

Брус Липтън

---

**БИОЛОГИЯ НА УБЕЖДЕНИЯТА**

**София, 2012**

Преводът е направен по изданието:

**BRUCE H. LIPTON, PhD**  
**THE BIOLOGY OF BELIEF**  
HAY HOUSE, INC.

Всички права запазени. Нито една част от тази книга не може да бъде размножавана или предавана по какъвто и да било начин без изричното съгласие на „Изток-Запад“.

Original copyright © 2006 by Bruce Lipton  
Revised copyright © 2008 by Mountain of Love Production

© Румяна Автанска, превод, 2012  
© Издателство „Изток-Запад“, 2012

ISBN 978-619-152-010-7

БРУС ЛИПТЪН

---

БИОЛОГИЯ  
НА УБЕЖДЕНИЯТА

Превод от английски  
*Румяна Автанска*

Редактор  
*Милена Попова*



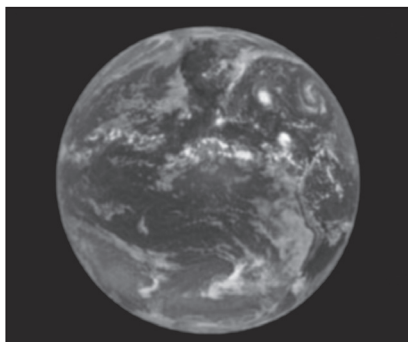


# СЪДЪРЖАНИЕ

Въведение .....	9
Увод.....	15
<b>Първа глава</b> ♦ Уроците на Петриевата паничка.....	31
<b>Втора глава</b> ♦ Дължи се на околната среда, глупако.....	51
<b>Трета глава</b> ♦ Вълшебната мембрана .....	79
<b>Четвърта глава</b> ♦ Новата физика .....	101
<b>Пета глава</b> ♦ Биологията и убежденията.....	131
<b>Шеста глава</b> ♦ Растеж и защита .....	157
<b>Седма глава</b> ♦ Осъзнатото майчинство и бащинство.....	169
<b>Епилог</b> ♦ Душа и наука.....	201
Приложение.....	225
Благодарности.....	229
За автора.....	234
Библиография .....	236



Тази книга е посветена на...



ГЕЯ: Майката на всички нас.  
Дано ни прости прегрешенията.

На майка ми Гладис, която винаги ме е окуражавала и подкрепяла, като в същото време прояви търпение през двадесетте години, които ми отне написването на тази книга.

На дъщерите ми Тания и Дженифър, две прекрасни жени, които винаги са били до мен... без значение колко странни ставаха нещата.

И най-вече на скъпата ми Маргарет Хортън, най-добрата ми приятелка, мой партньор в живота, моята любов.

Нека не спираме да се наслаждаваме на стремежа си да живеем щастливо до края на дните си!





## ВЪВЕДЕНИЕ

„Ако можете да бъдете *някой друг*, кого щяхте да изберете?“ Отделях твърде много време, за да размишлявам върху този въпрос. Бях завладян от идеята да променя идентичността си, защото исках да бъда всеки друг, *но не* и себе си. Имах успешна кариера като клетъчен биолог и професор в медицинска академия, но това не променяше факта, че личният ми живот, най-меко казано, никакъв го нямаше. Колкото по-настървено се опитвах да открия щастие и удовлетвореност в личния си живот, толкова по недоволен и нещастен ставах. В моментите, когато се задълбочавах в размишления, стигах до извода, че трябва да се примиря с нещастieto си. Реших, че съдбата ми е раздала лоши карти и аз просто трябва да го приема. Каквото ми е писано, това ще стане.

Но през есента на 1985 г. депресивното ми и фаталистично отношение се промени в един миг. Бях се оттеглил от заеманата до тогава длъжност в Медицинската академия към Университета на Уисконсин и преподавах в един медицински колеж на Карибите. Тъй като това учебно заведение беше далеч от конвенционалните академични течения, имах възможността да разсъждавам, без да се съобразявам със закостенелите *убеждения* на по-голямата част от научната общност. Далеч от кулите от слонова кост, отделен на един смарагдов остров на сред дълбокото лазурно Карибско море, аз получих научно просветление, което разби *убежденията ми* за естеството на живота.

Този момент, който напълно промени живота ми, дойде, когато преглеждах изследванията си върху механизмите, посредством които клетките контролират човешката физика и поведение. Изведнъж осъзнах, че животът на клетката се управлява от физическата и енергийната среда, а *не* от гените. Гените са просто молекулярни чертежи, използвани за изграждането на клетките, тъканите и органите. А именно средата изпълнява ролята на „строителен предприемач“, който разчита и се захваща с реализирането на тези генетични чертежи и в крайна сметка е отговорен за характеристиките на живота на една клетка. Не гените, а „усещането“ на клетката за обкръжаващата я среда е това, което задвижва жизнените ѝ механизми.

