



Kvantfysik - människan som energivarelse

Kvantfysik + Yoga = Sant

Vi ser inte hela verkligheten sa Platon och blottade med sin grottlignelse ett av fysikens stora dilemma. Den beskriver människor fjättrade i en grotta med ryggen mot utgången där de bara ser väggen mitt emot utgången, framför sig. Bakom dem brinner en eld. Utanför passerar livet förbi men allt som människorna i grottan ser är skuggorna av dem som passerar utanför. För dessa människor blir skuggorna hela verkligheten.

Enligt kvantfysiken är sättet vi ser världen och beskriver verkligheten en skuggbild som skapades för 300 år sedan av Descartes, Newton och senare Darwin.

Allt fler kvantfysiker kopplar idag yogans mångtusenåriga tankegångar *om medvetenhet* till det allra senaste inom kvantfysiken.

I slutet av 1900-talet ansåg forskarna att de hade en bra bild av hela universum. Kring år 2000 insåg de att universum är mer komplicerat än man trott. Istället för att vara uppbyggt av materia styrt av tyngdkraften, så har universum tre beståndsdelar; 4,6 % fysisk materia, 23,3 % mörk materia, 71,1 % mörk energi samt består av två styrande krafter; **den fränstötande mörka energin** och **gravitationen**. Av allt detta har forskarna grepp om 4,6 %.

Kvantfysiken har numera inkluderat begreppet "medvetenhet" i fysikens värld.

Enligt *Amit Goswami* (läs separat text "Om Goswami") är det vi uppfattar som materia enligt kvantfysiken "möjligheter och potential" som den underliggande medvetenheten väljer mellan och arbetar med. En komponent som saknas i den västerländska medicinen är förståelsen om kopplingen mellan kropp och själ. Ända sedan Descartes (1596 - 1650) har väst fjärrmat sig från detta tänkande. Det österländska synsättet har alltid inkluderat det eteriska via begrepp som chi, prana, meridianer, doshor, kundalini och chakra.

Våra sju stora chakra längs med kroppens mittlinje är via de endokrina körtlarna i direkt kontakt med den fysiska kroppen.

När vi börjar integrera kvantmekaniken inom hälsa och medicin kommer vi enligt *Goswami* börja se på hälsa utifrån ett mer holistiskt synsätt, där vi ibland applicerar västerländska metoder, ibland österländska, ibland utifrån patientens behov - eller båda samtidigt. *Goswami* menar att sjukdom och hälsa är integrerade aspekter av vårt djupare utforskande av oss själva. I sökandet efter helhet och medvetenhet får vi insikt och kraft att välja hälsa före ohälsa, helhet fram separation.

Vad skapar en icke-fysisk tanke i en fysisk hjärna?

Svar; Medvetenhet säger både yogan och kvantfysiken.

Om vi alla är Ett och det stora underligande Medvetandefältet är det som ger energi, genererar hälsa och skapar flöde genom oss, då blir effekten att ju mer vi avskärmas oss, separerar oss och stänger av, desto mer inre spänningar skapar detta. Ju mindre energi vi får tillgång till, desto mer smärta, lidande och sjukdom skapas. Sjukdom är enligt *Goswami* som att bli slagen i skallen med en planka när vi rör oss åt fel håll... bort från hälsa, bort från energi och medvetenhet.

Kosmos, Universum, Verklighet, Shiva och Shakti, Yin och Yang, Jehova och Allah, Tao eller Gud. Alla benämningar är sätt att utifrån olika politiska, vetenskapliga kulturella, etiska filosofiska, religiösa och andliga utgångspunkter söka beskriva en och samma sak - den allt genombärande, underliggande kvantfysiska medvetenheten. Yoga och kvantfysik är intima, nära besläktade med varandra, två sidor av samma mynt, gnistrande prismor på juvelen. Yoga är en kvantfysisk vetenskap.

Traditionell yoga har i alla tider haft medvetenhet som yttersta syfte. Så låt oss släppa kedjorna, gå ut ur grottan och se verkligheten. Det handlar inte om att bli någonting "nytt", utan om att inse vad vi innerst inne redan är och alltid har varit. Att vi alla är enskilda droppar av medvetenhet och i grunden integrerade delar av universums Hav.

Medeltidsprofeten Rumi; Du är inte en droppe i havet. Du är hela havet samlat i en droppe.

"Om vi är oroliga, gynnar vi sinnets energi. Oron kommer från sinnet, inte hjärtat. Få klarhet, få holistisk livscoaching och dagliga verktyg med gratis röjningar för att hjälpa till att mata den väsentliga delen av vårt system som inte är sinnet: **som är vår ande.**

Vi människor består av en treenighet: sinne, kropp och ande. Den kinesiska kulturen skiljer inte anden från hjärtat; de är samma ord, *shen*. Betydelsen av de positiva känslorna från hjärtat, eller anden som glädje, ses som naturliga och odlas i de buddhistiska och yogiska världarna. Medan de negativa känslorna, som obsessivt tänkande (*tvångstankar etc.*) ses som "tänkande". **Det är av sinnet.**

Det finns verktyg som kan hjälpa till att stärka andens eller det Högre Självets närvaro i vårt liv. Det känns som en mjukgörare, i motsats till dogmatiska aggressioner från sinnet.

Kom till yogapasset och få lite mildhet inför dig själv så att du kan trivas! Det är vårt naturliga tillstånd - glädje och en blomstrande tillvaro från hjärtat..."

Av Margaretha F Westin/nov 2020

Inspirerad av Göran Boll www.goranboll.yoga