

Con Keho

XXI ƏSR AĞLIN GÜCÜ

Düşüncənin heyvətəmiz
güclərindən istifadə üsulları

Tərcüməçi:
Aygün Çırpanlı



qanun nəşriyyatı

John Kehoe

MIND POWER INTO THE 21ST CENTURY

Techniques to harness the
astounding powers of thought

Kitabın müəllifi üç il meşədə tək yaşayaraq fikrini insan beyninin imkanları üzərində cəmləşdirib. Con Keho bu kitabda insan beynində mövcud olan məhdudiyyətsiz mənbələri aktivləşdirməyin yollarından bəhs edir. Müəllif əmindir ki, onlardan düzgün istifadə həyatınızı yaxşıya doğru dəyişəcək. Onun fikrincə, daha dolğun, uğur və sevinclərlə dolu bir həyat yaşamaq imkanı hər kəsin öz əlindədir.

John Kehoe MIND POWER INTO THE 21ST CENTURY

Con Keho XXI ƏSR AĞLIN GÜCÜ

Bakı, Qanun Nəşriyyatı, 2024, 168 səh.

Janr: özünüinkişaf

Ölçü: 130x200 mm

Cild: yumşaq

Çapa imzalandı: 27.05.2024

Naşir: Şahbaz Xuduğlu

Tərcüməçi: Aygün Çırpanlı

Redaktor: Arzu Soltan

Korrektorlar: Şəhla Yarıbəyli,
Lalə Məmməd

Texniki redaktor: Aygül Yelmarlı

Mətn dizaynı: Rəhilə Şamil

Qapaq dizaynı: Rafael Qasım

Qanun Nəşriyyatı

İstanbul Copyright Awards-ın qalibi

Bakı, AZ 1102, Tbilisi pr., 76

Tel: (+994 12) 431-16-62; 431-38-18

Mobil: (+994 55) 212-42-37

e-mail: info@qanun.az

www.qanun.az

[www.fb.com/Qanunpublishing](https://www.facebook.com/Qanunpublishing)

www.instagram.com/Qanunpublishing

ISBN 978-9952-36-954-0

© Qanun Nəşriyyatı, 2021; 2024

© John Kehoe, 1997

Bu kitabın Azərbaycan dilinə tərcümə və yayım

hüquqları Qanun Nəşriyyatına məxsusdur.

Kitabın təkrar və hissə-hissə nəşri “Müəlliflik hüququ və əlaqəli hüquqlar haqqında” Azərbaycan Respublikasının Qanununa ziddir.

Con Keho

1975-ci ildə üç il ərzində sivilizasiyadan uzaqda beyinin işləmə mexanizmlərini anlamaq və öyrənmək üçün meşədə yaşamağa getdi. O, müxtəlif elmi və dini mənbələrdən informasiyalar toplayaraq, eləcə də şəxsi müşahidə və təcrübələrinə istinad edərək özünün ilk sadə və kifayət qədər uğurlu beyin gücü inkişafı proqramını işləyib hazırladı. 1978-ci ildə hazırladığı prinsiplər əsasında təlimlər keçməyə başladı. Artıq 1980-ci ildə onun mühazirələri bütün dünyada böyük uğur qazanmışdı.

Son iyirmi il ərzində Keho təlimlər verməklə məşğul olub. Hazırda o, həyat yoldaşı ilə birlikdə Sakit okeanın şimal-qərb sahillərində yaşayır, kitablar nəşr etdirməyə və mühazirələrlə çıxış etməyə davam edir.



Minnətdarlıq

Mənim şifahi mühazirələrimi yazılı formaya salmağa kömək etdiyinə görə Coys Hamiltona minnətdaram. Bu kitab onun rəhbərliyi altında işıq üzü görüb. Eləcə də Rik və Cenifer Beayrstoya məsləhətlərinə və kitabın nəşrində göstərdikləri köməyə görə, “Kitab mütləq hazırlanmalıdır!” tələbi ilə məni fəaliyyətə təhrik edən işgüzar partnyorum və dostum Soraye Otmana, nəhayət, həyat yoldaşım Silviyaya sevgisi, dəstəyi və yoldaşlığına görə minnətdaram. Hamınıza təşəkkürlər.

