

Vos pensées contrôlent votre ADN



L'idée communément répandue selon laquelle l'ADN contrôle une grande partie de ce que nous sommes – pas seulement la couleur de nos yeux ou de nos cheveux, mais également par exemple nos addictions, nos troubles ou notre susceptibilité au cancer – serait une compréhension erronée, selon Bruce Lipton, docteur en médecine et spécialiste des cellules souches.

« Vous pouvez plus ou moins vous considérer comme une victime de votre hérédité », commente Lipton dans le documentaire La biologie des croyances. « Le problème avec ce système de croyance est qu'il s'étend à un autre niveau ... Vous devenez irresponsable. Vous vous dites : »Je ne peux rien y faire, alors pourquoi essayer ? « » »

Cette conception *« dit que vous êtes moins puissant que vos gènes »*, explique Lipton.

Selon lui, la perception d'une personne, n'étant pas programmée génétiquement, est ce qui donne le ton à tout ce qui se passe dans l'organisme : « Ce sont nos croyances qui sélectionnent nos gènes, qui sélectionnent notre comportement. »

Pour expliquer comment cela fonctionne, il a commencé son étude au niveau des 50 à 65 billions de cellules du corps humain. Il démontre comment une cellule fonctionne indépendamment de l'ADN et comment ses perceptions des stimuli environnementaux affectent l'ADN. Il a ensuite appliqué les mêmes principes au corps humain tout entier, montrant le pouvoir que nos perceptions et nos croyances ont sur nous.

Ce qui suit est un court résumé des études de Lipton. Pour plus de détails, vous pouvez consulter le documentaire ci-dessus.

Explication en 5 étapes

1. La cellule ressemble à un corps humain et fonctionne sans l'ADN

La cellule ressemble à un corps humain. Elle est capable de respiration, de digestion et de reproduction, ainsi que d'autres fonctions vitales. Le noyau, qui contient les gènes, a traditionnellement été considéré comme le centre de contrôle – le cerveau de la cellule.

Lorsque le noyau est enlevé, les fonctions vitales de la cellule continuent à fonctionner pendant un mois ou plus et peuvent toujours reconnaître les toxines et les nutriments. Il semble que le noyau – et l'ADN qu'il contient – ne contrôle pas la cellule.

Les scientifiques ont présumé il y a 50 ans que les gènes contrôlaient la biologie. « Cela semblait correct, et nous avons accepté cette histoire », commente Lipton. « Nous n'avons fait pas les bonnes hypothèses. »

2. L'ADN est contrôlé par l'environnement

Les protéines assurent les fonctions dans les cellules et sont les briques fondamentales de la vie. Il est envisagé depuis longtemps que l'ADN contrôle ou détermine les actions des protéines.

Lipton propose un modèle différent. Les stimuli environnementaux arrivant en contact avec la membrane cellulaire sont perçus par les récepteurs protéiques dans la membrane. Cela enclenche une réaction en chaîne de protéines transmettant un « message » à d'autres protéines, enclenchant l'action dans la cellule.

L'ADN est enveloppée par une couche protectrice de protéines. Les signaux environnementaux agissent sur la protéine, la faisant s'ouvrir et sélectionner certains gènes à utiliser – des gènes spécifiques nécessaires pour réagir à l'environnement actuel.

L'ADN n'est fondamentalement pas à l'origine de la réaction en chaîne. La première étape est la perception de la membrane cellulaire à l'environnement. S'il n'y a pas de perception, l'ADN reste inactif.

« Les gènes ne peuvent pas se déclencher ou non par eux-mêmes ... Ils ne peuvent pas se contrôler eux-mêmes », fait remarquer Lipton. Si la cellule n'a pas de stimuli environnemental, elle ne fait rien. « La vie est due à la réponse de la cellule à son environnement. »

3. La perception de l'environnement n'est pas nécessairement la réalité de l'environnement

Lipton a cité une étude menée par John Cairns en 1988 intitulée « The Origin of Mutants » et publiée dans le magazine Nature. Cairns a démontré que les mutations dans l'ADN ne sont pas aléatoires, mais arrivent de façon prédéterminée en réponse à des stress environnementaux.

