

Bhatia M, Kumar A, Kumar N, et al: Electrophysiologic evaluation of Sudarshan Kriya: an EEG, BAER, P300 study. Indian J Physiol Pharmacol. 2003. 47(2):157-163

Бхатия М., Кумар А., Кумар Н. и др. Электрофизиологическая оценка Сударшан Крии: исследование ЭЭГ, вызываемой слуховой реакции ствола мозга (BAER), вызванного потенциала P300// Indian J Physiol Pharmacol. 2003. 47(2):157-163

Изменения ЭЭГ были зафиксированы у 19 практикующих СКип (вне занятий СКип) и было проведено сравнение с паттернами ЭЭГ 16 человек из контрольной группы (врачи и медицинские научные работники, которые не занимались СКип, медитацией и йогой). Были обнаружены незначимые различия в измерениях BAER или латентности волны P300. У практикующих СКип, по сравнению с контрольной группой наблюдалось значительное увеличение бета-волновой активности в левой лобной, теменно-затылочной и срединной областях головного мозга. Данные результаты были проинтерпретированы неврологами как признак повышения концентрации сознания и осознанности восприятия. Особо можно отметить то, что у практикующих СКип был отмечен значительно более высокий уровень концентрации внимания (бета-активность), чем у контрольной группы медиков и ученых, чья профессиональная деятельность требует развития и ежедневного использования этого навыка.