Като клетъчен биолог осъзнавах, че разкритията ми ще имат огромни последствия както за моя живот, така и за живота на всички човешки същества. Отлично знаех, че всеки от нас е направен от приблизително петдесет трилиона клетки. Бях посветил професионалния си живот на това, да проуча из основи клетката, защото още тогава знаех, че колкото по-добре познаваме отделната клетка, толкова по-добре ще познаваме и съвкупността от клетки, която съставлява тялото на всеки човек. Бях убеден също и че щом отделните клетки се ръководят от усещането си за обкръжаващата ги среда, то и ние, изградените от трилиони клетки човешки същества, сме подвластни на същия принцип. Точно както при отделната клетка, качеството и на нашия живот зависи не от гените ни, а от реакциите ни спрямо сигналите на средата.

От една страна, новите ми възгледи върху естеството на живота бяха истинско сътресение за мен. Близо двадесет години бях насаждал в главите на студентите по медицина основната догма в биологията – *убеждението*, че животът зависи от гените. От друга страна, новото ми прозрение не се появи съвсем изневиделица. Винаги съм имал известни съмнения в генетичния детерминизъм. Някои от тези съмнения се появиха през осемнадесетте години, през които провеждах финансирани от правителството проучвания върху клонирането на стволови клетки. Въпреки че трябваше да прекарам

известно време встрани от традиционните академични среди, за да го осъзная напълно, тези изследвания дадоха неопровержими доказателства, че най-поддържаните догми в биологията, свързани с генетичния детерминизъм, не се основават на стабилни доводи.

Моите нови разбирания за естеството на живота не само подпомогнаха проучването ми върху стволите клетки, но и както разбрах, противостояха на още едно *убеждение* на конвенционалната наука, което бях разисквал със студентите си – *убеждението*, че традиционната медицина е единствената, която си заслужава да се разглежда в медицинските училища. Щом основаващата се на енергията околна среда получи дължимото внимание, това доведе до величествено обединение в науката и практиката на конвенционалната медицина, алтернативната медицина и духовната мъдрост на древните и модерните религиозни вярвания.

В личен план, в момента на прозрението си осъзнах, че съм изпаднал в безизходица просто защото *съм убеден*, че ми е писано да имам катастрофален личен живот. Без съмнение, човешките същества са силно предразположени да се поддават с огромна страст и упоритост на погрешни *убеждения* и свръхрационалните учени не са имунизирани срещу това. Нашата сложно устроена нервна система, ръководена от главния ни мозък, е свидетелство за това, че усещанията ни са далеч по-комплексни от тези на една-единствена клетка. Когато нашето уникално човешко съзнание влезе в действие, ние можем да избираме как да възприемем околната среда, за разлика от клетката, чието усещане е по-рефлексивно.

Бях окрилен от новото си откритие, че мога да променя живота си, променяйки *убежденията си*. Моментално се изпълних с енергия, тъй като осъзнах, че има научно обоснован подход, който ще ме изведе от ролята ми на вечната „жертва“ към новата ми позиция на „ковач“ на собствената си съдба.

От тази вълшебна нощ на Карибите изминаха повече от двадесет години. През това време биологичните проучвания продължиха да потвърждават изводите, до които достигнах тогава. Днес две нововъзникнали научни области, занимава-

щи се с най-важните въпроси в биомедицинските изследвания, потвърждават заключенията, изложени в „Биология на убежденията“.

На първо място, *сигналната трансдукция* се занимава с биохимичните пътища, по които клетките реагират на околната среда. Външните сигнали активират процеси в цитоплазмата, които могат да променят проявлението на гените и така да контролират съдбата на клетката, да повлияят върху нейното движение, да определят оцеляването ѝ и дори да я осъдят на смърт. Според науката сигнална трансдукция съдбата и поведението на един организъм са пряко свързани с това как той възприема околната среда. Простичко казано, това какъв ще е животът ни зависи от начина, по който гледаме на него.

Второ, новата наука *епигенетика*, името на която буквално означава „контрол над гените“, напълно разруши общоприетото разбиране за генетичен контрол. Епигенетиката е наука, която се занимава с това как сигналите от околната среда избират, модифицират и регулират дейността на гените. Тези нови открития показват, че нашите гени непрестанно се моделират вследствие на житейския ни опит. Това още веднъж подчертава факта, че физиката ни се влияе от начина, по който възприемаме живота.

Месеци след първото издание на тази книга, статия в едно от най-престижните списания – „Нейчър“, огласи нови вълнуващи разкрития в областта на епигенетиката за това как средата контролира дейността на гените в стволните клетки, което по една случайност е темата и заключението на втора глава от настоящата книга. Трябва да призная, че се забавлявах от факта, че моята глава е озаглавена „Дължи се на околната среда, глупако“, а заглавието на по-късно публикуваната статия в „Нейчър“ беше „Дължи се на екологията, глупако“ („Нейчър“, 2005, 435:268). В общо линии сме на една и съща вълна!

