

CHIEDETE AI NEURONI PERCHÉ, PER I MENO GIOVANI, IL TEMPO VA PIÙ IN FRETTA

COME MAI PIÙ SI CRESCE PIÙ GLI ANNI CORRONO? E PER QUALE MOTIVO, QUANDO SI HA LA FEBBRE, I MINUTI NON PASSANO MAI? TUTTA «COLPA» DELLA NOSTRA ATTIVITÀ CEREBRALE. E DELL'ENERGIA CHE CONSUMA

di GIULIANO ALUFFI

Vi propongono un impegno in là nel tempo? Prima di accettare chiedetevi: «Se fosse per la prossima settimana, ce la farei?». E se la risposta è no, non accettate. «Tutti tendiamo a pensare che un compito, se ci toccherà nel futuro e non nell'immedia-

to, richiederà meno tempo di quello che poi servirà davvero per portarlo a termine. Così alla fine ci ritroviamo sempre ad andare di corsa». Chi parla è Claudia Hammond, psicologa, conduttrice di *All in the Mind* su Bbc radio e autrice di *Il mistero della percezione del tempo* (Einaudi). Il suo saggio mostra come la percezione del tempo sia una costruzione men-

tale, e come tale spesso ci inganni. «I fattori in gioco sono diversi. Anzitutto le emozioni: per gli impulsivi il tempo passa più in fretta, lo ha dimostrato lo psicologo Edward O'Brien della University of Michigan con una ricerca». E ci sono anche influenze più sorprendenti, come la temperatura corporea: «Se ne accorse nel 1935 Hudson Hoagland: con la febbre a 39, quello che i soggetti del suo esperimento percepivano come un minuto, erano in realtà appena 34 secondi» spiega la Hammond.

Ma la percezione del tempo ha molto a che fare anche con ciò che viviamo. «Il neuroscienziato americano David Eagleman sostiene che di fronte alle esperienze nuove, l'attività dei neuroni aumenta e il cervello consuma più energia. E questo ci fa sembrare che un'esperienza sia durata di più. Esempio: in un viaggio verso un posto mai visto prima, l'andata ci sembrerà prendere più tempo del ritorno».

Il fattore novità potrebbe spiegare anche perché più si invecchia più il tempo sembra volare. Dice Hammond: «Si diradano le grandi novità della vita (il primo bacio, il primo giorno di lavoro...), e gli eventi si stemperano nella routine. Inoltre, quando pensiamo al passato tendiamo a stimarne la durata dal numero di ricordi che ci sono rimasti impressi - e quelli più vividi sono quelli tra i 15 e i 25 anni - ci sembra che oggi un anno duri molto di meno» Poi, è anche questione di proporzioni: quando hai 8 anni, un anno ti sembra passare più lentamente perché è un ottavo della tua vita, mentre quando di anni ne hai 50, corrisponde solo a un cinquantesimo». ■■