

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA  
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna  
DIPARTIMENTO ONCOLOGICO

*Mindfulness  
Project*

## VIII Convegno Internazionale Mindfulness Project

**“Quando i neuroni si specchiano” Neuroscienze e Buddhismo  
lo sviluppo delle potenzialità della mente**

**LA CONCEZIONE BUDDHISTA DELLA MENTE E LA  
MENTE ESTESA :  
IL RUOLO DELLE EMOZIONI NELLA NUOVA  
CONCEZIONE DELLA SALUTE**

**Gioacchino Pagliaro  
Direttore U.O.C. Psicologia Clinica Ospedaliera  
Prof. a contratto di Psicologia Clinica Università di Padova**

**“Biologia e Medicina influenzate dalla fisica dell’800 non sono abituate a trattare con entità non materiali. Nella fisica moderna la situazione è diversa, ...la mente ha una natura non materiale ed è in grado di produrre mutamenti fisici nella realtà. E’ ora che le scienze della vita se ne rendano conto”**

**(H.Margenau Yale University)**

IL MODELLO MECCANICISTICO  
DELL 'UOMO

FISICA CAUSALISTICA



OGGETTIVITA'

FRAMMENTAZIONE

MISURAZIONE

CAUSALISMO LINEARE

Prof. Gioacchino Pagliaro

**Frammentazione del sapere**



**Reificazione dell'uomo**



**Attese miracolistiche**

# Saperi Sanitari Frammentati

- Riducono la persona alla malattia
- La malattia alla parte malata
- La cura alla cura della parte malata

- **Generano senso di incompletezza e parzialità dell'intervento sanitario**
- **Alimentano senso di insoddisfazione**

# MODELLO MECCANICISTICO

IL CORPO UMANO E' CONSIDERATO COME LA MATERIA:

- UN INSIEME DI ATOMI, DI CELLULE, DI ORGANI,
- E' SPAZIALMENTE E TEMPORALMENTE COLLOCATO,
- E' UNA UNITA' SEPARATA ED AUTONOMA .
- LA MENTE E GLI STATI MENTALI ESISTONO IN FUNZIONE DEI MECCANISMI CEREBRALI E DEL LIVELLO MOLECOLARE