« Dans chacune de vos cellules se trouvent des gènes dont la fonction est de réécrire et d'adapter les gènes comme il l'est nécessaire », explique Lipton. Sur un tableau illustrant les découvertes de Cairns dans le magazine, les signaux environnementaux sont représentés séparément de la perception de l'organisme des signaux environnementaux.

La perception de son environnement par quelqu'un sert de filtre entre la réalité de l'environnement et la réponse biologique à celui-ci. *« La perception réécrit les gènes », déclare Lipton.*

4. Les croyances humaines choisissent de percevoir un environnement comme négatif ou positif

Tout comme la cellule a des récepteurs protéiques lui permettant de percevoir l'environnement en dehors de la membrane cellulaire, les humains ont les cinq sens. Ce sont eux qui aident une personne à déterminer quels gènes ont besoin d'être activés pour une situation donnée.

Pour Lipton, les gènes sont comme des programmes sur un disque informatique. Ces programmes peuvent être classés de deux sortes : la première reliée à la croissance, et la seconde reliée à la protection.

Lorsque qu'une cellule perçoit des nutriments, les gènes de croissance sont activés et utilisés. Lorsque qu'une cellule perçoit des toxines, les gènes de protection sont activés et utilisés.

Lorsque qu'un être humain ressent de l'amour, les gènes de croissance sont activés. Lorsque qu'un être humain perçoit de la peur, les gènes de protection sont activés.



Image d'un couple âgé et d'une femme stressée (Shutterstock). Illustrations de l'ADN coloré en bleu et en rouge et d'une cellule (Shutterstock).

Une personne peut percevoir un environnement négatif dans un environnement qui est en fait positif, ou qui le soutient. Lorsque cette perception négative active les gènes de protection, la réponse du corps se manifeste en combat ou en fuite.

5. Le combat ou la fuite

Les vaisseaux sanguins vont des organes vitaux aux membres, où ils sont utilisés pour la fuite ou le combat. Le système immunitaire perd en importance. Si vous prenez par exemple les réponses dont nous avons autrefois besoin pour fuir un lion, les jambes auraient été d'une importance bien plus grandes dans cette situation que le système immunitaire. Le corps favorise ainsi les jambes et néglige le système immunitaire.

Lorsqu'une personnes perçoit donc un environnement négatif, le corps tend à négliger le système immunitaire et les organes vitaux. Le stress nous rend également moins intelligent, moins lucide. La partie du cerveau reliée aux réflexes a une plus grande importance dans la réponse combat-fuite que la partie reliée à la mémoire et aux autres fonctions mentales.

Lorsqu'une personne perçoit un environnement chaleureux, le corps active les gènes de croissance et s'occupe du corps.

Lipton a donné l'exemple des orphelinats d'Europe de l'Est, où les enfants recevaient beaucoup de nutriments, mais peu d'affection. Les enfants ayant grandi dans de telles institutions se sont trouvés limités en termes de taille, d'apprentissage et dans d'autres domaines. Il y avait également une forte incidence à l'autisme. Lipton estime que l'autisme est dans ce cas un symptôme des gènes de protection étant activés, comme des murs mis en place.

« Les croyances sont des filtres entre l'environnement réel et votre biologie », affirme-t-il. Les gens ont ainsi le pouvoir de modifier leur biologie. Il est important de garder une perception claire, dit-il, sans quoi nous ne développerons pas les choses biologiquement bonnes pour l'environnement réel autour de nous.

« Nous ne sommes pas victimes de nos gènes », déclare-t-il, demandant à son audience de réfléchir : « Avec quels croyances sélectionnons nous nos gènes ? »

<http://www.epochtimes.fr/>

Vous pouvez partager ce texte à condition d'en respecter l'intégralité, de citer la source et le site: <http://www.elishean-aufeminin.com>