Jeho pojetí a názory byly mnohokrát potvrzeny dalšími badateli.

Bruce Lipton zprostředkovává své přednášky určené původně studentům medicíny, za něž získal ocenění, veřejnosti a v současné době je vyhledávaným hostem konferencí a vedoucím workshopů. Přednáší lékařům zabývajícím se konvenční i alternativní medicínou a laickému publiku o nejnovějších poznatcích moderní vědy a o tom, jak tyto po-

znatky korespondují s psychosomatickým přístupem v medicíně a s duchovními principy. Povzbuzují ho zprávy od stovek bývalých posluchačů, kteří zlepšili svou spirituální, fyzickou i duševní pohodu aplikací zásad, o nichž hovoří ve svých přednáškách. Doktor Lipton je považován za jednoho z hlavních představitelů Nové biologie.

Na stránkách **www.brucelipton.com** najdete novinky a další informace:

- články a recenze volně ke stažení,
- knihy, videonahrávky a DVD,
- plány seminářů a přednášek,
- odkazy na další cenné webové stránky.

POZNÁNÍ TOHO, JAK MYŠLENKY OVLÁDAJÍ NÁŠ ŽIVOT

2. aktualizované a rozšířené vydání

Od prvního anglického vydání knihy *Biologie víry* o vztahu mezi myslí a tělem uplynulo již jedenáct let, během nichž se změnil způsob, jak smýšlíme o svém životě, zdraví i o naší planetě. Během těchto let výzkum na tomto poli významně postoupil a Liptonovy převratné pokusy jsou nyní podloženy léty pečlivých vědeckých studií.

V tomto podstatně rozšířeném vydání Bruce Lipton, bývalý profesor lékařské fakulty a vědec, zkoumá své vlastní experimenty i práce jiných významných badatelů, které odhalují, jak jsou mysl, tělo a duch vzájemně propojeny. Nyní je rozšířen názor, že geny a DNA naše životní procesy neřídí. Naopak, geny a DNA jsou řízeny signály z vnějšího prostředí buňky, včetně energetických zpráv vyzařujících z našich myšlenek.

Tato velmi nadějná syntéza nejnovějších výsledků výzkumu v oblasti buněčné biologie a kvantové fyziky nám dává do rukou moc opět si vytvořit zdravý a radostný život. Když změníme své vědomé a podvědomé myšlenky, změníme své životy a pomůžeme tak lidstvu dostat se na novou úroveň porozumění a míru.

Toto druhé rozšířené vydání knihy *Biologie víry* navždy změní způsob, jakým přemýšlíte o vlastním myšlení. Ohromující vědecká zjištění o biochemických účincích funkce mozku ukazují, že všechny buňky vašeho těla jsou ovlivněny vašimi myšlenkami. Autor zde popisuje přesné molekulární dráhy, jimiž k tomuto dochází. Píše jednoduše, používá přirovnání a ilustrace, humor a příklady ze života, a tak ukazuje, jak nový vědní obor – epigenetika – převratně mění naše chápání spojnice mezi myslí a hmotou a má tak hluboký vliv na naše osobní životy i na kolektivní život živočišného druhu.