# MODELLO MECCANICISTICO

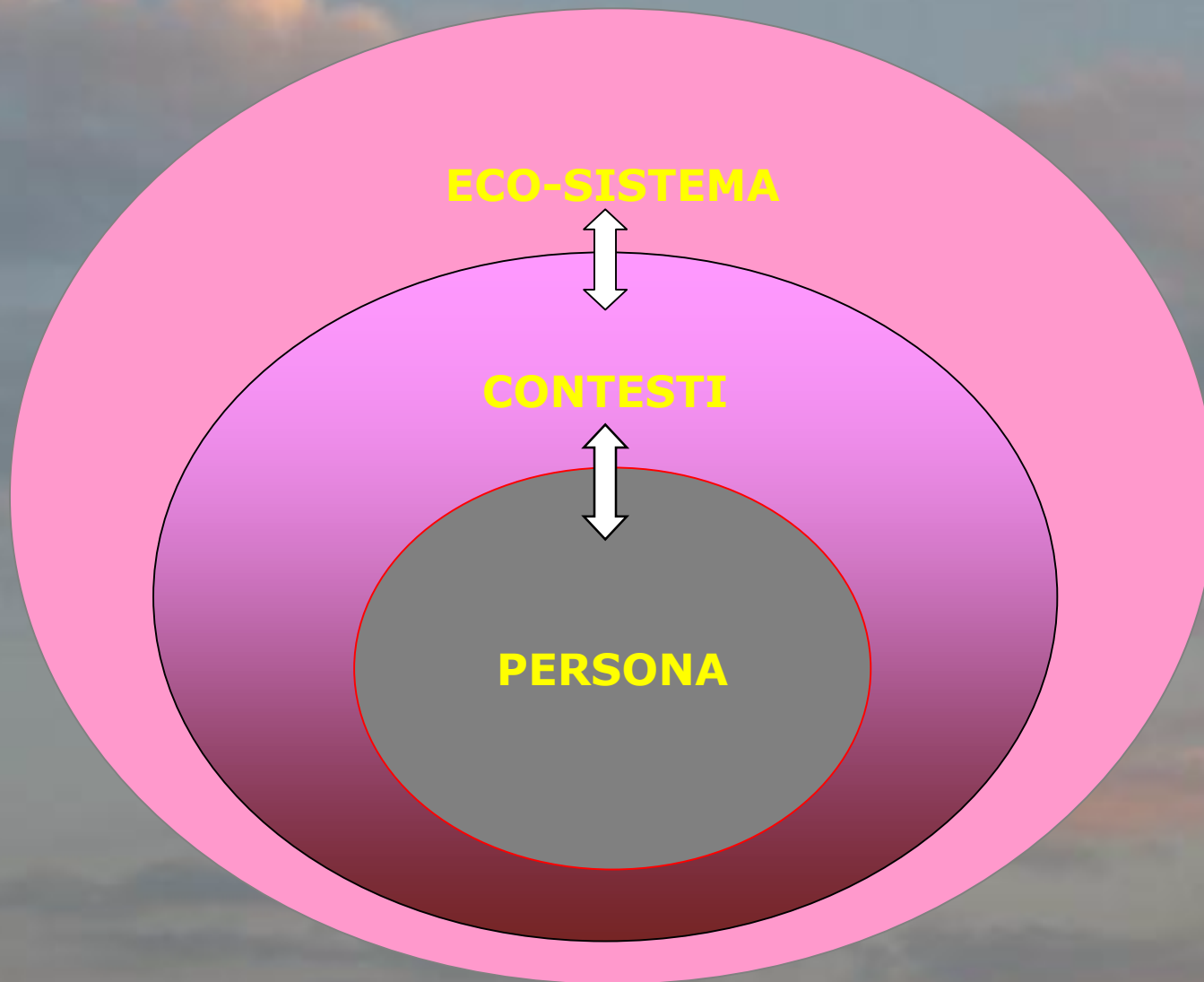


Gioacchino Pagliaro



# TEORIE BIO-PSICO-SOCIALI INCLUDONO LE TEORIE MECCANICISTICHE IN MODO PIÙ RIDIMENSIONATO

- L'UOMO E' UN SOGGETTO BIOLOGICAMENTE, PSICOLOGICAMENTE, SOCIALMENTE DETERMINATO
- L'UOMO E' PARTE DELL'INTERAZIONE SOCIALE
- LA MENTE E' UN PROCESSO CHE RISIEDA IN PARTE NELL'INDIVIDUO E IN PARTE NELLE RELAZIONI INTERPERSONALI
- LA RELAZIONE TRA LA MENTE E IL CORPO (PSICOSOMATICA) E' CONSIDERATA UN IMPORTANTE FATTORE DI GUARIGIONE





**“...esiste una mente più vasta di  
cui la mente individuale è  
soltanto un sottosistema”.**

**(G. Bateson)**




***La realtà non è solo ciò  
che vediamo***



# LIVELLO SPIRITUALE E LIVELLO MATERIALE SONO LA STESSA COSA

“Quando riusciamo a guardare oltre la cortina fumogena che talvolta ci convince dell’esistenza del solo mondo fisico, ..... , allora sperimentiamo il livello spirituale: un’ondata di emozioni gioiose che pervade il nostro io”.

(G. Schroeder)



“L’uomo percepisce se stesso, i suoi pensieri e sentimenti come qualcosa di separato dal resto, una specie di illusione ottica della sua coscienza. Dobbiamo ampliare l’ambito della comprensione e della compassione per abbracciare tutte le creature viventi e l’intera natura nella sua bellezza”

( A.Einstein )

“Tutto ciò che è materiale è anche mentale e tutto ciò che è mentale è anche materiale”

( G. Schroeder )

Gioacchino Pagliaro

# TEORIA QUANTISTICA

- NON OGGETTIVITA' DELLA REALTA'
- LIMITI DELLA FRAMMENTAZIONE
- LA MISURAZIONE NON E' PIU' L'ACCERTAMENTO DI UNA PROPRIETA' PREESISTENTE
- LA REALTA' E' UNA RETE DI PROCESSI E RELAZIONI UNIFICATE
- LA MATERIA E' COMPOSTA DA QUANTI
- NON LOCALIZZAZIONE

Gioacchino Pagliaro

A serene landscape featuring a pond in the foreground with large green lotus leaves. The background is filled with lush green trees under a clear sky. The overall scene is peaceful and natural.

# SPINOZA

- LA MENTE NON E' SEPARATA DAL CORPO ED E' UN POTENTE ELEMENTO DI INFLUENZAMENTO DELLA SALUTE

Gioacchino Pagliaro



# MODELLO MENTE-CORPO

**PROCESSO INTERRELATO E  
INTERDIPENDENTE**

**MENTE**

**ATEMPORALE, NON LOCALIZZATA**

Gioacchino Pagliaro



# Dhammapada

**“Ogni cosa è dominata dalla mente, è guidata dalla mente, è costituita dalla mente”.**

Gioacchino Pagliaro

## *TEORIE SCIENTIFICHE*

- ▶ **LE TEORIE SCIENTIFICHE NON SONO DEFINITIVE.**
- ▶ **LE TEORIE COSTRUISCONO LA REALTA'.**
- ▶ **I FENOMENI SONO INTERCONNESSI.**
- ▶ **ASPETTO DUALE DELLA MATERIA.**
- ▶ **LA MENTE NON E' LOCALIZZABILE NEL CERVELLO.**

