

NASLOV ORIGINALA:

Dawson Church

Mind to Matter

Copyright © 2018 by Dawson Church

Originally published in 2018 by Hay House, Inc.

Za izdanje na srpskom jeziku © Publik praktikum 2020

ZA IZDAVAČA:

Marko Sabovljević

GLAVNI I ODGOVORNI UREDNIK:

Marina Sabovljević

UREDNIK IZDANJA:

Milica Simić

PREVOD:

Milica Simić

LEKTURA I KOREKTURA:

Jevrem Živanović

DIZAJN KORICE:

Siniša Subotić

ŠTAMPA:

Alpha print, Zemun

TIRAŽ:

1000

IZDAVAČ:

Publik praktikum

Dobrovoljačka 10/I, Zemun

office@publikpraktikum.rs

011/4202 544; 011/4202 545

Sva prava su zadržana. Nijedan deo ove knjige ne sme se kopirati ni prenositi u bilo kom obliku ili bilo kojim sredstvima, elektronskim ili mehaničkim, uključujući fotokopiranje, snimanje ili bilo koji sistem za skladištenje i pretraživanje informacija, bez pismenog odobrenja izdavača.

DOSON ČERČ

**OD UMA
DO MATERIJE**

HARMON**NIJA**

Sadržaj:

PREDGOVOR	7
UVOD	13
Poglavlje 1 KAKO NAŠ MOZAK OBLIKUJE SVET	21
Poglavlje 2 KAKO ENERGIJA STVARA MATERIJU	47
Poglavlje 3 KAKO NAŠE EMOCIJE ORGANIZUJU NAŠE OKRUŽENJE	69
Poglavlje 4 KAKO ENERGIJA REGULIŠE NAŠU DNK I ČELIJE U TELU ..	105
Poglavlje 5 MOĆ KOHERENTNOG UMA	137
Poglavlje 6 KAKO SE USKLADITI SA SINHRONICITETIMA	181
Poglavlje 7 RAZMIŠLJANJE IZVAN LOKALNOG UMA	229
POGOVOR	237
REFERENCE	241
O AUTORU	265

PREDGOVOR

Nauka je postala savremeni jezik misticizma. Na osnovu mog iskustva u podučavanju ljudi širom sveta, kad se termini povezani s religijom, drevnim tradicijama, sekularnim kulturama, pa čak i idealizmom nju ejdža izgovore javno, ljudi u publici se podele. A ipak, nauka spaja – i na taj način kreira zajednicu.

Dakle, kad se neki od principa kvantne fizike (kako su um i materija povezani) i elektromagnetizma kombinuju s najnovijim otkrićima neuronauke i neuroendokrinologije (proučavanje toga kako mozak reguliše hormonski sistem), a onda se doda i malo *psi-honeuroimunologije* (proučavanje toga kako mozak, nervni sistem i imuni sistem utiču jedni na druge – *a to je veza um/telo*) i na kraju se u ovu formulu pridodaju i najnovija otkrića iz epigenetike (proučavanje toga kako okruženje utiče na ekspresiju gena), možete da demistifikujete mistično. Čineći to, razotkrićete i misteriju sopstva i otkriti istinsku prirodu realnosti.

Sve ove nove istraživačke oblasti ukazuju na naše mogućnosti. Dokazuju da mi nismo čvrsto umreženi da budemo onakvi kakvi smo do kraja svog života, i da nas geni ne određuju sudbinski – umesto toga, mi smo čuda prilagodljivosti i promene.

