

SognaparoLe Magazine

rivista di cultura e attualità

[Home](#) [Chi Siamo](#) [Fondazione Humaniter](#) [Rubriche](#) [Contattaci](#)

Visualizzazioni totali

le nostre rubriche

- [4 passi in libreria](#) (1105)
- [speciali](#) (183)
- [racconti e poesie](#) (176)
- [news](#) (132)
- [recensioni](#) (112)
- [viaggi](#) (59)
- [teatro](#) (36)
- [musica](#) (35)
- [arte](#) (30)
- [l'ospite: intervista a](#) (25)
- [cultura è....](#) (24)
- [psicologia](#) (18)
- [Cibus et cultura](#) (15)
- [Natura...mente](#) (11)
- [e l'ospite: intervista a](#) (9)
- [ritratti](#) (8)
- [i nostri amici animali](#) (7)
- [sondaggi](#) (2)

post più popolari



II

[ritratto di Dorian Gray: 7 temi focali](#)



Oggi

[parliamo di.. Pucca](#)



[Georgia: viaggio nel cuore del Caucaso](#)



Ararad

mercoledì 30 agosto 2023

Neuroscienza del corpo, di Nazareth Castellanos

(a cura di Mimma Zuffi)

Ponte alle Grazie pagg. 248 - € 18,00

Come il corpo scolpisce il cervello

In Spagna ha venduto 40.000 copie



AUTRICE IN ITALIA IN ANTEPRIMA AL FESTIVAL DELLA MENTE DI SARZANA

DAL LIBRO

«Per anni ho cercato riferimenti e ispirazione in medicine di culture lontane: quelle per cui corpo e mente sono due facce della stessa medaglia, quelle che riconoscevano che le posture e i movimenti del corpo influiscono sulla psiche. Tale visione si scontrava con quella che dovevo difendere in laboratorio. Per fortuna non è durato molto, e oggi mi ritengo fortunata, perché ho la possibilità di vivere una rivoluzione scientifica che sta iniziando a conciliare il cervello con il resto del corpo».

«Questa neuroscienziata ha trascorso molti anni a studiare l'interazione del cervello con il cuore, l'intestino e altri organi. E le è chiaro: la nostra 'fabbrica dei pensieri' è una scatola infinita di sorprese».

El País

Khatchikian:
l'uomo, i suoi amici
a quattro zampe, le
distese di neve



Goli

Taraghi, "La signora
Melograno"



Enzo

Jannacci...la nostra
Milano



Michel

Petrucciani, la
potenza della
passione



FRANCESCO
GUCCINI,
EPISODIO 3: IL
CANTAUTORE-
POETA



Gli
uomini
di

Sandra Newman



I

DIAVOLI DI TOKYO
OVEST di TOMMASO
SCOTTI

archivio blog

- [agosto 2023 \(10\)](#)
- [luglio 2023 \(6\)](#)
- [giugno 2023 \(9\)](#)
- [maggio 2023 \(13\)](#)
- [aprile 2023 \(17\)](#)
- [marzo 2023 \(10\)](#)
- [febbraio 2023 \(10\)](#)
- [gennaio 2023 \(14\)](#)
- [dicembre 2022 \(14\)](#)
- [novembre 2022 \(14\)](#)
- [ottobre 2022 \(13\)](#)
- [settembre 2022 \(6\)](#)
- [agosto 2022 \(12\)](#)
- [luglio 2022 \(12\)](#)
- [giugno 2022 \(14\)](#)
- [maggio 2022 \(15\)](#)
- [aprile 2022 \(6\)](#)
- [marzo 2022 \(18\)](#)
- [febbraio 2022 \(16\)](#)
- [gennaio 2022 \(13\)](#)

IL LIBRO

Da alcuni anni nel mondo delle neuroscienze è in corso una vera e propria rivoluzione. Le ricerche si stanno spingendo in una direzione che vede il cervello, e quindi nello specifico l'attività neuronale, attraverso il legame con l'attività di altri organi: l'intestino, che ormai si è meritato la qualifica di "secondo cervello", ma anche i polmoni e la respirazione, il cuore, la postura, e di come tutto questo concorra alla formazione della nostra identità. In realtà, come ci spiega Nazareth Castellanos, si tratta di una direzione che ci era già stata indicata dalla medicina dei nostri antenati, a partire dall'antico Egitto fino a Ippocrate e Aristotele, da Galeno ai fondatori della medicina araba. Un ritorno a casa, dunque, ma stavolta sorretto dalle prove fornite con il rigore del metodo scientifico. Prove che offrono tra l'altro stupefacenti dimostrazioni della validità di pratiche come la meditazione e di un corretto stile di vita, in un approccio che comprende alimentazione, movimento, ascolto di se stessi e dei messaggi che il corpo ci invia. Con la passione della ricercatrice e la verve della divulgatrice, Castellanos ci guida alla scoperta di questa rivoluzione, e della nostra irriducibile unicità.

L'AUTRICE



Nazareth Castellanos. Laureata in Fisica Teorica, specializzata in Neuroscienze, ha lavorato come ricercatrice presso università in Germania, Inghilterra e Spagna. Attualmente dirige il progetto di ricerca «Brain-Body Interaction» in corso presso l'Università Complutense di Madrid. All'attività di ricerca coniuga quella di formazione, di comunicazione e di divulgazione scientifica.



Nessun commento:

Posta un commento