## **BUDDHISMO**

- ▶ **LE TEORIE NON SONO DOGMI.**
- ▶ **LA REALTA' OGGETTIVA NON ESISTE.**
- ▶ **I FENOMENI SONO INTERDIPENDENTI.**
- ▶ **IL CORPO ENERGETICO E IL CORPO FISICO SONO RIFLESSI L'UNO NELL'ALTRO.**
- ▶ **LA MENTE CREA LA MATERIA E IL BENESSERE.**

# Psiconeuroendocrinoimmunologia

## PNEI

- **La PNEI studia le relazioni tra il S.N., il S.E., il S.I., e la Mente.**
- **Si occupa quindi dell'influenza delle emozioni, degli eventi di vita e dei processi psicologici sugli stati di salute e patologici dell'organismo.**
- **La PNEI è la più articolata sistematizzazione scientifica sulla visione dell'uomo nella sua interezza**

# ORIGINI DELLA PNEI

**C.Bernard W.Cannon**

**1936 H. SELYE** Lo stress è indipendente dalla natura dello stimolo.

**1971 L.LAZARUS** Evidenzia l'importanza dei processi psicologici coinvolti nello stress.

**1974 N.K.JERNE** Rileva che il S.I. funziona come un organo di senso e come una rete cognitiva.

**1975 R.ADER** Crea la prima definizione di PNEI come ambito di ricerca che studia i rapporti di reciproco influenzamento tra S.N., S.I, S.E.nelle loro implicazioni fisiologiche e patologiche

# ORIGINI DELLA PNEI

**1975 H.BESEDOWSKY**

L'aumento di cortisolo da parte delle surrenali causa una soppressione della risposta immunitaria.

**1976 R.ADER**

**N.COHEN**

**D.FELTEN**

Dimostrano che il comportamento influenza l'immunità e che l'immunità influenza il comportamento

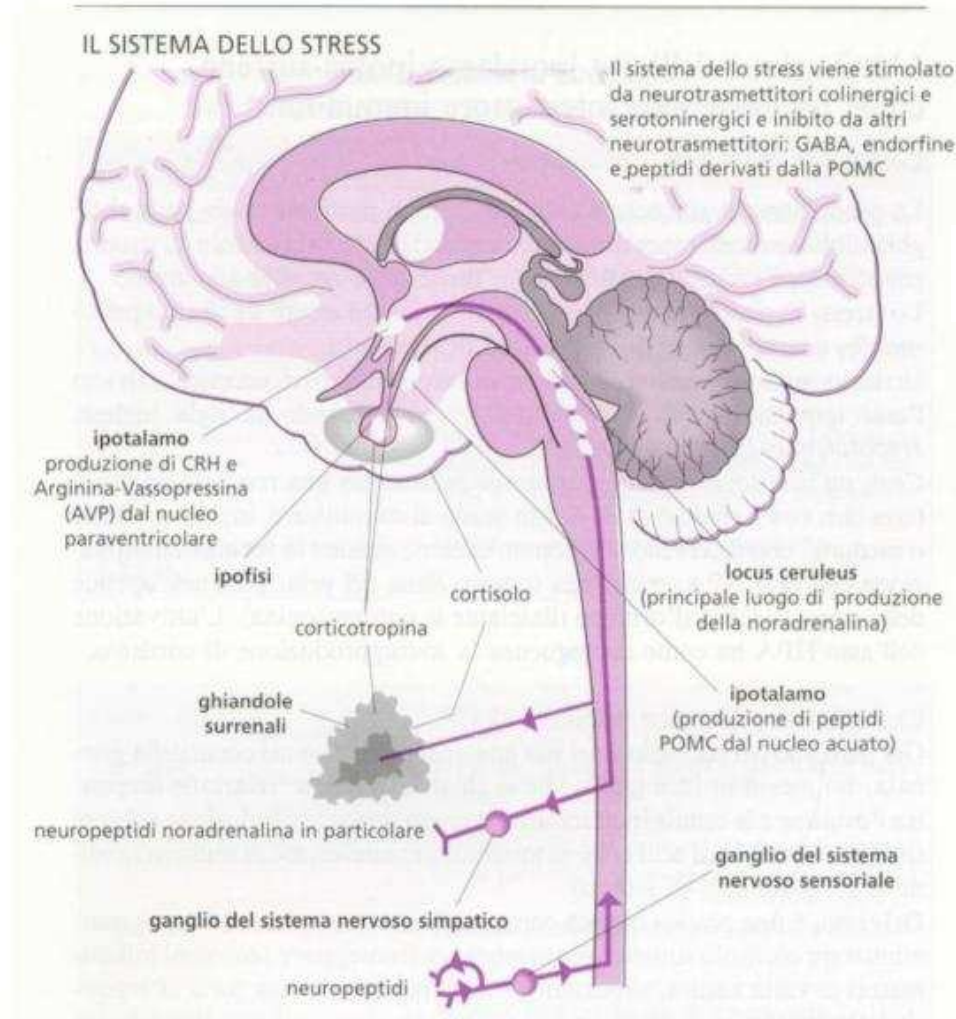
**1977 R.BARTROP**

Evidenziò con una serie di studi come la perdita del coniuge comportava una significativa immunosoppressione.