Svaki put kad naučite nešto novo, pred vama se otvaraju jedinstvene mogućnosti kojih do tada niste bili svesni i, kao rezultat toga, vi se menjate. To se naziva znanje, a ono vas dovodi do toga da više ne vidite stvari onakvim kakve *one* jesu, već onakvim kakvi ste *vi*. To je proces učenja i što više učite, tim se stvara više novih sinaptičkih veza u mozgu. Kao što ćete saznati u ovoj divnoj knjizi, nedavna istraživanja pokazuju da samo jedan sat proveden u fokusiranoj koncentraciji na neki predmet udvostručuje broj sinapsi u vašem mozgu povezanih s tim predmetom. Ta istraživanja govore nam i da ako ne ponavljate ono što ste naučili i ne prelazite ponovo i ne razmišljate o tome, ova neuronska kola doživljavaju takozvano „sinaptičko obrezivanje” u roku od nekoliko sati ili dana. Ovako

gledano, ako učenje dovodi do stvaranja novih neuronskih veza, pamćenje znači održavanje tih veza.

Zahvaljujući istraživanju koje sam sproveo na bukvalno hiljadama i hiljadama ljudi širom sveta, sada znam da jednom kad neko razume neku ideju, koncept ili novu informaciju – i može da se okrene ka osobi do sebe i objasni joj tu informaciju – u mozgu te osobe neuroni ispaljuju i povezuju se u određenim neuronskim kolima u mozgu. Ova kola pridodaju nove šavove u tkanju trodimenzionalne tapiserije njihove moždane materije, omogućavajući im da uspešno umreže ova nova kola koja su neophodna za pokretanje tog novog znanja i stvaranje novog iskustva. Drugim rečima, kad možete da se setite i možete da upamtite i razgovarate o tom novom modelu razumevanja, vi počinjete da instalirate neurološki hardver pripremajući se za neko iskustvo.

Što više znate šta radite i zašto to radite, tim vam lakše postaje *kako* da to radite. Razlog za to je što je ovo vreme u istoriji kad nije dovoljno jednostavno *znati* ovo je vreme kad je potrebno *znati kako*. Dakle, logično je što je vaš sledeći posao da inicirate to svoje znanje time što ćete ga primeniti, personalizovati ili demonstrirati ono što ste filozofski i teoretski naučili. To znači da ćete morati da donesete nove i teške odluke – i da u to uključite i svoje telo. A kad budete u stanju da uskladite svoje delovanje sa svojim namerama, da obezbedite da vaši postupci budi jednaki vašim mislima – odnosno da učinite da vaš um i telo rade zajedno – stvorićete novo iskustvo.

Ako su vam date odgovarajuće instrukcije o tome šta da radite, i ako sledite te instrukcije i uradite sve kako treba, kreiraćete novo iskustvo. Kad budete prihvatili to novo iskustvo, taj novi događaj povećaće (i još više razviti) neuronska kola u vašem mozgu. To se naziva „iskustvo”, a iskustvo obogaćuje neuronska kola u mozgu. Onog trenutka kad se ta kola organizuju u nove mreže u mozgu, mozak stvara hemikaliju. Ta hemikalija naziva se „osećanje”, odnosno „emocija”. To znači da onog trenutka kad osetite slobodu, izobilje, zahvalnost, celovitost i radost zbog tog novog iskustva, vi učite svoje telo na hemijskom nivou da razume ono što je vaš um intelektualno shvatio.

Može se reći da je znanje za um, a iskustvo za telo. Sada počinjete da *otелotvorujete istinu* te filozofije. Čineći to, vi ponovo ispisujete svoj biološki program i šaljete signale novim genima na nove načine. Razlog za to je taj što nova informacija dolazi iz vašeg okruženja. Kao što znamo iz epigenetike, ako okruženje šalje signale

novim genima, a krajnji proizvod iskustva u tom okruženju jeste emocija, vi bukvalno šalžete nove signale novim genima na nove načine. S obzirom na to da svi geni stvaraju proteine, a proteini su zaduženi za strukturu i funkcionisanje vašeg tela (ekspresija proteina je ekspresija života), vi bukvalno menjate svoju genetsku sudbinu. To znači da je sasvim moguće da vaše telo bude isceljeno.

