



La nostra Coscienza e il suo Mondo tacito

Prima Lezione di Psiconautica Naturale

Luca Pani M.D.

Department of Psychiatry and Behavioral Sciences
Leonard M. Miller School of Medicine
University of Miami
Chief Scientific Officer
EDRA-LSWR Publishing Company
Milano

lpani@miami.edu - @Luca__Pani

Secondo Wikipedia il termine Psiconautica è stato applicato ampiamente a tutte quelle tecniche (singole o combinate) tramite le quali si inducono degli stati alterati di coscienza per degli scopi di esplorazione della condizione umana e non per fini terapeutici, ricreativi o religiosi. L'individuo che si induce volontariamente stati alterati di coscienza in tale senso esplorativo è detto Psiconauta.

I metodi più frequentemente usati includono:

1. Uso di entactogeni. Nelle culture tradizionali gli entactogeni sono ottenuti da piante e funghi (Echinopsis pachanoi, Peyote, Cannabis, funghi allucinogeni, ayahuasca, semi di Anadenanthera, Salvia divinorum, Datura stramonium, Ipomea violacea, Argyreia nervosa, Rivea corymbosa, iboga) e, più raramente, animali (Incilius alvarius). Più recentemente e parallelamente all'uso tradizionale degli entactogeni si è sviluppato l'uso di sostanze pure, estratti e tinture (DMT, mescalina, psilocibina, bufotenina, ibogaina, salvinatorina A, 5-MeO-DMT) e di sostanze sintetiche o semisintetiche (LSD, ketamina, 2C-B).
2. Tecniche di interruzione dei consueti processi psicofisici quali privazione del sonno, deprivazione sensoriale, digiuno, capanna sudatoria, controllo del respiro (pranayama, respirazione olotropica).
3. Rituali religiosi, yogici e sciamanici come sacramenti, riti di passaggio e di iniziazione, ricerca della visione, puja, danza e musica sacra.
4. Onironautica e pratiche di induzione di sogni lucidi, come l'uso del diario notturno, induzione del risveglio.
5. Ipnosi.
6. Meditazione, concentrazione, contemplazione e altre forme di focalizzazione della coscienza.
7. Psicologia transpersonale, rebirthing.
8. Preghiere, mantra, japa, canti.
9. Biofeedback e stimolatori delle attività neurali tramite luci, suoni e impulsi elettrici come mind machines, toni binaurali, dreamachine, CES (Cranial Electrotherapy Stimulation).

In tutte le tecniche suddette si tenta di modificare lo stato di coscienza ma pochi sanno definire che cosa veramente intendiamo come coscienza. Ad esempio:

- La coscienza è una qualità della mente che di solito ne include altre, quali la soggettività, l'autoconsapevolezza, la conoscenza e la capacità di individuare le relazioni tra sé e il proprio ambiente circostante.
- La coscienza è, in campo psichiatrico, una funzione psichica che comprende l'elemento riflessivo, ovvero la consapevolezza del proprio essere.
- La coscienza è, per i filosofi, un'attività per mezzo della quale il soggetto entra in possesso, tramite l'apparato sensoriale, di un sapere immediato e irriflesso che riguarda la sua stessa, indistinta, corporea oggettività e tutto ciò che è esterno a questa.
- La coscienza è un'infrastruttura del cervello dove confluiscono tutte le sensazioni, le intuizioni e, più in generale, le cause o l'insieme di cause, di una situazione.
- Lo stato di coscienza si riferisce al livello di attività cerebrale presente in chiunque di noi, 24 ore al giorno.

La Prima Lezione di Psiconautica Naturale (ovvero coscienza non chimicamente o fisicamente alterata) dimostrerà, con una serie di esperimenti pratici, come i processi mentali siano neuro-computazionali e come - in particolare - anche la coscienza e le sue percezioni siano l'espressione di un'appropriata computazione che tuttavia lascia molto spazio al nostro mondo tacito e non espresso.

Luca Pani è un medico-psichiatra, Dirigente di Ricerca del Consiglio Nazionale delle Ricerche (CNR) che attualmente vive e lavora a Miami e che, dal 2011 al 2016 ha diretto pro-tempore l'Agenzia Italiana del Farmaco. È autore di numerosi articoli scientifici, collabora con il supplemento culturale "Domenica" del «Sole 24 Ore». Dal gennaio 2017 è Chief Scientific Officer della casa editrice EDRA-LSWR e di recente ha pubblicato: Imperfezioni Umane. Dissonanze evolutive, cervello e salute (con G. Corbellini, Rubbettino, Cosenza 2015); Prove di Volo I, Manuale di Psiconautica Elementare (dipinti di F. Martinez, Edra 2015) e Prove di Volo II, Manuale di Psiconautica Normale (dipinti di F. Martinez, Edra-LSWR 2016). I post della pagina Facebook di Prove di Volo hanno centinaia di migliaia di lettori settimanali. A ottobre di quest'anno verrà pubblicato Prove di Volo III, Manuale di Psiconautica Avanzata (dipinti di Magnum-Chaos, Edra-LSWR 2017) www.provedivolo.it