**1984 E.BLALOCK**

Dimostra che il S.I. e S.E.hanno recettori e mediatori comuni

# II SISTEMA DELLO STRESS



## STRESS E CERVELLO

- L'eccesso di cortisolo protratto nel tempo causa un danno ippocampale

# La prima verifica sperimentale sugli umani



**nature  
neuroscience**

- **Cortisol levels during human aging predict hippocampal atrophy and memory deficits**
- Sonia J. Lupien, Mony de Leon, Susan de Santi, Antonio Convit, Chaim Tarshish, N. P. V. Nair, Mira Thakur, Bruce S. McEwen, Richard L. Hauger, Michael J. Meaney


***Nature Neuroscience* 1,  
69 - 73 (01 May 1998)**






Le persone con più alti livelli di ormoni dello stress hanno una riduzione del 14% circa delle dimensioni dell'ippocampo creando problemi di apprendimento e di memoria.

*(B. Mc.Ewen ; Rockefeller University New York Dipartimento di neuroscienze e neurocrinologia)*



**STRESS E IMMUNITÀ**  
**L'ECCESSO CRONICO DI**  
**CORTISOLO CAUSA UNA**  
**MODALITÀ INADATTA A**  
**COMBATTERE VIRUS E**  
**NEOPLASIE**

Prof. Gioacchino Pagliaro

A photograph of a red poppy flower in a field of tall, thin grasses. The text is overlaid on the image in a yellow font. The background is a soft-focus field of tall, thin grasses, with a single red poppy flower in the foreground. The text is centered and reads: "Lo stress indebolisce il S.I. e favorisce lo squilibrio ormonale che può incrementare lo sviluppo di cellule anormali." Below this, in parentheses, is "(Pancheri, Biondi 1979)".

Lo stress indebolisce il S.I. e favorisce lo squilibrio ormonale che può incrementare lo sviluppo di cellule anormali.

(Pancheri, Biondi 1979)

Gioacchino Pagliaro



**GLI ATTEGGIAMENTI MENTALI  
E LE EMOZIONI NON SONO  
SEPARATE DA CELLULE ED  
ORGANI**

Gioacchino Pagliaro

## Emozioni negative e sistema immunitario

- Alcuni anni fa i coniugi Glaser, pionieri nel campo della ricerca psiconeuroimmunitaria, indagarono il rapporto tra emozioni negative e risposta al vaccino antinfluenzale.
- Ronald Glaser, immunologo, e Janice Kiecolt-Glaser, psichiatra, tutti e due dell'Università dell'Ohio, dimostrarono che persone dedite all'assistenza di familiari con Alzheimer rispondevano peggio di altri al vaccino antinfluenzale.
- Successivamente, indagarono la risposta immunitaria e il profilo emozionale di studenti di medicina vaccinati per l'epatite B alla fine di una sessione di esami. Gli studenti meno ansiosi e con maggiore supporto familiare producevano una migliore risposta al vaccino.

- **RABBIA**
- **AGGRESSIVITA'**
- **TRISTEZZA**
- **EGOISMO**
- **LAVORIO MENTALE**



- **ASMA**
- **CARDIOPATIE**
- **CEFALEA CRONICA**
- **ARTRITE**
- **ULCERA GASTRICA**
- **IPERTENSIONE**

- CALMA
- SERENITA'
- OTTIMISMO
- FIDUCIA
- ALTRUISMO



- SISTEMA IMMUNITARIO
- APPARATO CARDIOVASCOLARE
- GUARIGIONE

# IL Contributo della PNEI

- **I sistemi biologici dell'uomo non possono essere studiati separatamente**
- **Esiste una relazione tra questi sistemi e la mente**
- **Le molecole di questi sistemi possono fungere da neurotrasmettitori, ormoni e citochine**
- **Emozioni, convinzioni, credenze, eventi della vita influenzano l'unità M-C**
- **Evidenzia il ruolo dello stress come possibile attivatore di importanti patologie**



## La PNEI in pratica

**Riportare le sofisticate tecnologie e conoscenze scientifiche della medicina all'interno di una visione olistica dell'uomo e quindi di un sapere unificante e trasversale alle professioni sanitarie :**