Ako jednom kreirate neko iskustvo, trebalo bi da budete u stanju da to ponovo učinite. Ukoliko možete da reprodukujete neko iskustvo više puta, na kraju ćete neurohemijski uskladiti svoj um i telo da počnu da rade zajedno kao jedno. Kad uradite nešto toliko mnogo puta da telo zna kako da to uradi isto kao i um, to postaje automatski i prirodan postupak koji ne zahteva nikakav napor – drugim rečima, to postaje veština ili navika. Kad dostignete ovaj nivo, više nema potrebe da svesno razmišljate o tome da to uradite. Tada veština ili navika postaje podsvesno stanje postojanja. Sada je to u vama i vi počinjete da *ovladavate tom filozofijom*. Postali ste to znanje.

To je način na koji obični ljudi širom sveta počinju da rade neo-bične stvari. Čineći to, oni prelaze put od filozofa preko učenika, pa do učitelja; od znanja do iskustva i na kraju mudrosti; od uma, do tela i, na kraju, do duše; od razmišljanja do činjenja i, na kraju, do postojanja; od učenja glavom do praktikovanja rukom i, na kraju, do znanja srcem. Lepota ovoga je da svi imamo biološku i neurološku mašineriju koja je potrebna da se to učini.

Prateći efekat vaših ponovljenih napora ne samo da će biti promena toga ko ste vi već bi trebalo da dođe do stvaranja mogućnosti u vašem životu koje odražavaju te vaše napore. Zašto bi, inače, vi to uopšte činili? Šta želim da kažem kad koristim reč „mogućnosti”? Govorim o isceljivanju od bolesti ili neravnoteža u telu isto kao i u umu; stvaranju boljeg života time što se energija i pažnja svesno usmeravaju ka novoj budućnosti – manifestovanju novog posla, novih odnosa, novih prilika i novih avantura – ravnih našoj sposobnosti da ih zamislamo; i iniciranju mističnih iskustava koja bukvalno transcendiraju jezik.

Logično je da ćete, kad se u vašem životu pojave sinhroniciteti, koincidencije i nove prilike, obratiti pažnju na ono što ste radili pre toga i to bi trebalo da vas podstakne da to isto ponovo uradite. To je način na koji polazeći od toga da ste žrtva u svom životu postajete kreator svog života.

O tome se, zapravo, radi u ovoj snažnoj knjizi. *Od uma do materije* je vaš vodič ka tome da dokažete sebi koliko ste zaista moćni

kad organizujete svoje misli i osećanja u koherentna stanja. Ona je napisana za vas, i to ne samo da biste na intelektualnom nivou razumeli njen sadržaj već i da biste dosledno koristili prakse koje su u njoj date i primenili ih u svom životu da biste na kraju bili nagrađeni za trud koji ste uložili.

Nije lako stvoriti naučni model razumevanja koji sugerise da naš subjektivni um (naše misli) može da utiče na naš objektivni svet (naš život), a još je teže napisati knjigu o tome. I samo pronalaženje odgovarajućih istraživanja o tome predstavlja izazov. Ipak, moj dragi prijatelj i kolega Doson Čerč preuzeo je na sebe ovaj zadatak u ovoj fantastičnoj i dobro napisanoj knjizi.

Želeo bih da vam kažem nešto o Dosonu Čerču. Upoznao sam ga na jednoj konferenciji u Filadelfiji u Pensilvaniji 2006. godine. Istog trenutka kad smo se upoznali, osetili smo povezanost. Brzo sam shvatio nakon što smo se predstavili jedan drugom da će to biti jedno dugo i iskreno prijateljstvo. Energija stvorena razmenom ideja između nas delovala je poput oluje s grmljavinom. Svaki put kad bismo razgovarali o nečemu za šta smo obojica verovali da je tačno, to je bilo poput bleska munje. Obojicu nas je promenila ta naša prva interakcija. Nakon toga, radili smo zajedno na nekoliko projekata. Ne samo da je Doson objavio nekoliko svojih dobro istraženih studija o energetske psihologiji već je bio i deo mog istraživačkog tima koji se bavio kvantitativnim merenjima efekata meditacije na mozak i telo. Vodio je bez ikakve greške nekoliko naših studija i postao je glas razuma u našem istraživačkom timu.

