



UNIVERSITÀ DI PISA



Pisa,

6 febbraio 2020 - Si è appena conclusa la missione di alcuni docenti dell'Università di Pisa presso il Kalachakra Institute for Meditation di Dharamsala, in India, dove hanno preso contatti per condurre ricerche sugli effetti di alcune pratiche meditative avanzate sull'attività cerebrale.

Invitati a partecipare a una serie di incontri con H.E. Choekyi Nangpa Rimpoche, recentemente eletto a capo di una delle quattro scuole del buddismo tibetano (la Scuola Jonang), il professor Angelo Gemignani e il dottor Ciro Conversano del dipartimento di Patologia chirurgica, medica, molecolare e dell'area critica e il professor Bruno Neri del dipartimento di Ingegneria dell'Informazione hanno avuto la possibilità di essere ricevuti dal Dalai Lama nella sua residenza privata di Dharamsala per presentare i loro studi.

“La

collaborazione con il Kalachakra Institute for Meditation ci darà la possibilità di incrociare l'esperienza in prima persona con l'osservazione dei correlati neurali, in particolare, con lo studio dei tracciati elettroencefalografici registrati nel corso delle sessioni di meditazione (la cosiddetta neurofenomenologia di Francisco Varela) - spiegano i ricercatori - A

questo fine la collaborazione di meditatori avanzati, in grado di generare, in maniera precisa e ripetibile, stati di coscienza non ordinari, precisamente codificati nell'ambito della secolare tradizione della scuola di appartenenza, costituisce un valore aggiunto prezioso e insostituibile per la ricerca in oggetto. Nella fattispecie, la collaborazione col Khalachakhra Institute consentirà di lavorare con meditatori avanzati che praticano alcune tecniche esoteriche, tramandate solo per via orale da maestro a discepolo, che permetterebbero di accedere al controllo del rapporto mente/corpo e quindi di indagare quello che il filosofo australiano David Chalmers ha definito col termine "hard problem" (il problema difficile)".

Il

momento più coinvolgente e intenso della missione è coinciso con l'udienza privata che il Dalai Lama ha voluto dedicare all'incontro con i ricercatori pisani che ha rivisto dopo oltre due anni dal Simposio "The Mindscience of Reality" del 2017, nel corso del quale l'Università di Pisa gli aveva conferito la laurea magistrale honoris causa in Psicologia clinica e della salute.

Il

Dalai Lama li ha ricevuti, insieme ai loro accompagnatori, presso la sua residenza privata di Dharamsala, trattenendosi con loro per oltre 90 minuti, nel corso dei quali ha chiesto di essere informato sul progresso delle loro ricerche e ha fornito preziosi suggerimenti per una migliore comprensione delle tecniche e degli effetti delle principali pratiche contemplative tipiche del buddismo tibetano.

Il

confronto tra gli aspetti esperienziali e quelli osservabili in maniera oggettiva è stato il principale argomento dei numerosi colloqui che si sono sviluppati nel corso della settimana di permanenza a Dharamsala. Uno spazio significativo è stato dedicato alle possibili applicazioni alla riduzione dello stress cronico (o distress) e all'incremento del benessere interiore, di alcune tecniche di training mentale, quali i protocolli basati sulla mindfulness, nate e sviluppatesi nell'alveo delle pratiche contemplative del buddismo tibetano.

Il

programma degli incontri è stato tanto intenso quanto inconsueto, seppure in linea con il paradigma alternativo al quale si è improntata l'attività del

gruppo di ricerca pisano fin dai tempi del “The Mindscience of Reality” Symposium del 2017.

Uno dei temi del Symposium era stato, infatti, quello del recupero dell'esperienza in prima persona quale elemento irrinunciabile e irriducibile per una comprensione dei fenomeni di coscienza, che non si limiti allo studio dei soli correlati neuronali. Uno degli elementi caratterizzanti l'attività di ricerca è stato, fin dal 2016, con la firma della convenzione con l'Istituto Lama Tzong Khapa di Pomaia e poi nel 2018 con l'Università Tibetana di Sera Jey, il coinvolgimento di istituzioni che affondano le loro radici nella tradizione plurimillennaria dello studio della coscienza sia sul fronte teorico che su quello esperienziale.