<h1 style="text-align: center">21 giugno Giornata mondiale dello yoga
Convergenza tra scienza e tradizione</h1> Nel corso dei diversi seminari tenuti i giorni scorsi a Milano, a partire dai contenuti dell'ultimo libro "Neurobiologia della meditazione e cura delle esperienza traumatiche", Jacques Vigne ha voluto sottolineare il moltiplicarsi di studi scientifici sugli effetti della meditazione e dello yoga.
Al 2018 sono stati pubblicati su riviste scientifiche di medicina e psicologia 4700 studi sulla meditazione, e 4300 sullo yoga, di cui circa 400 su ciascun argomento nel solo 2017. "Si tratta di una convergenza di fondo tra scienza e tradizione", sottolinea Vigne; "in questo senso, definire le pratiche di yoga e di meditazione come misticismi fumosi rappresenta paradossalmente un oscurantismo." da Incontro degli opposti di Jacques Vigne