

Στο βιβλίο του με τίτλο «Πώς ο Θεός αλλάζει τον εγκέφαλό σου», ο Άντριου Νιούμπεργκ υποστηρίζει πως ο διαλογισμός και η συστηματική προσευχή βοηθούν την ηρεμία και τη συγκέντρωση του εγκεφάλου.

Ο Νιούμπεργκ αναφέρει πως ο διαλογισμός ενεργοποιεί το μπροστινό τμήμα του εγκεφάλου, που δημιουργεί και ενσωματώνει όλες τις απόψεις για το Θεό και ηρεμεί την περιοχή της αμυγδαλής στο διεγκέφαλο, τη συναισθηματική περιοχή που δημιουργεί εικόνες μιας θεότητας και επισκιάζει τη λογική.

Σαρωτές εγκεφάλου δείχνουν ότι ο διαλογισμός μεταβάλλει την αρνητική διάθεση, ενισχύει τα τμήματα που βοηθούν στην αυτοσυγκέντρωση και το αίσθημα της συμπόνιας, ενώ ηρεμεί τις περιφέρειες του φόβου και του άγχους.

«Είτε ο διαλογιστής πιστεύει στο υπερφυσικό, είτε είναι άθεος, το αποτέλεσμα είναι το ίδιο: αυξάνεται η συμπόνια, που διδάσκει σχεδόν κάθε θρησκεία, και μειώνονται τα αρνητικά συναισθήματα», αναφέρει ο συγγραφέας.

Και επισημαίνει:

«Οι δύο πιο ισχυρές δυνάμεις της ανθρώπινης ιστορίας είναι η θρησκεία και η επιστήμη. Υπάρχουν δύο πράγματα που μας βοηθούν να οργανώσουμε τον κόσμο μας και να τον κατανοήσουμε. Γιατί να μην προσπαθήσουμε να τα φέρουμε μαζί και να τα μελετήσουμε με έναν πιο αποτελεσματικό τρόπο;».

*□ Δεν είναι η πρώτη φορά που διεξάγονται τέτοια πειράματα. Με την ευκαιρία αυτή, μάλιστα, σημειώνουμε*

*μια ενδιαφέρουσα τάση που αναπτύσσεται στην επιστήμη που θα μπορούσαμε να την αποκαλέσουμε «ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΗ ΜΕΤΑΦΥΣΙΚΗ», (όρο που χρησιμοποιεί ο Michael Redhead στο βιβλίο του « Από τη Φυσική στη Μεταφυσική»)* στο πλαίσιο της οποίας διάφοροι ερευνητές επιχειρούν επιστημονικά πειράματα διερευνώντας ιδέες που αντλούν από κείμενα των θρησκειών και των εσωτερικών παραδόσεων.

*Ίσως αυτή να είναι και η σύγχρονη αντίληψη και λύση στα προβλήματα που αποτέλεσαν αντικείμενο στείρων μακροχρόνιων αντιπαραθέσεων: Να αξιοποιηθεί η*

*επιστημονική μέθοδος, η παρατήρηση και το πείραμα, ως ένα ακόμη μέσο και μάλιστα ως ένα κοινά αποδεκτό μέσο για την διερεύνηση «αμφισβητούμενων» περιοχών. □ □*

«Ο»

Σχετικό κείμενο: [Εγκέφαλος και](#)

# διαλογισμός