<h2 style="font-size: 15px">In occasione della visita milanese del Dalai Lama Tensig Gyatso il 27 e 28 giugno 2012, MC ♦lieta di proporre alcuni passi dell'ultimo libro di Jacques Vigne Meditazione, emozioni e corpo cosciente (Milano 2012) che affrontano il tema del rapporto tra meditazione e scienza proprio in riferimento al pensiero del Dalai Lama. </h2> "I buddisti affrontano il problema della sofferenza andando a cercare le cause che spesso risiedono nella mente. Perseguire l'amore e la compassione pu♦influire persino su porzioni di DNA, come hanno dimostrato gli scienziati. Tensig Gyatso ♦   "Da alcuni anni, nel settore delle neuroscienze, e in particolare della psicologia, la soggettivit♦ grazie alla collaborazione tra scienziati liberi e aperti, meditanti e maestri spirituali, non ♦pi♦ un tab♦. Sono state pubblicate le ricerche scientifiche effettuate con il movimento di meditazione trascendentale di Mahesh Yogi, e, a partire dal 1995, il Mind and Life Institute ha organizzato incontri tra il Dalai-Lama e alcuni scienziati. Nel novembre del 2005, lo stesso Dalai-lama ♦stato invitato a Washington per presiedere un congresso che ha riunito 3500 specialisti in neuroscienze. ♦stato un momento cruciale del dialogo tra tradizioni contemplative e scienza moderna. Ci♦che tutto questo movimento ha prodotto ♦il concetto di ♦scienza contemplativa♦, dove ♦stata riconsiderato il concetto di soggettivit♦ [...] Lo stesso Dalai-Lama sostiene che il terreno migliore per la collaborazione tra spiritualit♦e scienza ♦quello della psicologia. Non dico questo perch♦sono uno psichiatra! Al contrario, oltre trent♦anni anni fa ho scelto la psichiatria perch♦mi interessavano sia la coscienza che la pratica della meditazione, e volevo stabilire un solido nesso tra psicologia e insegnamenti religiosi e spirituali. ♦interessante notare che, nel corso delle sue conversazioni con gli scienziati, il Dalai-Lama presenta ogni volta le quattro Nobili verit♦come una legge della psicologia: la questione principale ♦la liberazione dalla sofferenza, e, per riuscire in questa impresa, la metafisica ♦secondaria, per quanto certamente non inutile. Il capo spirituale dei tibetani si ♦impegnato in qualcosa di pi♦ che in semplici colloqui: ha contribuito a ravvisare argomenti, come gli yogi tibetani, da studiare nei laboratori occidentali per poter valutare, mediante moderni strumenti di misurazione, le caratteristiche dei differenti stati di concentrazione descritti e praticati nella tradizione tibetana." dall'Introduzione di Jacques Vigne <p><a href="it/negozio-libri/detail/1-esse/flypage_new/67-meditazione-emozioni-e-corpo-cosciente?sef

=hcfp" title="Scarica la scheda del libro">> Dettagli del libro e scheda scaricabile </p>