Когато пишеха критики за книгата ми, някои учени попитаха: „Е, какво е новото тук?“ Водещите биолози са запознати с концепциите, изложени в нея, и това е добре. Проблемът е в това, че повече от 99% от останалите хора от „ненаучните сре-

ди“ все още са ръководени от остарелите и обезкуражаващи схващания, че са жертви на гените си.

Изследователите може и да знаят за тази нова и наистина радикална промяна в познанието, но прозренията ми все още не са достигнали до широката аудитория. Медиите влошават ситуацията, като залъгват широката публика с безкраен поток от истории, според които е открит генът, виновен за рака или за някоя друга болест. Следователно целта на моята книга е да разтълкува значимостта на тази модерна наука, за да стане тя достъпна за обикновения читател. Най-искрено се надявам да разберете, че много от *убежденията*, които движат живота ви, са погрешни и ограничаващи, и също така, че ще се мотивирате да промените тези *убеждения*. Вникването на ниво наука в това как клетките реагират на мислите и усещанията ви ще освети пътя ви към личното израстване. Прозренията, до които достигаме благодарение на тази нова биология, отприщват силата на съзнанието, материята и чудесата.

„Биология на убежденията“ не е книга за това, как да си помогнем сами, а за това, как да се *самоусъвършенстваме*. Информацията в нея ще ви помогне да опознаете *своята същност*, а от това познание извира силата, с която можете сами да контролирате собствения си живот.

Тази информация е мощ. Знаем, че е така. Животът, който си изградих, използвайки тези знания, е много по-богат и удовлетворяващ и вече не се питам: „Ако можех да съм *някой друг*, кого щях да избира?“ Засега отговорът е прост. Искам да съм си *аз*!



## УВОД

# ВЪЛШЕБНИТЕ КЛЕТКИ

Бях във втори клас, когато в часа на госпожица Новак се качих върху една малка кутия, за да мога да стигна достатъчно високо, за да погледна през окуляра на микроскопа. Уви, бях прекалено близо, за да мога да видя нещо различно от светло петно. Най-накрая се успокоих и успях да чуя инструкциите да се отдръпна от окуляра. И тогава се случи едно събитие толкова драматично, че промени целия ми живот занапред. Едно чехълче изплува върху полето. Бях хипнотизиран. Силната врява на останалите деца утихна, изчезна и училищната миризма на току-що подострени моливи, нови пастели и пластмасови несесери с картинка на Рой Роджърс. Цялото ми тяло беше парализирано от извънземния свят на тази клетка, която за мен беше дори по-вълнуваща от днешните филми с компютърно генерирани специални ефекти.

В наивното си детско съзнание аз виждах този организъм не като клетка, а като микроскопична личност, мислещо, чувстващо същество. Струваше ми се, че вместо да се движи безцелно, този малък едноклетъчен организъм има своя мисия, въпреки че не знаех каква точно е тя. Безмълвно съзерцавах чехълчето докато то неуморно се движеше из подложката от водорасли. Докато го наблюдавах задълбочено, огромният псевдопод на една ганглиева амеба започна да се промъква в полето.

Точно тогава посещението ми в този миниатюрен свят внезапно приключи, защото Глен, побойникът на класа, ме събори от кутията, понеже на свой ред искаше да погледне през микроскопа. Опитах се да привлека вниманието на госпожица Новак, надявайки се, че „нарушението“ на Глен ще ми даде възможност на още един „наказателен удар“ към микроскопа. Но оставах само няколко минути до обяд, а и другите деца на опашката се блъскаха за ред. Веднага след училище се прибрах на бегот у дома и развълнувано разказах на мама за приключението си с микроскопа. Приложих всички трикове за убеждаване, които владее едно седемгодишно дете – врънках, умолявах и накрая придумах някак майка си да ми купи микроскоп, за да прекарвам часове, хипнотизиран от онзи странен свят, до който можех да се докосна само чрез чудото на оптиката.

По-късно, по време на докторантурата си, минах на високо ниво с електронен микроскоп. Предимството му пред обикновения микроскоп е в това, че е хиляди пъти по-мощен. Разликата помежду им е като тази между телескопите за наблюдение, в които туристите пускат по 25 цента, за да разглеждат забележителностите, и изпратеният в орбита телескоп „Хъбъл“, който предава изображения от далечния космос. Да премине към използването на електронен микроскоп в лабораторната си работа е истинско посвещаване в рицарство за амбициозния биолог. Преминаваш през черна въртяща се врата, подобна на онези, които отделят тъмните стаички за проявяване на снимки от осветените работни пространства.