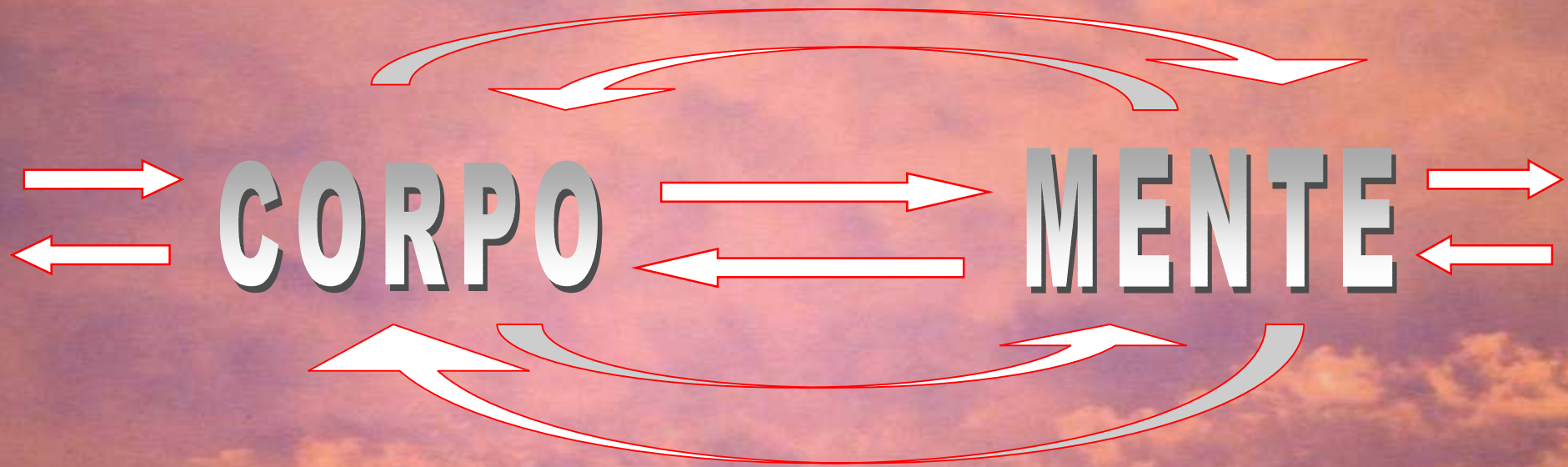
- **Recuperare le antiche tradizioni mediche e non convenzionali**
- **Sviluppare la ricerca scientifica in questo ambito**

Gioacchino Pagliaro

## La PNEI in pratica

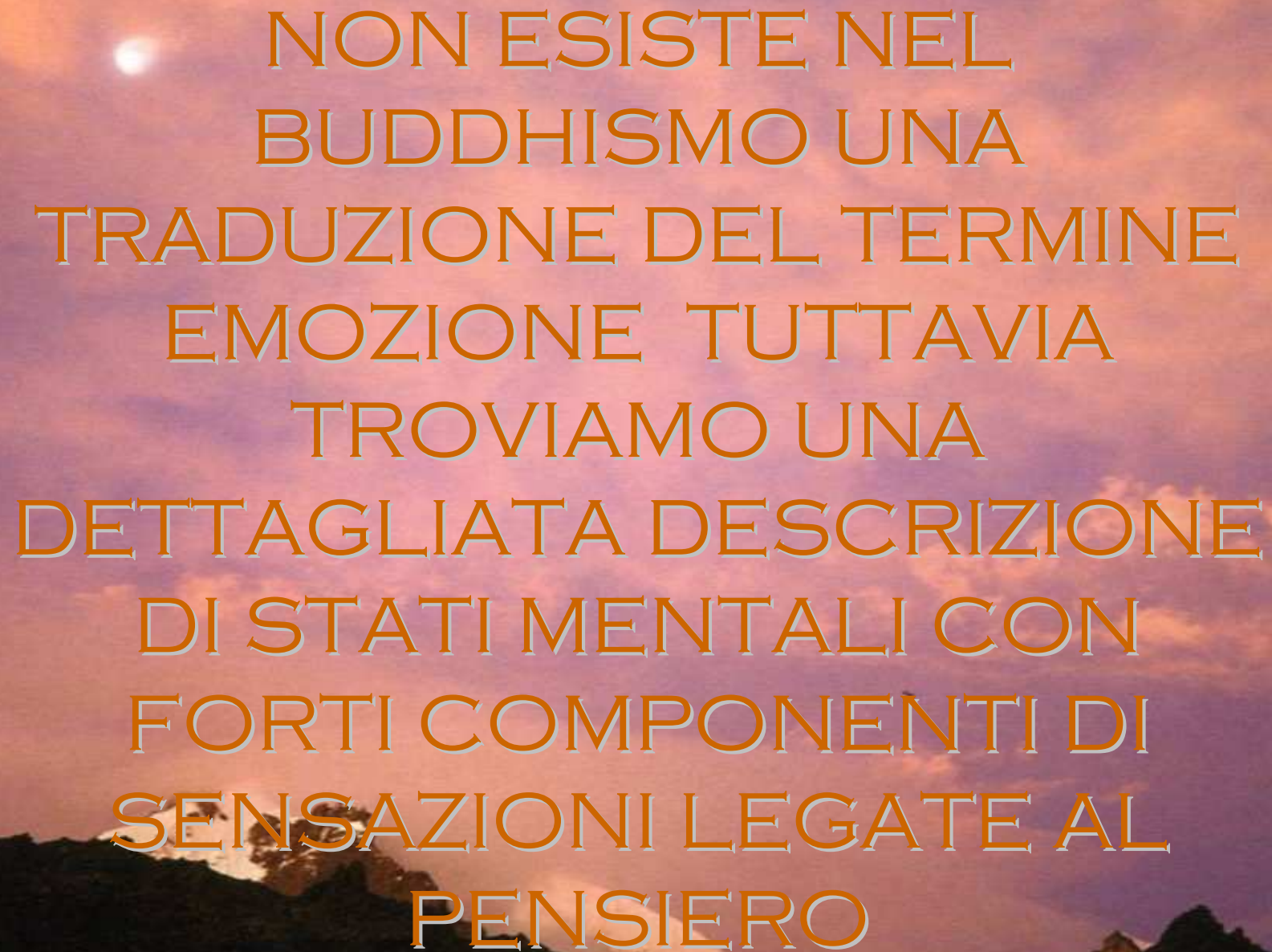
- **Riconoscere e utilizzare il ruolo della mente (emozioni, atteggiamenti mentali, convinzioni) come attivatore del potenziale di guarigione interno.**
- **Riconoscere il ruolo dello stile di vita, delle abitudini alimentari nell'insorgenza della malattia e nel mantenimento della salute.**
- **Responsabilizzare al Self-care.**

