
Scienze contemplative, cresce l'interesse

Autore: Javier Rubio, Maria Teresa Ausin

Fonte: Città Nuova

L'unione tra psicologia e spiritualità attira un numero sempre maggiore di studenti per intraprendere nuovi spazi di riflessione in questo campo ancora poco esplorato

Parlare di psicologia e spiritualità nello stesso discorso a certi orecchi può suonare inappropriato, eppure al Collegio Ufficiale di Psicologia di Madrid è da qualche tempo che un gruppo di *psicologia transpersonale e spiritualità* organizza giornate di riflessione su quest'argomento. Le dirigono gli psicologi **Román Gonzalvo, direttore dell'ATI (Associazione Transpersonale Iberoamericana), e Rafael Millán, creatore del canale YouTube Psicologia e Spiritualità**. L'ultima giornata si è svolta di recente per la prima volta in una facoltà di medicina, quella dell'**Università di Saragossa, dove tra l'altro esiste una Cattedra di Scienze contemplative**, un contesto adatto all'obiettivo di promuovere la conoscenza e l'applicazione della psicologia transpersonale in diversi campi del sapere, quali psicologia, filosofia, epistemologia, antropologia, spiritualità, arte, fisica, politica, educazione sociale, ecologia, economia... e medicina. Rafael Millán si è detto molto soddisfatto: «Siamo stati pionieri, abbiamo fatto qualcosa di nuovo portando in questo campo una riflessione spirituale seria e scientifica». L'intenso scambio di idee ed esperienze durante questa giornata porta gli organizzatori ad affermare che «c'è un campo ancora molto vivo e con molto da sviluppare nel terreno della psicologia transpersonale e della spiritualità», ed esprimono il desiderio di continuare in questa sfera accademica. Infatti, è stato questo il proposito dello **psichiatra Javier García Campayo, attore chiave nell'organizzazione delle conferenze, quando ha creato nel 2020 la Cattedra di Scienze contemplative**. Tra le sue competenze, coordina il master in Mindfulness rivolto a chiunque sia interessato a utilizzare la mindfulness per il proprio benessere o quello di altre persone. Ed è molto richiesto per i suoi collegamenti con il campo della salute, dell'istruzione, dell'ambiente lavorativo e imprenditoriale e dello sport. Alcuni dei progetti di ricerca che portano avanti hanno lo scopo di valutare l'efficacia della terapia della compassione nel trattamento della depressione, dell'ansia o della fibromialgia, così come nelle persone sane. «Stiamo anche indagando su argomenti come i sogni lucidi, la consapevolezza negli studenti universitari o il trattamento di malattie come l'ipertensione o il dolore cronico», spiega Campayo. **Non c'è dubbio che la formazione teorico-pratica proposta sta attirando sempre più attenzione, perché sebbene ogni anno accedano 50 nuovi studenti, ce ne sono ancora circa 30 in lista d'attesa**. E per quanto riguarda il profilo, il 50% degli iscritti sono psicologi o operatori sanitari, ma il resto proviene da professioni varie come educatori, filosofi, ingegneri, giornalisti o avvocati. ____

Sostieni l'informazione libera di Città Nuova! Come? [Scopri le nostre riviste](#), [i corsi di formazione agile](#) e [i nostri progetti](#). Insieme possiamo fare la differenza! Per informazioni: rete@cittanuova.it _