Помня първия път, когато стъпих върху въртяща се врата и започнах да я бутам. Бях в тъмнината между два свята – животът ми на студент и бъдещето ми като научен изследовател. Когато вратата се завъртя, се оказах в широка, тъмна стая, слабо осветена от няколко червени фотографски лампички. Докато очите ми се адаптираха към слабата светлина, аз постепенно започнах да изпитвам страхопочитание към това, което стоеше пред мен. Червените светлинки зловещо се отразяваха върху огледалната повърхност на солидна, дебела около тридесет сантиметра хромирана стоманена колона от електромагнитни лещи, която се издигаше до тавана в средата



на стаята. В основата ѝ, разпростираща се и от двете и страни, стоеше голяма контролна конзола. Тя приличаше на контролното табло на „Боинг 747“, отрупана с превключватели, светещи измервателни уреди и многоцветни лампички. Огромни снопове от подобни на пипала захранващи кабели и въздушни тръби излизаха от основата на микроскопа като коренище на стар дъб. Звукът от дрънчащите смукателни помпи и свистенето на машините за охлаждане изпълваше въздуха. Струваше ми се, че току-що се бях телепортирал в командната зала на кораба „Ентърпрайс“<sup>1</sup>. Явно това беше почивният ден на капитан Кърк, защото на пулта за управление стоеше един от моите преподаватели, който се занимаваше със сложната процедура по въвеждането на образец от тъкан в безвъздушната камера в средата на стоманената колона.

Докато минутите летяха, аз изпитах познатото усещане от онзи ден във втори клас, когато за първи път видях клетка. Накрая някакъв зелен флуоресциращ образ се появи върху фосфорния екран. Присъствието на тъмно оцветените клетки едва се долавяше в меките сектори, които бяха уголемени около тридесет пъти. След това постепенно приближението се увеличи. Отначало със 100 пъти, после с 1000 и накрая с 10 000 пъти нормалния размер. Когато най-сетне достигнахме до изкривяване на образа, клетките бяха увеличени повече от 100 000 пъти. Това наистина беше „Стар Трек“, но вместо да летим в космоса навлизахме дълбоко във вътрешното пространство, където „човешки крак не е стъпвал“. В един момент наблюдавах миниатюрна клетка, а след секунди се озовах навътре в нейната молекулярна структура.

Не можех да скрия благоговението си пред факта, че съм на крачка да премина на следващото ниво в науката. Усещаше се и вълнението ми, че съм посочен като почетен помощник капитан. Поех контрола в свои ръце, за да прелетя над този извънземен клетъчен пейзаж. Професорът беше мой екскурзовод, който ми показваше забележителностите: „Ето една

---

<sup>1</sup> Космическия кораб от научно-фантастическия телевизионен сериал „Стар Трек“. – Б.р.

митохондрия, това е апаратът на Голджи, ей там има ядрена пора, това е колагенова молекула, онова е рибозома.“

До голяма степен треската, която ме завладя, се дължеше на това, че се възприемах като пионер, който прекосява територия, невиждана досега от човешко око. Докато оптичният микроскоп ми даваше възможност да виждам клетките като живи същества, електронният ме изправи лице в лице с молекулите, които лежат в основата на самия живот. Знаех, че в *цитоархитектониката* на клетката са заровени тайни, които могат да разплетат мистериите на живота.

За миг люковете на микроскопа се превърнаха в кристална топка; в прозрачната зелена светлина на флуоресцентния екран видях своето бъдеще. Разбрах, че ще стана клетъчен биолог и че ще насоча проучванията си към разнищването на всяка подробност от ултраструктурата на клетките, за да прозра тайните на техния живот. Както вече бях научил по време на докторантурата, *структурата* и *функциите* на живите организми са дълбоко свързани. Бях сигурен, че съпоставяйки микроскопичната анатомия на отделната клетка с нейното поведение, ще достигна до прозрения за природата на Природата. Докато учех в университета, след това по време на докторантура и през цялата си кариера на професор по медицина, бях посветил всяка своя минута на изучаването на молекулярната анатомия на клетката, защото ключът към нейните функции се крие в структурата ѝ.

Изследванията ми върху „тайните на живота“ ме отведоха до кариерата на изследовател на особеностите на клонираните човешки клетки, отгледани в тъканни култури. Десет години след прекия ми сблъсък с електронния микроскоп вече бях член на преподавателския състав на престижната медицинска академия към Университета на Уисконсин, ползвах се с международно признание за проучванията си върху клонирането на стволови клетки и бях уважаван преподавател. Бях преминал на по-мощни електронни микроскопи, които ми позволяваха да правя чрез компютърна осева томография триизмерни, подобни на сканиране, разрези на организмите, и така се озовавах лице в лице с молекулите, които стоят в основата на

самия живот. Въпреки че оръдията на труда ми ставаха все по-сложни, подходът ми не се промени. Никога не загубих убеждението, което имах на седем години, че животът на клетките, които изучавам, има своето предназначение.