# Teorie Mente-Corpo



- Mente e Corpo sono un'unica entità ed unità
- La Mente non è Generata dal Cervello
- Ciò che accade nel corpo accade nella mente e viceversa
- L'unità M.- C. è interconnessa con la realtà circostante

Gioacchino Pagliaro



NON ESISTE NEL  
BUDDHISMO UNA  
TRADUZIONE DEL TERMINE  
EMOZIONE TUTTAVIA  
TROVIAMO UNA  
DETTAGLIATA DESCRIZIONE  
DI STATI MENTALI CON  
FORTI COMPONENTI DI  
SENSAZIONI LEGATE AL  
PENSIERO



La sofferenza è legata all'ignoranza

“ogni essere crea la propria  
sofferenza compiendo azioni che si  
originano dall'ignoranza”

Lama Yesce

Dr. Gioacchino Pagliaro

# Esistenza dell'io

Entità che definisce la nostra  
individualità

**IO**

**PROTETTO**

**RAFFORZATO**

**COMPIACIUTO**

**DIFESO DA  
CIO CHE  
LO MIANCCIA**

**MIGLIORAMENTI  
MATERIALI**

**GRATIFICATO  
ADULATO  
AMMIRATO**

**IO → GENERA → ATTACCAMENTO  
ALL'IO MATERIALE  
E ALLE COSE**

**L'IGNORANZA GENERA L'ILLUSIONE DELL'ESISTENZA DI  
UN IO SEPARATO**

**L'IGNORANZA è LA FONTE DEI TRE VELENI MENTALI**

- **BRAMOSIA**
- **ODIO**
- **ILLUSIONE**

**CHE ALIMENTANO LE ALTRE EMOZIONI NEGATIVE**

# IO ILLUSORIO

- IGNORANZA
- DESIDERIO ATTACCAMENTO
- RABBIA
- ORGOGLIO
- GELOSIA



The background of the slide is a photograph of a mountain range at sunset or sunrise. The sky is filled with soft, colorful clouds in shades of orange, pink, and purple. A prominent mountain peak in the center is covered in snow and is illuminated by the low sun. The foreground shows the dark silhouettes of other mountain peaks.

# I VELENI MENTALI TENDONO A STRUTTURARSI NEL CARATTERE DELLA PERSONA ALIMENTANDO LA SOFFERENZA

## CONTRASTARE I VELENI MENTALI

- RICORRERE AGLI ANTIDOTI
- RAFFORZARE L'AZIONE DEGLI ANTIDOTI CON LA MEDITAZIONE

# EMOZIONI DISTRUTTIVE

- Creano l'insorgenza della malattia
- Sviluppano la sofferenza e l'infelicità
- Rafforzano l'illusione di un Sé separato
- Squilibrano l'equilibrio con la Mente



# EMOZIONI POSITIVE

- Mantengono l'interconnessione tra l'unità mente-corpo e la Mente
- Favoriscono l'autoguarigione
- Potenziano il benessere
- Portano alla liberazione del Sè

A photograph of a sunset or sunrise over a mountain range. The sky is filled with soft, colorful clouds in shades of orange, pink, and purple. A bright, circular light source, likely the sun or moon, is visible in the upper left quadrant. The foreground shows the dark silhouettes of mountain peaks, with some snow-capped peaks visible in the distance.

