

## **OGNI GIORNO IL NOSTRO CERVELLO PRODUCE 50MILA PENSIERI, PER IL 70%-80% NEGATIVI**

**Altri articoli di possibile interesse:**

**Cosa ti dice il cervello? seconda stagione su National Geographic Channel dal 16 Settembre 2013 - Da quando nasciamo il cervello controlla ogni nostro pensiero e azione, prende decisioni nel giro di millesimi di secondo e affronta ogni giorno un lavoro molto faticoso, affinché noi possiamo fare affidamento sui nostri 5 sensi. Per questo a volte può sbagliare, come quando abbiamo un lapsus o pronunciamo una parola in modo non corretto. [...]Leggi l'articolo Cosa ti dice il cervello? - seconda stagione su National Geographic Channel dal 16 Settembre 2013 su Decoder Digitale. (mark27)**

**Silenzio interiore e mente-scimmia - Chiunque abbia iniziato un programma di meditazione è presto venuto in contatto con la mente-scimmia, un dialogo interiore persistente o un flusso di pensieri che pare non fermarsi mai. Il cervello ha questa sua tendenza naturale a muoversi continuamente tra pensieri e pensieri, ad oscillare tra immagini, suoni e sensazioni, in un comportamento che viene definito "mente scimmia". Il buddhismo infatti chiama mente scimmia una mente non allenata, che come una scimmietta salta da un ramo all'altro. La scimmia non si ferma mai e si muove costantemente. Possiamo allenare noi stessi ad essere consapevoli del flusso di pensieri nella nostra testa e calmare la mente-scimmia. Non è cosa facile, soprattutto all'inizio, la scimmia si ribella, salta tra i rami per scappare, urla e cerca di disturbare il nostro lavoro. Una recente ricerca che ha visto la collaborazione tra l'università di Harvard, il Dartmouth College e l'Università di Aberdeen in Scozia, ha mostrato attraverso l'uso dell'MRI... (scienzasegreta)**

**I Poteri della Mente - Dove si trova la mente? Nel cervello? Nella colonna vertebrale? Nel corpo? Nel 2001 a San Pietroburgo, al congresso internazionale "Scienza, Informazione e Spirito" il prof Bunzen presentò una ricerca in cui si dimostrava che la risposta nell'aura kirlian, precedeva di poco l'emissione di onde cerebrali durante un processo decisionale. Il pensiero appariva nell'aura prima di attivare il cervello. Allora la mente dov'è? Nell'aura? La mente non è fisica e non emette onde e vibrazioni. Il cervello emette onde e vibrazioni, ma il cervello è solo uno strumento nelle mani della mente. L'attività cerebrale può essere misurata, ma non l'attività mentale. La mente fa parte di una dimensione superiore a quella fisica e quindi non misurabile, non oggettiva, ma soggettiva. Non puoi "contattare" una mente tramite i tuoi sensi fisici, ma puoi farlo tramite la tua mente. Questo contatto avviene ad esempio nella telepatia. La meditazione è una tecnologia utile per imparare ad... (scienzasegreta)**

**Cosa ti dice il cervello, la seconda stagione su National Geographic - Da quando nasciamo il cervello controlla ogni nostro pensiero e azione, prende decisioni nel giro di millesimi di secondo e affronta ogni giorno un lavoro molto faticoso, affinché noi possiamo fare affidamento sui nostri 5 sensi. Per questo a volte [...] (magseries)**

**Alcune Curiosità Sul Cervello Frutto Di Recenti Studi - Che legame c'è tra longevità e cervello? Che cosa succede ai neuroni con l'età? Si può evitare il declino cognitivo? Negli ultimi anni un numero crescente di ricerche ha fatto luce su questi interrogativi. Per esempio, si è scoperto che esiste una correlazione tra le dimensioni del cervello e la longevità, evidente soprattutto nei mammiferi, a eccezione dei pipistrelli: le specie con il cervello più grande (in rapporto al corpo) sono quelle con l'aspettativa di vita maggiore. Come spiega Hillard S. Kaplan, antropologo evolutivo dell'Università del New Mexico, ospite della nona conferenza mondiale **The Future of Science** in corso fino al 21 settembre a Venezia, maggiori capacità cerebrali rendono l'animale capace di adattarsi meglio all'ambiente e trarne vantaggio. Ma forse la scoperta più sorprendente sull'organo del**

**pensiero è che non invecchia. O meglio, potrebbe non invecchiare mai. Mentre tutte le altre cellule dell'organismo vanno inevitabilmente incontro a senescenza,... (Itlukt)**