Doson je jedan od onih ljudi kojima mogu da pošaljem mejl ili da ih pozovem telefonom i upitam koliko je potrebno da bi se neka trauma konsolidovala u mozgu kao dugotrajna memorija, i on će mi – bez trunke oklevanja – reći tačno vreme koje je za to potrebno, najvažnije reference u vezi s tim, relevantne studije, kao i imena naučnika koji su obavili ta istraživanja. To će sve učiniti kao da mi daje uputstva kako da stignem do najbliže prodavnice. Kad sam ovo otkrio, shvatio sam da ne radim s prosečnim naučnikom već s nekim ko poseduje „superum“. Doson je briljantan, harizmatičan, pun ljubavi i života. Nas dvojica imamo zajedničku strast – želju da saznamo što više o tome ko smo zaista i šta je sve moguće za ljude, i to pogotovo u današnje vreme promene.

Uživao sam čitajući ovu knjigu zato što je ona dala odgovore na neka od mojih ličnih pitanja u vezi s odnosom između uma i materijalnog sveta, kao i o povezanosti energije i materije. Saznao sam neke nove koncepte i to mi je pomoglo da vidim svet na drugačiji

način. Promenio sam se posle ove knjige i nadam se da će ona ne samo promeniti i vas i pomoći vam da vidite svet na drugačiji način već i da će vas podstaći da primenite ove principe tako da možete da otelotvorite istinu onoga što je moguće za vas u vašem životu. Ako je nauka novi jezik misticizma, imate priliku da učite od savremenog mistika – mog dragog prijatelja Dosona Čerča. On želi da vi postanete svoj sopstveni mistik i da dokažete sebi da su vaše misli važne – i da one bukvalno postaju materija.

Dr Džozef Dispenca,
autor bestselera „Njujork tajmsa”
Placebo ste vi: Snaga vašeg uma

UVOD

Metafizika se susreće s naukom

Naše misli postaju stvari. To je potpuno tačno. Ovog trenutka sedim na stolici. Ona je započela kao misao u nečijem umu – svaki njen detalj. Oblik, materijal, linije, boja.

Misli postaju stvari. To je potpuno netačno. Nikada neću biti kvoterbek koji igra u Nacionalnoj ligi, s ma kolikim žarom da mislim o tome. Nikada neću ponovo imati 16 godina. Nikada neću biti pilot svemirskog broda *Enterprajz*.

Između načina na koje misli postaju stvari i načina na koje misli nikada ne mogu da postanu stvari postoji veoma širok međuprostor.

Ova knjiga bavi se istraživanjem tog međuprostora.

Zašto? Mi želimo da budemo u stanju da kreiramo sve do najdaljih granica svojih misli, da proširimo svoj život do granica našeg punog potencijala. Želimo da budemo onoliko srećni, zdravi, bogati, mudri, ispunjeni, kreativni i voljeni koliko god da možemo. Ipak, ne želimo da jurimo za iluzijama i mislima koje nikada neće postati stvari.

Kad primenimo ove stroge standarde nauke na istraživanje, pokazuje se da je taj međuprostor ogroman. Istraživanje pokazuje da uz pomoć misli koja se svesno i namerno koristi možemo da kreiramo stvari koje su izvan uobičajenog.

Ideja da su misli stvari postala je mim u popularnoj kulturi. Ona predstavlja čvrst stav u metafizici, a neki duhovni učitelji pripisuju našem umu beskonačne moći. Ipak, postoje jasna ograničenja ljudskih kreativnih sposobnosti. Ne mogu da manifestujem nosač aviona samo razmišljajući o njemu; ne mogu da postanem Indonežanin; ne mogu da preskočim Mont Everest ili da pretvorim olovo u zlato.