**Emozioni e atteggiamenti mentali sono  
coinvolti a livello cellulare nella  
trasformazione delle informazioni in  
realtà fisica trasformando la mente  
in materia.**


Gioacchino Pagliaro

# NEUROPLASTICITA'



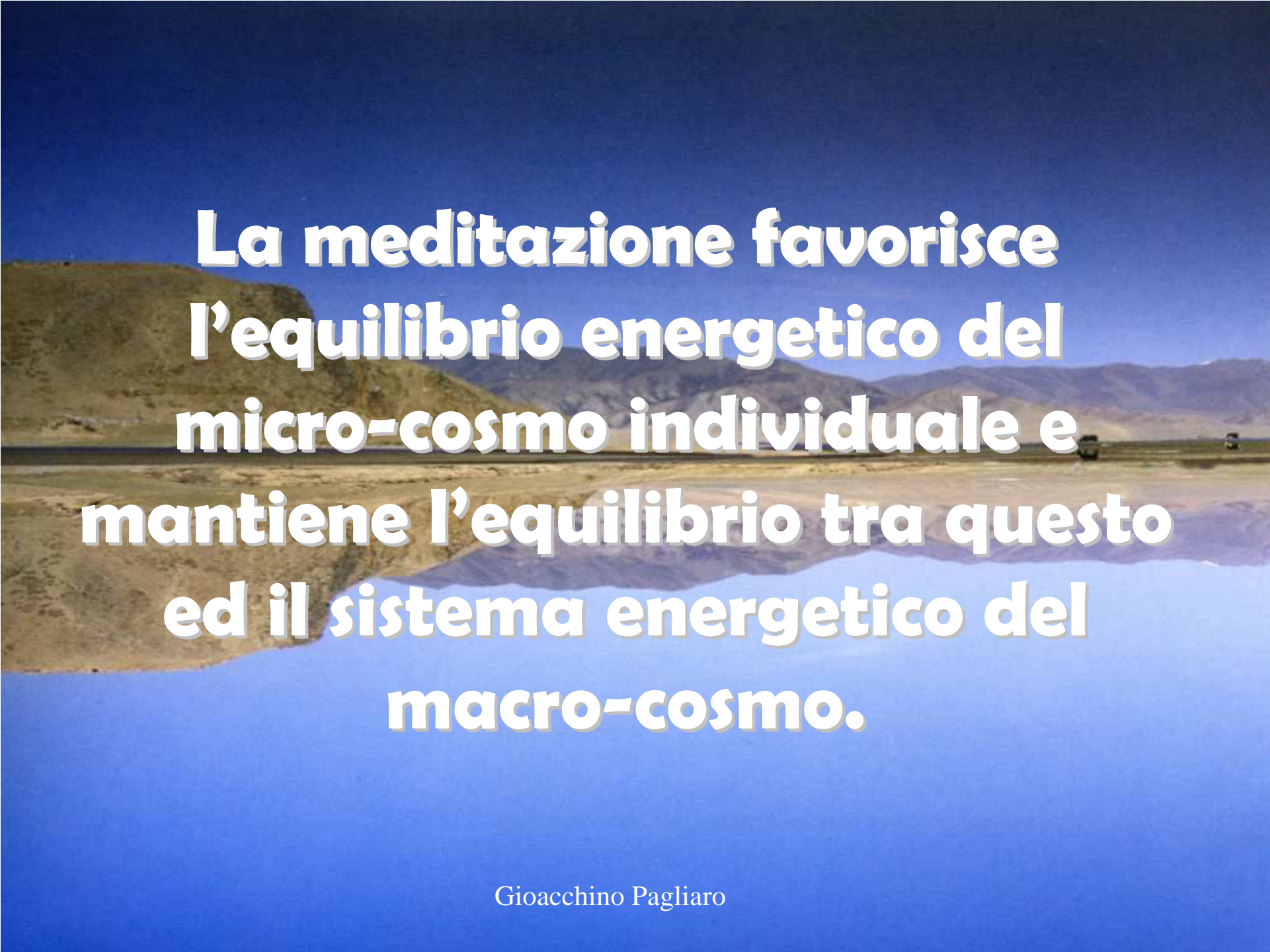
**Il cervello cambia in continuazione  
attraverso le esperienze che  
l'individuo fa, generando nuovi  
collegamenti tra i neuroni o con la  
creazione di nuovi neuroni**

