

NON AVER PAURA DEL TEMPO CHE PASSA



Vedere la mente
Il cervello in 100 immagini

di Stanislas Dehaene

Raffaello Cortina Editore, Milano 2022,
pp. 222 (euro 26,00)

lavoro su «aritmetica e cervello», pubblicato con altri autori su «Current Opinion in Neurobiology», in cui si rimarcava che l'abilità umana per l'aritmetica ha un substrato cerebrale tangibile. È insomma una mente precoce e geniale, quella di Dehaene.

È vero che non passa mese senza che non esca qualche libro sulle meraviglie e i misteri del cervello, segno che in questi ultimi anni le neuroscienze non solo hanno compiuto passi da gigante ma, di pari passo, è cresciuto anche l'interesse per tutto quanto concerne quella massa gelatinosa di meno di un chilo e mezzo che ognuno di noi si porta appresso nel cranio. Una massa biologica che è espressione di tutto quanto facciamo e proviamo: emozioni, sentimenti, memoria, percezioni sensoriali, comportamenti costruttivi e distruttivi. In due concetti: la nostra personalità e la nostra coscienza.

Se è vero che molti libri sono usciti e usciranno per catturare la nostra attenzione e il nostro interesse sulle con-

quiste delle neuroscienze, al momento nessuno eguaglia questo testo per completezza, per chiarezza e valore didattico. Con tutto il rispetto e la considerazione per quanti scrivono con intenti divulgativi di neuroscienze, la questione si fa ben diversa quando a scriverne è un personaggio come Stanislas Dehaene, che col cervello ci lavora da una vita, lo analizza, lo sonda, ci ragiona sopra.

Al punto da trasformarsi anche in un filosofo della sua disciplina, come a volte accade ai grandi scienziati. Considerazioni sparse qua e là tra le pagine esplicative e, soprattutto, nelle pagine finali dell'epilogo intitolato *Io e il mio cervello*, quando per esempio dice: «Riconoscere la nostra condizione di uomo neuronale è un atto liberatorio». Lo è perché contemporaneamente riconosciamo la nostra imperfezione, i nostri limiti, la nostra durata temporale su questo pianeta. Insomma, questo è, come si diceva una volta, un perfetto «libro strenna» per quanti vogliono conoscere e usare bene il proprio cervello.



Invecchiare? È divertente
Il cervello, padrone del tempo

di Yves Agid

Carocci, Roma, 2022,
pp. 204 (euro 16,00)

NON AVER PAURA DEL TEMPO CHE PASSA

di NICLA PANCIERA

«Invecchiare? È divertente». Basta saperlo fare. Ad affrontare la questione del passaggio del tempo è il neurologo e neuropsichiatra Yves Agid, emerito di neurologia e biologia cellulare alla Sorbona e fondatore dell'Institut du cerveau et de la moelle épinière al Salpêtrière di Parigi. Facendosi beffe dei mercanti di sogni che promettono longevità e salute, insegna che il passare del tempo non è un'esperienza necessariamente negativa e che l'invecchiamento

non è sinonimo di malattia. Lo fa partendo dalla differenza tra «entrare nella terza età», una questione temporale, e il fatto di «invecchiare», che equivale ad avere un comportamento da persona anziana. Ciò che fa apparire qualcuno anziano è il suo comportamento in senso ampio; e l'alterazione di un comportamento, motorio o cognitivo che sia, deriva in un'ultima analisi da una disfunzione del cervello, che è per Agid il protagonista dell'invecchiamento. Cono-

scerne la neurobiologia aiuta a vivere in modo intelligente, unica strategia utile ad affrontare le insidie in agguato. Un libro ben scritto, che, con umorismo e benevolenza, finisce per infondere un certo senso di ottimismo verso una realtà che fa paura perché la perdita di autonomia si accompagna spesso ad abbandono, dolore e desolazione.

L'autore ammonisce a non concentrarsi sui singoli sintomi, ma a «rafforzare le guide, vale a dire la motivazione (lo slancio vitale), l'umore (lo stato di appagamento), l'attenzione (la possibilità di concentrazione), la vigilanza (l'allerta)». Il resto verrà, forse, da sé. Agid ispira chi ancora è in tempo a sfruttare l'attuale capitale conoscitivo a disposizione di tutti per farsi carico del proprio futuro.