

SPIRITUALITA' ORIENTALE, IPNOSI, NDE & OBE EASTERN SPIRITUALITY, HYPNOSIS, NDE & OBE

Zabarella University Centre
25 September, 12.00 p.m.-1.30 p.m.

Chair: Enrico Facco
Discussant: Maria Armezzani



Photograph: "Om" by Dani Brus

FINE VITA, ATTEGGIAMENTO VERSO DI SÉ E AUTO TRASCENDENZA

END OF LIFE, ATTITUDE TOWARD SELF AND TRANSCENDENCE

Franco Bertossa

Founder and Director – A.S.I.A Study Centre – Bologna

KEYWORDS: yoga, tantra, OBE, annientamento

La morte estorce la domanda: "chi muore?". Che senso può avere, per noi europei, una preparazione alla morte? Il suo senso dipende dal fatto che morte non significhi annientamento di sé. Infatti, la morte intesa come annientamento totale di sé toglie ogni senso alla vita e dunque alla morte. Lo Yoga di Patanjali ci guida nella pratica verso l'esperienza di "colui che vede", il principio coscienziale al centro di noi stessi (drashtar, purusha). Il Tantra, nella tradizione tibetana, studia come soggiogare le energie psichiche distraenti dalla visione originaria e porta a due distinte realizzazioni: da un lato alla Mente originaria, la Chiara Luce – scuola Zhentong - dall'altro alla vacuità anche di ogni concetto di essa – scuola Rangtong. Le vie di matrice indiana hanno come mèta la liberazione, idea non presente nella nostra cultura contemporanea: liberazione dalle erronee concezioni circa l'esperienza di sé e con ciò liberazione dalla sofferenza anche nelle future incarnazioni in questo o altri mondi. Per confrontarci con tale visione dobbiamo poter condividere un'esperienza comune con l'oriente e, a tal fine, è essenziale concentrare la ricerca su "colui" che fa la ricerca poiché, in

ultimo, a lui toccherà attraversare la soglia della morte. Tu, ora. Come porre la questione sull'aldilà della soglia della morte? Se il protagonista del vivere non è soggetto all'annientamento, in che termini si riaffaccerà su una scena? La legge di causalità (Karma) ha un qualche senso per l'occidentale? Porterò, in ultimo, la testimonianza di OBE, vissute in un periodo di intensa asceti in India. La brevità del tempo che avrò a disposizione mi permetterà solo di accennare ai temi e alle esperienze suddette.

References: I sei yoga di Naropa – Adelphi Lo Yoga Tibetano e le Dottrine Segrete - W. Y. Evans-Wentz – Ubaldini Il libro tibetano dei morti di Padmasambhava - Mondadori La Scienza dello Yoga - J. K. Taimni – Ubaldini Gli Insegnamenti di Ramana Maharshi – a cura di A. Osborne - Ubaldini Storia della filosofia indiana - Giuseppe Tucci - Laterza

LA MORTE NEL BUDDISMO TIBETANO, LA CLINICA, LA TRASFORMAZIONE

DEATH IN TIBETAN BUDDHISM, CLINICAL PRACTICE, TRANSFORMATION

Silvia Bianchi

Psychotherapist, MBSR and Mindfulness Instructor – Milan

KEYWORDS: Morte, Vacuità-interdipendenza, Percezione-rappresentazione, pratica meditativa

Lama Zopa, fondatore del Karuna hospice in Australia e fondatore dei più di 180 centri FPMT nel mondo, nel suo libro Guarigione Definitiva ci invita a riflettere sulla natura della

percezione. Anche T. Metzinger nel suo libro *Il Tunnel dell'io* ci suggerisce che la percezione del mondo e dell'io, anche dal punto di vista delle attuali scoperte neuroscientifiche, è un atto creativo, non una foto, non è un semplice vedere e percepire ciò che c'è. Nulla può darci la certezza che ciò che percepiamo (il mondo esterno e noi stessi ad esempio) è fatto nel modo nel quale lo percepiamo, semmai abbiamo proprio la certezza del contrario. Allo stesso modo Lama Zopa nel suo libro ci accompagna nel portare l'attenzione sulla realtà della nostra percezione/rappresentazione della morte (dalla quale siamo terrorizzati): anche questa è una percezione/rappresentazione, noi abbiamo paura e conosciamo ciò a cui diamo il nome "morte", della realtà di cosa sia la morte nulla sappiamo, conosciamo solo la rappresentazione che ne facciamo, conosciamo come percepiamo la morte non ciò che è. La "natura creativa" della percezione si trova già in qualche modo nel Manuale di psicologia generale e dello sviluppo di Canestrari; questa, compresa nei suoi vari aspetti (cosa porta a creare o percepire cosa ecc), è alla base di moltissimi insegnamenti e meditazioni del Buddismo tibetano, inclusi quelli che descrivono il processo della morte o il processo evolutivo che l'essere umano può fare per uscire dalla sofferenza. Le Quattro Nobili Verità (le prime parole che il Buddha ha usato per descrivere ciò che ha sperimentato e scoperto), Il Tantra, tutto il sentiero Mahayana e Hinayana, possono esistere solo grazie alla comprensione di questo "vuoto" di ciò che ci sembra così reale e concreto ma che se cerchiamo non troviamo così come ci appare. Scrive Lama Zopa, ciò che rende la morte così paurosa per noi è questo eccesso di stabilità e concretezza che attribuiamo alla realtà che ci circonda e a ciò che siamo... la morte ci costringe a spezzare quella percezione non corrispondente alla realtà.