Međutim, nova otkrića iz epigenetike, neuronauke, elektromagnetizma, psihologije, kimatike, zdravstvene zaštite i kvantne fizike pokazuju da misli mogu da budu izuzetno kreativne. Stranice ove knjige ili uređaj na kojem sada čitate ove reči započeli su kao misao. Isto je bilo s demokratijom, bikinijem, putovanjem u svemir,

imunizacijom, novcem, pretrčanom jednom miljom za četiri minuta i fabričkom pokretnom trakom.

Naučnici naspram mistika

Nauka i metafizika uopšteno se smatraju suprotnim polaritetima. Nauka je eksperimentalna, praktična, rigorozna, empirijska, materijalistička, objektivna i intelektualna. Metafizika je duhovna, iskustvena, apstraktna, mistična, efemerna, unutrašnja, neponovljiva, neprecizna, subjektivna, spiritualna, nepraktična i nemoguće ju je dokazati. Nauka proučava svet materije dok metafizika teži tome da ga transcendirira.

Nikada nisam doživljavao nauku i metafiziku kao odvojene i uživao sam u tome da budem i mistik i naučni istraživač. Kad unesem rigoroznost nauke u pitanja u vezi sa svešću, jedno osvetljava drugo.

Ova knjiga istražuje nauku koja se nalazi u pozadini kreativnih moći uma. Ona daje prikaz istraživanja koja pokazuju, korak po korak, kako naš um kreira materijalni oblik. Dok svaki delić slagalice dolazi na svoje mesto, pokazuje se da je nauka čak i čudesnija od metafizike.

Takođe, ova knjiga sadrži veliki broj slučajeva iz prakse – realnih, autentičnih i ličnih prikaza ljudi koji su doživeli iskustvo pretvaranja uma u materiju. Ove priče, koje potiču iz sveta medicine, psihologije, sporta, biznisa i naučnih otkrića, kreću se u rasponu od dubokih i inspirativnih, pa do tužnih. Pokazuju da misli mogu da postanu stvari na načine koji rastežu tkanje naše prostorno-vremenske realnosti.

KLJUČEVI U OKEANU

Godine 2004. našao sam se suočen s krajnjim rokom da završim knjigu *Genie in Your Genes*. Materijal koji se bavio time kako naše emocije uključuju i isključuju gene u telu bio je fascinant. Međutim, pronalaženje vremena za istraživanje i pisanje emocionalno zahtevnog, a ipak naučno zasnovanog teksta, uz sve obaveze u mom životu u kojem sam bio veoma zauzet kao samohrani otac, vlasnik dve firme i doktorand – predstavljali su izazov za mene.

Odlučio sam da odem na Havaje na dve nedelje i da tamo intenzivno pišem. Rezervisao sam stan u stambenom kompleksu „Princ Kuhio“, veselom podsetniku na pedesete godine, koji se nalazio

na plaži Poipu na ostrvu Kauai. Iznajmio sam džip „rengler“ da bih imao vozilo s pogonom na četiri točka kojim ću moći da stignem do udaljenih plaža i dovoljno mesta za moju opremu za ronjenje. Na taj način mogao sam i da plivam svakog dana i da se potpuno posvetim svom projektu.

Jednog vedrog sunčanog dana otišao sam na plivanje na predivno mesto po imenu Lavi. Plaža duga 150 metara, s kolonijom kornjača koje žive na grebenu udaljenom 100 metara od obale i velikom populacijom tropskih riba, ovo je bilo jedno od mojih omiljenih mesta. Izvadio sam svoju opremu za ronjenje iz džipa, zaključao vrata, stavio ključeve u džep i skočio u vodu. Sat vremena kasnije, posle plivanja po celom zalivu, sav moker i srećan, isprao sam svoje naočare i peraja da bih ih vratio u kola.

