

Associazione



CONVEGNO Internazionale

**QIGONG E SCIENZA DELLA SALUTE. CORPO - MENTE - SPIRITO:
ORIENTE E OCCIDENTE SI INCONTRANO**

Palermo 7 – 10 maggio 2015

Cantieri Culturali alla Zisa / Cinema Vittorio de Seta

Venerdì 8 maggio 2015

LA PROSPETTIVA OLISTICA NELLE NEUROSCIENZE CONTEMPORANEE

Daniele La Barbera, Professore ordinario di psichiatria, Università degli Studi di Palermo

Abstract

Lo sviluppo delle conoscenze scientifiche nell'ambito della biochimica e della fisiologia del cervello hanno ricevuto, negli ultimi decenni, un impulso straordinario contribuendo non solo ad un enorme ampliamento della nostra comprensione del funzionamento del sistema nervoso centrale ma anche ad una nuova e stimolante visione dei rapporti tra corpo, mente, ambiente e relazione. L'immagine del nostro cervello che ci viene oggi consegnata dai progressi delle neuroscienze è quello di un organo dotato di uno straordinario potere di flessibilità, plasticità, adattabilità, contraddicendo la visione neurologica tradizionale che considerava il cervello, fino a pochi decenni or sono, organo perenne e immutabile, dunque non modificabile se non peggiorativamente a seguito del suo decadimento naturale. Oggi sappiamo invece che quest'organo si modifica di continuo, risponde a ogni sollecitazione ambientale e relazionale ed è in stretto e costante rapporto con il versante somatico; inoltre le sue interconnessioni, che rappresentano il reale valore qualitativo che determina la sua efficienza funzionale, possono essere migliorate, ad ogni età, da una alimentazione corretta ricca di micronutrienti, da un esercizio fisico regolare, da un corretto uso delle capacità cognitive, ma anche da esperienze affettive ed emotive positive ed arricchenti. Tale visione, che possiamo considerare alla base di una prospettiva scientifica interdisciplinare ed olistica, ci aiuta a riportare l'uomo e la sua salute al centro di una serie di rapporti dinamici che vedono la natura, l'ambiente relazionale, la qualità delle esperienze, l'alimentazione e lo stile di vita come fattori indispensabili per il mantenimento ed il potenziamento del benessere fisico, mentale e spirituale e come variabili continuamente interagenti. In questa prospettiva sembrano anche trovare una possibilità di incontro fertile la visione occidentale e quella orientale, l'approccio scientifico contemporaneo e quello tradizionale, le scoperte della nuova fisica e della genetica contemporanea e le medicine naturali e non convenzionali.