За жалост, не бях така убеден в смисъла на собствения ми живот. Не вярвах в Господ, въпреки че, признавам си, понякога ме забавляваше мисълта, че има Бог, който контролира света с изключително извратено чувство за хумор. Все пак бях биолог традиционалист, за когото дали Бог съществува е излишен въпрос: животът е следствие на чиста случайност, раздадена силна карта или, за да съм по-точен, случайно хвърляне на генетичните зарове. Мотото на нашата професия още от времето на Чарлз Дарвин е: „Бог ли? Не ние притрябвал никакъв Бог!“

Не че Дарвин отрича съществуването на Бог. Той просто твърди, че случайността, а не Божият пръст, е отговорна за особеностите на живота на Земята. В книгата си от 1859 г. „Произход на видовете“ Дарвин казва, че характерните черти се предават от родителите на техните деца. Той твърди, че „наследствените фактори“, предавани от родителя на детето му, *контролират* особеностите на живота на конкретния индивид. Това проникновение провокира учените да правят усърдни опити да разнищят живия организъм до най-миниатюрната му частица, защото в структурата на клетката са очаквали да открият наследствения механизъм, който управлява живота.

Тези проучвания достигат забележителни резултати, когато преди петдесет години Джеймс Уотсън и Франсис Крик обясняват структурата и функциите на двойната спирала на ДНК, материалът, от който са направени гените. Най-сетне учените установяват същността на „наследствените фактори“, за които Дарвин е писал през XIX в. Жълтите вестници тръбят навсякъде за прекрасния нов свят на генното инженерство и неговите обещания за бебета по поръчка и вълшебни лекарства. Ясно помня огромните заглавия по първите страници в този паметен ден през 1953 г.: „Тайната на живота е разбулена.“

Подобно на таблоидите, и биолозите веднага застанаха на страната на победителите. Механизмът, по който ДНК кон-

тролира живота на организмите, се превърна в основна догма на молекулярната биология, старателно провеждана в учебниците. В дългия дебат на тема „Природата срещу средата“ везните категорично се наклониха към природата. Отначало ДНК се смяташе за отговорна единствено за физическите ни особености, но после започнахме да смятаме, че заедно с това гените контролират емоциите и поведението ни. Така че, ако сте родени с дефектен ген на щастието, можете да сигурни, че животът ви ще бъде нещастен.

За жалост, аз смятах, че съм един от онези хора, обречени на липсващ или мутирал ген на щастието. Бях замаян от безжалостна поредица омаломощаващи ме емоционални крошета. След дълга и болезнена битка с рака почина баща ми. Аз бях основният човек, който се грижеше за него, и бях прекарал последните четири месеца в полети на всеки три-четири дни между Уисконсин, където работех, и дома му в Ню Йорк. Докато не бях до смъртния му одър, се опитвах да поддържам изследователска програма, да преподавам и да кандидатствам за подновяване на основната субсидия за Националния институт по здравеопазване.

И за да е още по-голям стресът, се намирах наред емоционално изтощителен и финансово унищожителен развод. Средствата ми стремглаво се изпаряваха, докато съдебната система беше сякаш минала на моя издръжка. Бях икономически нестабилен и бездомен, в един момент всичките ми притежания можеха са се съберат в един куфар, живеех в мизерен „градински“ жилищен комплекс. Повечето от съседите ми се надяваха да повишат жизнения си стандарт, като се преместят в каравана. Аз направо се страхувах от съседите си. Още през първата седмица от пребиваването ми там разбиха апартамента ми и ми откраднаха аудиоуредбата. На следващата седмица високият над метър и осемдесет и около метър широк Буба почука на вратата ми. Той държеше бутилка бира в едната си ръка, а с другата човъркаше зъбите си с голям пирон и искаше да знае дали имам упътване за касетъчния дек.

Върхът на всичко беше денят, в който метнах телефона си през стъклената врата на кабинета си, строшавайки надписа

„ Д-р Ф. Н. Брус Х. Липтън, доцент по анатомия, Медицински факултет, Университет на Уисконсин“ с вик: „Изведете ме от тук!“ За този срив спомогна телефонно обаждане от един банкер, който възпитано, но категорично заяви, че не може да удовлетвори молбата ми за ипотека. Беше като сцена от филма „Думи на обич“, когато Дебра Уингър отговаря на надеждите на съпруга си за заем: „В момента нямаме достатъчно пари да покрием сметките си. Да вземем заем означава, че от тук нататък парите никога няма да ни стигат!“

## МАГИЯТА НА КЛЕТКИТЕ – ДЕЖА ВЮ

За щастие намерих изход от ситуацията, като предприех кратко бягство в медицинското училище на Карибите. Знаех, че проблемите ми няма да изчезнат, като се преместя там, но когато самолетът се стрелна сред сивото облачно небе над Чикаго, започна да ми изглежда точно така. Прехапах устните си, за да попреча на усмивката си да прерасне в бурен смях. Изпитвах такава радост, сякаш бях на седем години и за първи път откривах страстта на живота си, магията на клетките. Настроението ми стана още по-добро в пътническия шестместен самолет на път за Монтсерат – малък остров (104 км<sup>2</sup>) в Карибско море. Ако някога е съществувала Райската градина, то тя сигурно е приличала на моя нов дом, издигащ се на сред блестящото лазурносиньо море като гигантски шлифован смарагд. Когато кацнахме, ухаещият на гардени бриз, който се носеше над асфалта на пистата, ме опияни.