Domanda: Come tutto questo può aiutarci ora? In che modo la visione del Buddismo Tibetano può aiutarci nella clinica, nell'elaborazione del lutto, nella formazione a professionisti della salute (medici, psicologi, psichiatri ecc.) che incontrano la morte e il lutto nelle loro professioni, in che modo può essere utile a noi tutti a vivere meglio le nostre vite e il nostro rapporto con la sofferenza? Non ci sono che io sappia ancora dati scientifici certi in questo senso nonostante che il Dalai Lama incoraggi gli scienziati di mind and life (www.mindandlife.org) ad esplorare il processo della morte e il continuum della coscienza (mente) da tempo.

Metodo: Porto quindi dati qualitativi che ho raccolto da :

A- Mie osservazioni dirette durante:

1. processo della morte nelle fasi del prima, durante e settimane successive di due Maestri Tibetani in Italia

2. vari gruppi di clinica e/o formazione nei quali insegno, oltre la mindfulness e qualche cenno sulla "vacuità" anche meditazioni Tibetane sulla consapevolezza e processo della morte : a-elaborazione del lutto; b- formazione a professionisti della salute (medici, psichiatri, psicoterapeuti ecc.) alla ULSS o in Master universitari in dipartimenti di Medicina (Torino, Firenze ecc.); c- formazione a manager in multinazionali.

B-L'analisi di relazioni scritte dai partecipanti ai gruppi (sopra descritti) e appunti di un osservatore esterno durante i gruppi, i rimandi di counselor che hanno fatto colloqui o prima e dopo.

C- Studio dei testi Tibetani e non sull'argomento.

Conclusioni: Il processo del morire descritto nel Buddismo tibetano non solo sembra di grande aiuto nel processo del lutto ma anche ad affrontare meglio la vita e la propria morte

ARE NEAR-DEATH-EXPERIENCE MEMORIES REAL? EVIDENCE FROM A PSYCHODYNAMIC AND ELECTROPHYSIOLOGICAL INTEGRATED STUDY

I RICORDI NDE SONO REALI? PROVE DA UNO STUDIO INTEGRATO DI PSICODINAMICA ED ELETTROFISIOLOGIA

Arianna Palmieri, Vincenzo Calvo, Johann Roland Kleinbub, Marco Sambin, Simone Bianco, Alice Broggio
Professor FISPPA – University of Padua

Federica Meconi
DPSS – University of Padua

Paola Sessa
Professor DPSS e NPSRR – University of Padua

KEYWORDS: NDE, near-death experience, real memories, hypnosis, EEG

Introduction: Because of the complexity of the phenomenon, the nature of the near-death experiences (NDEs) is largely unknown; nonetheless, recent evidence suggests the intriguing possibility that NDEs may refer to really perceived and stored experiences (although not necessary in relation with the external physical world). NDEs are characterized by a strong sense of "phenomenological certainty", typical of the perception of daily life events, and have been described by individuals as "real" and often as the most intense, vivid, important, and founding experience of their life. Distinguishing between real and imagined memories of highly emotional events is a central issue in many fields, ranging from psychoanalysis to forensic psychology. Prior research (i.e., Bastiaansen and Hagoort, 2003; Klimesch, 2012) has shown how specific electroencephalographic (EEG) activities are related to mnemonic operations and memory features such as semantic integration and vividness. We tried to push the boundaries of this research field, by applying those methods to the memories of NDE.

Method and materials: We adopted an innovative integrated approach involving an eriksonian hypnotic procedure to improve the recall process together with EEG recording in order to investigate the characteristics of memories and their neural markers comparing memories of NDE, real and imagined (such as frequent dreams) events. We included 10 participants with NDEs, defined by the Greyson scale (1983), and 10 control ones without NDE, selected through psychodynamic-oriented interview and psychodiagnostic measures in order to exclude psychopathological traits such as psychotic or dissociative symptoms. Quality of NDE, real and imagined recalls were assessed using the Memory Characteristics Questionnaire (MCQ).

Results: MCQ scores showed that NDE memories were similar to real memories in terms of detail richness, self-referential, and emotional information. NDE memories resulted significantly different from memories of imagined events. The pattern of EEG results indicated that real memories recall was positively associated with two memory-related frequency bands, i.e. high alpha and gamma. NDE memories were linked with theta band, a well-known marker of episodic memory. The recall of NDE memories was also related to delta band, which processes the recollection of the past, the trance states, and other related portals to transpersonal experience.

Conclusion: The overall pattern of EEG findings suggests that NDEs are experiences of real-like events, coherently stored