

Cine sunt eu?

Peste 15,000 oameni de știință studiază în acest moment creierul.

Dar până acum, nimeni nu a fost capabil să explice conexiunea dintre creier și conștiință. Conștiința pare a fi creată de creier, dar nimeni nu poate explica cum se întâmplă asta.

Când cineva se uită la creierul tău, nu se uita la conștiința ta. Ei nu te văd pe tine. Ei văd un organ care este capabil să exprime conștiința. Poate conștiința este activitatea creierului, cum programele de pe un calculator sunt exprimate de activitatea componentelor. Noi foarte puține despre acest subiect.

Perspectiva noastră de acum este că noi suntem mai mult decât creierul nostru în urmă acestor 4 motive:

1. Dacă am fi fost creierul nostru, acțiunile noastre ar fi fost determinate. Asta înseamnă că semnalele electrice din creierul nostru ar fi dictat comportamentul nostru. Dar asta nu este adevărat în majoritatea cazurilor. Noi știm, de asemenea, că o persoană poate face o decizie conștientă pentru a influența conexiunile neuronale sau activitatea cerebrală sau să schimbe felul în care creierul lor funcționează (neuroplasticitate).
2. Percepția subiectivă. Tu și eu ne putem uita la același lucru și să îl percepem diferit. Noi nu vedem lucrurile așa cum sunt, le vedem cum noi suntem. Pe lângă asta, sentimentele precum IUBIREA, COMPASIUNEA sau CREATIVITATEA nu pot fi măsurate sau cuantificate. Fiecare experimentează viața în felul lui. Știința nu neagă experiență subiectivă a oamenilor, dar poate fi greu de înțeles atâta timp cât nu o putem măsura exact.

Modulul 2

3. Efectul placebo. Toți am auzit despre oameni care s-au vindecat miraculos chiar dacă doctorii nu le mai dădeau nicio șansă. Ceea ce este interesant este că animalele nu pot experimenta efectul placebo. Ai auzit vreodată de un câine care s-a vindecat de vreo boală din cauza că era fericit. Desigur că nu. Pare evident pentru toți că animalele nu pot face asta. Dar de ce? De ce sunt oamenii singurele creaturi biologice care pot experimenta efectele placebo și nocebo? Trebuie să fie legat de starea noastră superioară de conștiință.

Toți știm că este ceva înăuntru nostru care ne poate influența sănătatea, vitalitatea și nivelul de energie, dar câteodată negăm acest adevăr. Avem nevoie de mai multe dovezi care să ne dovedească că este adevărat. Faptul că noi putem fi conștienți de existența noastră nu este o dovadă științifică?

Notițe: Andrei crede că oamenii sunt mai mult decât organisme biologice, dar s-ar putea să nu fim niciodată capabili să dovedim asta. El crede că este o realizare la care fiecare persoană trebuie să ajungă prin propria introspecție. Este o călătorie înăuntru nostru. Nimeni nu poate să facă această călătorie pentru tine, e datoria ta să o faci.

Radu crede că “natura spirituală” a oamenilor va fi explicată într-o bună zi. Cu o condiție: dacă oamenii de știință vor începe să studieze mintea mai îndeaproape. El crede că mulți oameni de știință nici măcar nu vor să considere studiul “experiențelor spirituale” sau “puterilor psihice” pentru că ele sunt asociate cu religia și adesea cu fanatismul. Științei îi plac dovezile concrete, nu experiențele intime ale oamenilor. Dar este atât de păcat... Deja avem niște dovezi care aprobă că oamenii ar avea alte simțuri sau abilități mai puțin observabile: simțim când cineva se uită la noi, în unele situații chiar putem prezice pericolul, sau putem simți starea unei persoane de lângă noi chiar dacă nu interacționăm cu ea. Lui Radu i-ar plăcea că aceste “experiențe misterioase” să fie studiate mult mai îndeaproape pentru că am putea să descoperim că ele nu sunt deloc misterioase și că pot avea niște explicații biologice clare.

Modulul 2

4. Mentea influențează materia. Un studiu efectuat la Universitatea Harvard a arătat puterea unor Călugări Tibetani care își pot crește exponențial temperatura degetelor de la mâini și picioare sau alte extremități ale corpului doar prin meditație. Avem abilitatea să ne influențăm drastic corpul prin puterea minții noastre.

De sigur, sunt unii oameni de știință care sprijină ideea că noi suntem creierul nostru și nimic mai mult. Toți suntem liberi să alegem ceea ce gândim, dar identificându-ne cu creierul nostru (sau ceea ce credem) nu ne ajută să ne schimbăm. Dacă crezi că tu ești creierul tău, atunci asta îți va fi realitatea. Viața ta este la mila creierului tău pentru că vei crede că gândurile care zboară prin mintea ta sunt cine ești. În această situație, nu poți face nimic pentru a le controla.

Ceea ce este interesant este că orice crezi, pare să fie realitatea pentru tine. Și vei găsi cât mai multe dovezi pentru a sprijini tiparul tău de convingeri. Deci problema reală nu este dacă noi suntem sau nu creierul nostru, problema este: CE ALEGEM SĂ CREDEM? Această afirmație dovedește încă o dată că avem puterea de alegere și modul în care gândim ne crează realitatea.

Dacă tu crezi că nu îți creezi propria realitate, vei crea o realitate în care pare că nu îți creezi propria realitate, dovedind că îți creezi propria realitate.

Deci, bazat pe ce am discutat până acum, hai să facem exercițiile practice:

1. Ce mă ajută să am mai mult succes în viață: credința că pot să îmi controlez creierul sau credința că eu sunt ceea ce creierul meu gândește și nu pot schimba asta?

Modulul 2

2. Lăsând toate dovezile științifice și tehnicile spirituale la o parte, ce îmi spune experiența mea de viață? Că sunt o marionetă sau am puterea să aleg cine sunt? Dacă da, ce experiențe mă fac să cred asta.

3. Îți poți observa gândurile cu gândurile tale? Asta pare imposibil. Este ca și cum ai încerca să fotografiezi o camera cu aceeași camera cu care vei să faci fotografia. Nu poți fotografia camera cu aceeași camera pe care o folosești pentru a face fotografia. Vei spune: Ba da, poți dacă folosești o oglindă. Asta e adevărat. Pentru a observa ceva, observatorul trebuie să nu fie parte din obiectul care este observat. Asta este ceea ce faci cu oglinda, creezi un obiect la care camera poate să se uite. Asta îți spune că dacă îți poți observa gândurile, atunci trebuie să fie altceva care observă. Așadar, cine ești tu?