Местен обичай беше часовете по залез слънце да бъдат посветени на тихо съзерцание, традиция, която аз с готовност възприех. При отлитането на всеки един ден аз с нетърпение очаквах божественото светлинно шоу. Къщата ми, която се намираше върху една скала на 150 метра над океана, гледаше право на запад. Лъкатушеца пътека минаваше през покрита

с дървета и пълна с папрати пещера и водеше към водата. На дъното на пещерата процеп в стената от жасминови храсти разкриваше уединен плаж, където правех още по-разкошен вечерния си ритуал, отмивайки от себе си деня с няколко дължини в топлата вода. След плуването натрупвах пясък и си правех удобна лежанка, облягах се и гледах как слънцето потъва бавно в морето.

На този отдалечен остров бях далеч от суетата и свободен да виждам света без заблудата на догматичните схващания на цивилизацията. Отначало не спирах да премислям и критикувам катастрофата, която представляваше живота ми. Но скоро критикът в главата ми спря да дава оценки за четиридесетгодишния ми живот. Започнах да си припомням какво е да живееш в мига и за мига, как съм се чувствал в безгрижното си детство. Отново да *изпитвам* удоволствието от това, че съм жив.

Станах повече човек и по-човечен, докато живях на този райски остров. Освен това станах и по-добър клетъчен биолог. Почти цялото си формално научно образование бях получил в стерилни, безжизнени класни стаи, аудитории и лаборатории. Обаче, след като веднъж вече се бях потопил в разнообразната карибска екосистема, аз започнах да гледам на биологията като на жива, дишаща, цялостна система, а не като на колекция от отделни видове, споделящи едно общо парче земя.

Тихото съзерцание на подобните на градини островни джунгли и гмуркането сред скъпоценните коралови рифове ми откриха изумителното единство между растенията и животните на острова. Те живееха в деликатно динамично равновесие не само с другите форми на живот, но и с физическата околна среда. Не борбата за живот, а хармонията в нея ми говореше, докато седях в Райската градина на Карибите. Убедих се, че съвременната биология обръща твърде малко внимание на важната роля на сътрудничеството, тъй като дарвинистките ѝ корени наблягат на конкурентната природа на живота.

За съжаление на колегите ми от Университета на Уисконсин, аз се върнах там като краен радикал, който поставя под съмнение свещените фундаментални схващания на биологи-

ята. Дори започнах открито да критикувам Чарлз Дарвин и неговата теория за еволюцията. В очите на повечето биолози поведението ми беше равносилно на това свещеник да нахлуе във Ватикана и да заяви, че папата е мошеник.

Мога да простя на колегите си, че когато напуснах заеманата от мен длъжност, за да изпълня детската си мечта да свиря в рок група и тръгнах на турне, те заключиха, че кокосов орех ме е ударил по главата. Открих Яни, който после стана голяма знаменитост, и заедно с него продуцирахме лазерно шоу. По-късно обаче разбрах, че имам много по-големи заложби в преподаването и изследователската дейност, отколкото в продуцирането на концерти. Приключих с кризата на средната възраст, която ще обрисувам в много по-болезнени детайли в някоя от следващите глави, като се отказах от музикалния бизнес и се върнах на Карибите, за да преподавам отново клетъчна биология.

Последната ми спирка в традиционните научни среди беше в медицинския факултет на Станфордския университет. По това време вече бях непоколебим защитник на „новата“ биология. Бях поставил под въпрос не само Дарвиновата теза за еволюцията „по-силният оцелява“, но и Главната догма на биологията – убеждението, че гените управляват живота. Тази научна предпоставка има един основен пропуск – гените не могат да се включват и изключват сами. Казано на научен език, гените не се „самоактивират“. Нещо в заобикалящата ги среда трябва да задейства тяхната активност. Въпреки че този факт вече беше установен от модерната наука, учените-традиционалисти, заслепени от генетичната догма, просто го пренебрегнаха. Това, че нескрито се противопоставях на Главната догма, ме превърна в нещо повече от научен еретик. Не само че бях кандидат за отлъчване, а направо си плачех за изгаряне на клада!

На една лекция по време на събеседването ми за работа в Станфорд обвиних членовете на факултета, много от които международно признати авторитети в областта на генетиката, в това, че с нищо не отстъпват на религиозните фанатици заради факта, че защитават Главната догма въпреки доказателствата срещу нея. След богохулните ми изявления залата

изригна във викове на недоволство и си помислих, че с кандидатстването ми за работа е свършено. Вместо това моите прозрения, засягащи механиката на новата биология, се оказаха толкова интригуващи, че получих мястото. С подкрепата на някои видни учени в Станфорд, и особено на ръководителя на Катедрата по патология д-р Клаус Бенш, събрах кураж да упорствам в идеите си и да ги приложа при проучванията си върху клонирани човешки клетки. За изненада на всички експериментите ми напълно подкрепиха алтернативния поглед към биологията, който проповядвах. Публикувах две статии върху това изследване и напуснах преподавателската кариера, този път завинаги (Lipton, et al, 1991, 1992).