Con Keho



Giriş

Sizinlə yeni reallıqların yaradılması üçün lazım olan bir sıra vacib üsulları bölüşmək istəyirəm. “XXI əsr, ağılın gücü” kitabında bu üsulları praktikada tətbiq etmiş bir çox insanın hekayələrini paylaşacaq və onların niyə bu qədər effektiv olduğunu izah edəcəyəm.

İnsanın kainat qüvvələrini idarə etməsi və öz məqsədləri üzərində aktiv işləyə bilməsi cəlbədicə görünür. Mənim kitabım sizi bunun üçün lazım olan bütün fəndlərlə tanış edəcək. Sizə isə onları, sadəcə, gündəlik həyatda istifadə etmək qalacaq.

İyirmi il ərzində bu sistemi yüz mindən çox insana tədris etmişəm. İndi kitabın meydana çıxması ilə onunla bütün dünyada milyonlarla insan tanış ola bilər. Əgər bu kitabı əlinizdə ilk dəfə tutursunuzsa – xoş gəlmisiniz! Tapıntımın oxuculara bir çox sahələrdə kömək edəcəyinə əminəm və “XXI əsr, ağılın gücü” sistemini sizə böyük məmnuniyyətlə təqdim edirəm.





Birinci fəsil

Reallığa fərqli baxış

*Dostum Horatsio, dünyada çox şey var ki,
biz müdriklərin heç yuxusuna da girməyib.*

Şekspir

Beyinin gücündən istifadə etmək üçün fizika qanunlarını bilmək və ya reallığın mahiyyətini anlamaq o qədər də vacib deyil. Siz ki maşın sürmək üçün karbürətorun və ya yanma sistemlərinin quruluşunu bilmək məcburiyyətində deyilsiniz. Çox az sayda insanın avtomobildən başı çıxır, amma bu, insanların onları idarə etməsinə mane olmur. Beyinlə də işlər eynən bu cür qurulub. İstənilən insan bu sistemin əsaslarına yiyələnə bilər və onu gündəlik həyatda uğurla tətbiq edə bilər.

Biz reallığın mahiyyətinin və xüsusən son 20 ilin heyvətəməz kəşflərinin öyrənilməsi ilə başlayacağıq. Bu, beyinin öz reallığını necə yaratdığını daha yaxşı anlamağa kömək edəcəkdir. Onlar nəyisə vizuallaşdırmağın və ya təsəvvür etməyin, sadəcə, lazımsız xəyal qurmaq deyil, in-

sanın əşyaları yapışdırmağa, mayeni buxara çevirməyə və ya toxumu cücərdib böyütməyə qadir olan enerji axınlarını idarə etməsi və yönəltməsinə kömək edən yaradıcı proses olduğunu izah edəcək.

Bu enerji axınlarının mahiyyətini dərk etdikdən sonra beyinin mahiyyətini anlayacaq və görəcəksiniz ki, ilhamlanmaq, dua və intuisiya fəvqəltəbii bir şey deyil, insanın öyrənəcəyi və tətbiq edə biləcəyi qanunlara tabedir. Kainatda insana məlum olan digər şeylər kimi beyin gücü də elə qanunlarla idarə olunur ki, onu elmi terminologiyadan azad, uyğun şəkildə təqdim etsək, hər kəs başa düşə bilər.

İcazənizlə, sizi bu kəşflərin heyranedicəi aləmi ilə tanış edim.

Müasir fizika kainatı dinamik aktivliyin sərhədsiz, bölünməz şəbəkəsi kimi səciyyələndirir. O nəinki yaşayır və daim dəyişir, həmçinin onun bütün tərkib hissələri birbirinə təsir edir. İlk mərhələdə kainat vahid, bölünməz, hər bir əşyaya və hərəkətə nüfuz edən ucsuz-bucaqsız enerji dənizi kimi təqdim olunur. O, vahiddir. Bir sözlə, bu gün alimlər min illərdir mistiklərin, görücülərin və okkultistlərin dediklərini təsdiqləyirlər: biz ayrıca element deyilik, nəhəng vahidin bir hissəsiyik.



*Bir otu belə qoparılanda
bütün kainat titrəyir.*

Qədim Upanişad hekayələrindən



Müasir fizika maddi aləmlə bağlı fikirlərimizi dəyişdi. Bu gün artıq heç kim iddia etmir ki, hissəciklər hansısa əsas

maddədən ibarətdir: onları enerji topası hesab edirlər. Onlar bəzən vahid bir varlıq kimi, bəzən də təmiz enerji dağaları kimi kvant sıçrayışları adlanan qəfil yerdəyişmələr edə bilirlər. Reallıq axır, heç nə daimi deyil. Hər şey daimi hərəkətdə olan modelin bir hissəsidir. Hətta qaya belə enerjinin dəlisov rəqslərinin nəticəsidir. Kainat canlı və dinamikdir. Biz də onun bir hissəsi olduğumuzdan bu cəhətlər bizə də aiddir.