Kad sam gurnuo ruku u džep da bih izvadio ključeve, bio je prazan.

Da li sam ga ispustio na stazi kojom sam išao od kola do plaže? Vratio sam se istim putem, pregledajući svaki centimetar zemljišta. Prosejavao sam prstima pesak između puta i mesta na kojem sam ušao u vodu. Ništa nisam našao.

Jedini mogući zaključak bio je da su mi ključevi ispali iz džepa negde u zalivu. Ne samo da se na privesku nalazio ključ od kola već i od stana. Nisam mogao da uđem ni u automobil ni u stan.

Rešio sam da ne paničim. Usmerio sam svest na svoje srce i zamišljao kako mi se ključevi polako plutajući vraćaju. Zatim sam skočio u vodu i počeo da plivam s određenom namerom. Bio sam odlučan u tome da pronađem ključeve.

Zaliv se pruža na oko 150 kvadratnih metara, a korali na njegovom dnu nalaze se na dva do četiri metra dubine. Oni su toliko isprepleteni da stvaraju na hiljade pukotina različitih boja i pronaći nešto toliko sitno kao što je privezak za ključeve činilo se potpuno nemogućim.

Sistematично sam plivao po zalivu, pretražujući svaki metar. Glava mi je govorila da je to uzaludan posao, ali u srcu sam bio miran i prijemčiv. Svaki put kad bi moj mozak koji razmišlja počeo da paniči, ponovo bih fokusirao svest na oblast srca. Sasvim sigurno sam nameravao da pronađem te ključeve, ali nisam dopuštao svojim mislima da me izbace iz stanja toka.

Bezuspješno sam ih tražio sat vremena i počelo je da se smrkava. Vidljivost se smanjivala dok je sunce zalazilo i nisam više mogao jasno da vidim prostor između korala. Odlučio sam da napustim svoju potragu i otplivam natrag do obale.

Iako su mnogi kupaći već otišli jer je dan bio pri kraju, ugledao sam jednog čoveka s tri sina koji su u blizini ronili. Spuštali su se do dna i vraćali na površinu.

Na podstrek svoje intuicije, otplivao sam do njih i upitao: „Da niste možda nešto pronašli na dnu?“ Najmlađi dečak je držao moje ključeve u ruci.

Lanac dokaza koji vodi od uma do materije

Moj skeptični um govori mi da postoji logično objašnjenje za svaki deo ovog događaja s ključevima. Plivao sam naokolo tražeći ključeve i to tačno onoliko vremena koliko je bilo potrebno tom dečaku da ih pronađe. Vratio sam se na obalu u istom trenutku kad je ta porodica počela da roni. Jednostavno se desilo da su oni počeli da rone na mestu na kojem su moji ključevi pali na dno okeana. Taj dečak zapazio je mali privezak s ključevima na tri i po metra dubine u ogromnom zalivu nakon što je nebo već postalo mračno. Sve je to bila puka slučajnost.

Međutim, nakon više decenija sa stotinama sličnih iskustava, moj skeptični um morao je ponovo da razmisli. Kako se toliko mnogo gotovo neverovatnih stvari spojilo da bi se stvorio željeni rezultat? To me je navelo na potragu da ustanovim postoji li bilo kakva naučna veza između misli i stvari. Kao istraživač koji je obavio brojna klinička ispitivanja i urednik naučnog časopisa *Energy Psychology*, blogger koji piše o nauci za *Huffington Post*, pročitam u celosti ili delimično više od hiljadu naučnih studija godišnje. Počeo sam da vidim obrazac. Postoje mnogobrojne veze u nizu između misli i stvari, i shvatio sam da nauka može da objasni mnoge od njih. Pitao sam se da li je iko ikada povezao sve tačkice da bi video koliko su snažni ti dokazi. Gde je ovaj lanac dokaza najjači, a gde mu nedostaju neke karike?