Напуснах, защото въпреки подкрепата, която имах в Станфорд, чувствах, че никой не чува посланието ми. Оттогава насам се провеждат изследвания, които постоянно доказват скептицизма ми към Главната догма и първенството на ДНК в контрола над живота. Всъщност *епигенетиката*, науката, изучаваща молекулярните механизми, посредством които заобикалящата среда контролира дейността на гените, днес е една от най-активните области за научни изследвания. Отскоро привличащата вниманието роля на заобикалящата среда при регулирането на дейността на гените беше център на моите изследвания върху клетките преди двадесет и пет години, далеч преди да се появи епигенетиката (Lipton 1977a, 1977b). Това ми носи интелектуално удовлетворение и в същото време знам, че ако преподавах и провеждах проучвания в медицинска академия, колегите ми все още щяха да се чудят дали кокосов орех не ме е ударил по главата, защото през последните десет години съм станал още по-краен в отношението си към академичните стандарти. Пълната ми отдаденост на новата биология се превърна в нещо много повече от интелектуално упражнение. Убеден съм, че клетките не само ни показват на механизмите на живота, но и ни учат как да го изживеем пълноценно.

Според консервативната наука този начин на мислене несъмнено би ми спечелил безумната награда „Д-р Дулитъл“ за антропоморфизъм или за да съм по-точен, за цитопоморфи-



зъм – заради това, че разсъждавам като клетка, но според мен това е „а“-то и „б“-то на Биологията. Вие сигурно гледате на себе си като на самостоятелен индивид, но в качеството си на клетъчен биолог мога да ви кажа, че в действителност тялото ви представлява взаимоспомагателно общество от около петдесет трилиона отделни граждани – клетки. Почти всички клетки, които съставляват тялото ви, са подобни на амеби отделни организми, които са разработили взаимна стратегия за общото си оцеляване. Казано по-просто, човешките същества са само следствие от „колективното съзнание на амебите“. Както националността отразява общите черти на гражданите, така и човешкото в нас трябва да отразява основната природа на нашите клетъчни общества.

## ИЗВОДИТЕ ОТ УРОЦИТЕ НА КЛЕТКИТЕ

Използвайки клетъчните общества като модел за поведение, стигнах до извода, че ние не сме жертви на гените си, а господари на съдбите си и сме способни да изпълним живота си със спокойствие, щастие и любов. Изпробвах хипотезата си върху самия себе си, след известно подбутване от слушателите ми, които ме питаха защо прозренията ми не са направили моя живот по-щастлив. И бяха прави: трябваше да приложа новите си биологични познания във всекидневието си. Разбрах, че съм успял, когато една светла неделна утрин в „Биг Изи“ една сервитьорка ме каза: „Готин, ти си най-щастливият човек, когато съм срещала. Я ми кажи защо си толкова щастлив?“ Въпросът ѝ ме хвана неподготвен, но въпреки това не можах да се сдържа и казах: „На седмото небе съм!“ Сервитьорката поклати глава, промълви: „Леле, леле“ и взе поръчката ми. Но си беше точно така. Бях щастлив, по-щастлив от когато и да било.

Някои критични читатели с право може би гледат със скептицизъм на твърдението ми, че Земята е Рай, защото по

дефиниция Раят е място, обитавано само от божествата и блажените мъртви. Наистина ли смятах, че Ню Орлийнс, или който и да е друг голям град, може да се нарече райско кътче? Дрипави бездомни жени и деца, живеещи по улиците; толкова мръсен въздух, че не може да се каже дали изобщо съществуват звезди; реки и езера, така замърсени, че ги обитават само страховити непознати форми на живот. Тази Земя е Рай? Тук живеят божествата? Той ги *познава*?

Отговорът на тези въпроси е: да, да и вярвам, че ги познавам. Всъщност, за да съм напълно откровен, трябва да призная, че не познавам всички божества лично, защото не познавам всеки от вас. За Бога, вие сте повече от шест милиарда! И за да съм още по-честен, не познавам и всички членове на растителното и животинското царство, но вярвам, че Бог е и във всеки от тях.

Както би казал Тим Тейлър от сериала „Тул Тайм“: „Я не ме будалкай! Той наистина ли твърди, че Бог е в самите *хора*?“

Ами... да, така е. Разбира се, не съм първият, който го твърди. В Битие е написано, че сме сътворени по Божи образ и подобие. Да, аз, заклетият рационалист, сега пък цитирам Иисус, Буда и Руми. Преминах през всички етапи – от редуционистки, научен поглед към живота до духовен поглед. Направени сме по образ и подобие на Бог и трябва да върнем Светия Дух обратно в уравнението, ако искаме да подобрим физическото и духовното си здраве.