Dr. Gioacchino Pagliaro



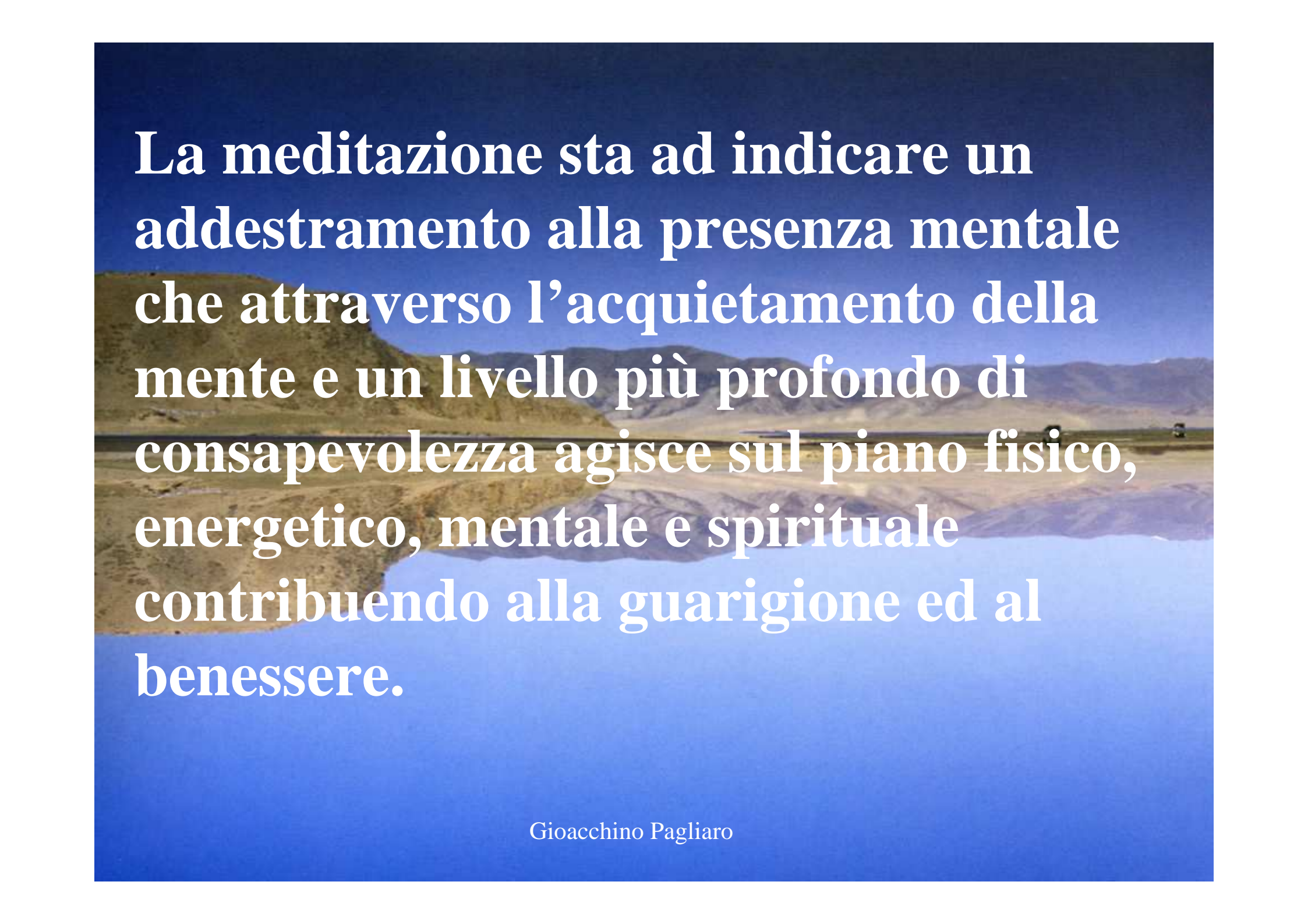
La meditazione è una via per la  
liberazione dalla sofferenza che  
non è intesa riduttivamente  
come sofferenza del corpo o  
come malattia

Gioacchino Pagliaro



**La meditazione favorisce  
l'equilibrio energetico del  
micro-cosmo individuale e  
mantiene l'equilibrio tra questo  
ed il sistema energetico del  
macro-cosmo.**

Gioacchino Pagliaro

A landscape photograph showing a blue sky, mountains, and a body of water reflecting the scene. The text is overlaid on the image.

**La meditazione sta ad indicare un addestramento alla presenza mentale che attraverso l'acquietamento della mente e un livello più profondo di consapevolezza agisce sul piano fisico, energetico, mentale e spirituale contribuendo alla guarigione ed al benessere.**

Gioacchino Pagliaro



*Arrivederci*