Kainat – nəhəng holoqramdır

Holoqrafik kəşfin başlanğıcını qoyan nəzəriyyəni ilk dəfə 1947-ci ildə Denis Habor işləyib hazırlamış və sonralar bu kəşfinə görə Nobel mükafatına layiq görülmüşdür. Holoqram vahid varlığın onun hər bir hissəciyində olduğunu nəzərdə tutur. Məsələn, dəniz ulduzu müəyyən holoqrafik effekte malikdir. Əgər onun hər hansı bir hissəsi kəsilsə, o, yenidən bərpa olunacaq. Bundan başqa, kəsilmiş hissədən yeni bir dəniz ulduzu inkişaf edə bilər: onun genetik kodu hər bir hissəciyində var.

Bir neçə il əvvəl holoqram sərgisində mən holoqrafik effektlə hazırlanmış şəkillər gördüm. Onlardan birində ayaq üstə dayanmış qadın təsviri vardı. Şəklə sağdan baxanda artıq başqa təsvir görünürdü: siqaret çəkən qadın. Soldan baxanda təsvir yenə dəyişirdi: qadın şıltaqcasına ayağını göstərirdi. Əgər bu şəkil yerə düşüb hissələrə parçalansaydı, onların hər birində sizin gözlədiyiniz kimi qadının ayaqqabısının, donunun və ya üzünün bir hissəsi deyil, bütöv təsviri olacaqdı. Hissəciklərə müxtəlif tərəflərdən baxsanız, təsvirin yenidən dəyişdiyini görəcəkdiniz: gah qadın

siqaret çəkir, gah cazibədar pozalar verir. Hər bir hissəcik özündə bütöv şəkli ehtiva edirdi.

Hazırda belə fikir yaranıb ki, reallıq da öz mahiyyətinə görə holoqramdır və beyinin fəaliyyəti də holoqrafik fəaliyyətə əsaslanır. Bizim təxəyyül proseslərimizin kainatın ən aşağı inkişaf səviyyəsi ilə orta q cəhətləri var və eyni “maddədən” ibarətdir. Beyin holoqrafik kainatı əks etdirən holoqramdır.

Bu qeyri-adi ideyanın müəllifləri dünya şöhrətli iki mütəfəkkir – London universitetinin fiziki, Eynşteynin tələbəsi və kvant fizikasının korifeylərindən biri Devid Bom və Stenford universitetinin neyrofizioloqu Karl Praybramdır. Xoş təsadüf nəticəsində onlar bu kəşfi elmin fərqli sahələrində işləyərək bir-birindən xəbərsiz şəkildə aşkara çıxarmışlar. Bom kainatın holoqrafik təbiəti haqqında nəticəyə kvant fizikasının bütün proses və təzahürlərini ənənəvi nəzəriyyələrin köməyi ilə izah etmək üçün bir neçə il ərzində göstərdiyi uğursuz cəhdlərdən sonra gəlmişdir.

İnsan beyninin öyrənilməsi ilə məşğul olan Praybram da ənənəvi nəzəriyyələrlə beyinin tapmacalarını açmağın mümkün olmayacağına əmin oldu. Hər iki alim üçün holoqrafik model qəfildən məna kəsb etməyə başladı və daha əvvəl həll olunmamış bir çox məsələlərin cavabı oldu. Onlar öz kəşflərini 1970-ci illərdə nəşr etdirdilər. Onların işi elmi dairələrdə xeyli canlanma ilə qarşılandı. Amma təəssüf ki, elmdən kənarında geniş şöhrət qazana bilmədi. Bəziləri ona skeptik yanaşsa da (hansı elmi nəzəriyyə bundan qaça bilib ki?), dünyanın bir çox aparıcı alimləri onların tərəfdarları sırasına qoşuldu. Kembric universitetinin alimi, 1973-cü ildə fizika üzrə Nobel mükafatı laureatı Brayn Cozefon Bom və Praybramın nəzəriyyəsini “reallığın mahiyyətinin