Тъй като ние не сме безпомощни биохимични машини, да гълтаме хапче всеки път, когато сме психически или физически зле, не е решение. Лекарствата и операциите са мощни оръжия, когато не се злоупотребява с тях, но идеята, че само хапчето помага, е изцяло погрешна. Всеки път, когато тялото поема някакво лекарство, за да бъде коригирана функцията А, неизбежно се потискат функции Б, В и Г. Не хормоните, влияещи на гените, и невротрансмитерите контролират тялото и съзнанието ни; нашите убеждения управляват телата, умовете, а следователно и живота ни... Имайте малко вяра!

## СВЕТЛИНАТА ИЗВЪН УСТАНОВЕНИТЕ ПРАВИЛА

В тази книга ще начертая прословутата линия върху пясъка. От едната ѝ страна стои светът, който според неodarвинизма представлява една безкрайна война между вечно воюващи биороботи. От другата страна е „Новата биология“, според която животът е общо пътуване на силни индивиди, които могат да се самонастроят така, че да живеят щастливо. Когато пресечем тази линия и истински вникнем в Новата биология, вече няма да спорим настървено за ролята на средата и природата, защото ще осъзнаем, че напълно осъзнатият разум отдава еднакво значение и на природата, и на средата. Освен това вярвам, че човечеството ще претърпи такава драстична промяна в разбиранията си, подобна на тази, когато е станало ясно, че Земята не е плоска, а кръгла.

Хората с литературен уклон, които може би се опасяват, че тази книга представлява някакъв неразбираем научен труд, не бива да се притесняват. Когато бях университетски преподавател, аз се дразнех на жулещите кожата костюми с елече, стегнатите вратовръзки, обувките с остри върхове и безкрайните заседания, но обичах да преподавам. След като напуснах тези среди, аз продължих да го правя; представял съм принципите на Новата биология пред хиляди хора из целия свят. В тези лекции аз излагах научните си възгледи на лесно смилаем език, илюстрирах ги с цветни таблици, много от които са поместени в тази книга.

В първа глава се говори за „интелигентните“ клетки и за това защо и как ни учат на толкова много неща за собственото ни съзнание и тяло. Във втора глава излагам научни доказателства в подкрепа на тезата си, че гените не контролират биологията. Също така разкривам вълнуващите открития на епигенетиката, нова област в биологията, която разплита тайните на това как обкръжаващата среда (природата) влияе върху поведението на клетките, без да променя генетичния им код. Това е област, която разкрива нови подробности око-

ло природата на заболяванията, включително на рака и шизофренията.

В трета глава става дума за клетъчната мембрана, „кожата“ на клетката. Без съмнение сте чували повече за клетъчното ядро, в което се намира ДНК, отколкото за мембраната. Но новаторската наука разкрива в нечувани детайли това, което установих преди двадесет години, а именно, че мембраната е същинският мозък на клетъчната дейност. В четвърта глава говоря за главозамайващите открития на квантовата физика. Тези открития имат голямо значение за разбирането и лечението на болестите. Въпреки това конвенционалните медицински учебни заведения все още не са въвели квантовата физика в своите изследвания или в обучението на своите кадри, което води до трагични последици.

В пета глава обяснявам защо съм озаглавил тази книга „Биология на убежденията“. Положителните мисли оказват съществено влияние върху поведението и гените, но *само* когато са в хармония с вътрешната нагласа. Отрицателните мисли притежават същата сила. Когато разберем как положителните и отрицателните схващания влияят на биологичните процеси в нас, ще можем да използваме тези знания, за да се сдобием със здраве и щастие. Шеста глава разкрива защо клетките и хората имат нужда да растат и как страхът спира растежа им.

Седма глава се концентрира върху осъзнатото майчинство и бащинство. Като родители ние трябва да съзнаваме ролята си в програмирането на убежденията на децата си, както и влиянието, което тези убеждения оказват върху живота им. Тази глава е важна независимо дали сте родител, или не, защото като „бивше“ дете това да прозрете как сте били програмирани и какво е влиянието на тази програма върху живота ви е голямо откритие. В заключението правя преглед на това как отношението ми към Новата биология ме е накарало да прозра колко е важно да се обедини сферата на духовното с тази на науката, с което радикално се разграничавам от миналото си на традиционен учен.

Готови ли сте да използвате съзнанието си, за да изпълните живота си със здраве, щастие и любов без помощта на генни

инженери и без да се пристрастите към лекарства? Готови ли сте да се потопите в една реалност, различна от тази, според която медицината приема човешкото тяло като биохимична машина? Не трябва да купувате нищо, не е нужно да вадите чековата си книжка. Необходимо е само за малко да потиснете остарелите си схващания, насадени от научните среди и от медиите, и да се обърнете към вълнуващото ново познание, предлагано от алтернативната наука.