Ako bih se odnosio prema ideji da um kreira materiju kao prema naučnoj, a ne metafizičkoj hipotezi, da li bi se ona održala? Počeo sam da tražim studije koje su se bavile ovim pitanjem i da intervjuišem neke od najvećih umova u ovom području.

Sa sve većim uzbuđenjem shvatio sam da se najveći deo dokaza krije na otvorenom kao biseri razbacani po pesku. Međutim, niko do sada nije povezao sve činjenice praveći ogrlicu od tih bisera. Većina tih istraživanja je nova i sadrži neke zapanjujuće delove.

Prve bisere koje sam počeo da sakupljam po pesku bilo je lako naći. Ljudsko telo se istražuje još od srednjeg veka kad su alhemičari

počeli da seciraju leševe. Ipak, u novije vreme, tehnologija je omogućila naučnicima da steknu do sada nezamislive uvide u to kako naše telo funkcioniše na nivou ćelija i molekula.

Dobitnik Nobelove nagrade za medicinu Erik Kandel pokazao je da kad šaljemo signale kroz neuronske fascikle u našem mozgu, one počinju brzo da rastu. Broj neuronskih veza može da se udvostruči za samo sat vremena ponavljanja stimulacije. Naš mozak sam sebe ponovo umrežava duž neuronskih puteva na kojima se odvija neuronska aktivnost i to se odigrava u realnom vremenu.

Dok se misli i osećanja naše svesti prenose kroz neuronsku mrežu, oni pokreću gensku ekspresiju. Ovo zatim pokreće sintetisanje proteina u našim ćelijama. Ova ćelijska aktivnost stvara električna i magnetna polja koja mogu da se izmere pomoću sofisticiranih medicinskih aparata za stvaranje slika kao što su EEG i magnetna rezonanca (MRI).

Univerzum koji sadrži jedanaest dimenzija

Naredni niz bisera predstavljao je veći problem. Svet kvantne fizike toliko je neobičan da deluje zbunjujuće za naše uobičajeno iskustvo prostora i vremena. Teorija struna kaže da se ono što mi percipiramo kao fizičku materiju u stvari sastoji od energetskih struna. Ono što možemo da izmerimo kao teške molekule u stvari su energetske strune koje se brzo kreću, a ono što doživljavamo kao lake molekule, to su energetske strune koje vibriraju sporije. Što iz veće blizine nuka posmatra materiju, tim više ona deluje kao čista energija.

Teorija struna zahteva postojanje univerzuma s jedanaest dimenzija, a ne samo četiri koje zahteva klasična fizika. Kako naš mozak koji poznaje četiri dimenzije može čak i da razmatra jedanaest dimenzija? Fizičar Nils Bor je rekao: „Ako kvantna mehanika nije u vama izazvala duboki šok, onda je još uvek niste shvatili”.

A onda su došli biseri koji povezuju svest sa energijom. Energija je isprepletena sa svešću i na ličnom i na kosmičkom nivou. Albert Ajnštajn je rekao: „Ljudsko biće je deo celine koju mi nazivamo *Univerzum*, i ono je deo koji je limitiran u vremenu i prostoru. Čovek doživljava sebe, svoje misli i osećanja kao nešto što je odvojeno od svega ostalog – to je neka vrsta optičke deluzije njegove svesti”. Kad počnemo da se „oslobađamo tog zatvora”, kao što je Ajnštajn rekao, onda dolazi do proširenja naše svesti tako da možemo da „prigrlimo sva živa bića i celu prirodu”. Naša svest je u interakciji sa energijom univerzuma.

Svest i nelokalni um

Fizičar Lari Dosi naziva ovu ekspanzivnu svest koja obuhvata celokupnu prirodu „nelokalni um”. Dok živimo svoje živote u našim lokalnim umovima i običnoj realnosti, mi smo nesvesni učesnici u široj svesti nelokalnog uma. Trenuci sinhroniciteta, kao što je bio onaj kad sam pronašao svoje ključeve, podsećaju me na prisustvo nelokalnog uma. Dosi iznosi ubedljive dokaze za postojanje nelokalnog uma i inspiriše nas tim potencijalom življenja naših lokalnih života u sinhronicitetu s njim.

To je izbor koji možemo da načinimo u svojoj svesti. Dobitnik Nobelove nagrade, fizičar Judžin Vigner kaže: „Samo proučavanje spoljašnjeg sveta dovodi do naučnog dokaza da je sadržaj svesti krajnja realnost”. Bez obzira na to što postoji mnogo definicija svesti, ona koju najviše volim je najjednostavnija: samo budite svesni.

Način na koji koristimo tu svest – način na koji je usmeravamo – proizvodi duboke i momentalne promene u atomima i molekulima u našem telu. Nauka nam takođe pokazuje da naša svest utiče na materijalnu realnost oko nas. Kad se naša svest menja, tako se menja i svet.

Dok sam pisao ovu knjigu, povezivao sam ove bisere, studiju po studiju. Dodatni dokazi počeli su da se pojavljuju u mom životu na isti sinhronicistički način na koji su se pojavili i ključevi koje sam izgubio. Kad sam pogledao sve bisere koji su bili povezani zajedno u određenom nizu, shvatio sam da nauka može da objasni svaku vezu u ovom lancu od misli do stvari.

Ples kreacije

Uzbuđen sam što mogu da podelim sve ove veze s vama. Kroz priče i analogije, eksperimente i istraživanja, slučajeve iz prakse i anegdote, pratićemo svaki deo ovog procesa kojim naš um kreira materijalni svet oko nas.

Otkrićete da ste moćni kreator i da vaše misli vode do stvari. Naučićete kako da koristite s određenom namerom svoj um kao kreativno oruđe da biste negovali svoje misli. Shvatićete kako možete da „pogurate” materijalnu realnost ka onome što želite. Razumećete koliko ste zaista moćni i koliko ste sposobni da stvorite promenu jednostavnom promenom svog uma.

Takođe ćete otkriti kako ovaj proces funkcioniše na velikoj skali, od molekula do ćelija tela, pa do porodice i zajednice i cele zemlje,

i na kraju do cele vrste, planete i univerzuma. Ispitaćemo ovaj ples kreacije koji se odigrava na skali nelokalnog uma univerzalne svesti, i to kako vaš lokalni um učestvuje u tom plesu.

Ova perspektiva uzdiže našu svest iz ograničenja naše obične realnosti u ogromno polje potencijala. Dok usklađujemo svoje individualne lokalne umove sa svešću univerzalnog nelokalnog uma, lepota materijalne realnosti koju kreiramo prevazilazi sve što naši ograničeni lokalni umovi mogu da sanjaju.

Kako primeniti ove ideje u praksi

Na kraju svakog poglavlja naći ćete spisak praktičnih vežbi koje možete da primenite u svom životu. Takođe, naći ćete link za onlajn *Extended Play* verziju tog poglavlja, sa izvorima koji će vam proširiti iskustva. Izvori uključuju video i audio snimke, linkove, spiskove, slučajeve iz prakse i kratak pregled ideja koje će biti obrađene u narednim poglavljima. Podstičem vas da obogatite svoje transformativno putovanje aktivnostima datim u *Extended Play* verziji.

Extended Play verzija ovog poglavlja sadrži:

- Audio-intervju sa dr Danijelom Sigelom, autorom *Mind: Journey to the Heart of Being Human*.
- Vežbu centriranje u vašem srcu.
- Slučajeve iz prakse i reference.

Da biste pristupili *Extended Play* verziji, idite na: MindToMatter.club/Intro.