

# La difficile arte di ricordare

Dal web che fornisce un'enciclopedia sempre a portata di mano ai navigatori che guidano gli automobilisti, le nuove tecnologie impigriscono il nostro cervello. Ma manuali e scienziati ci insegnano come tenerlo attivo

FABIO SINDICI

**T**utta colpa di Google! Lo si sente ripetere spesso nelle conversazioni, quando il nome del libro o del film da ricordare non scivola sulla punta della lingua, e gli spazi vuoti della dimenticanza si allargano tra le parole. Allora si ticchetta sui tasti del telefonino per cercare su Internet i ricordi svaniti.

Ma davvero questa svagatezza collettiva dipende dai motori di ricerca della rete, dagli smartphones, dalle agende elettroniche in grado di immagazzinare e gestire dati al posto del cervello? O le amnesie intermittenti da abbuffata tecnologica sono solo un luogo comune? «Internet sta cambiando il nostro modo di pensare e di ricordare», sostiene Nicholas Carr, autore del volume «The Shallows» («Le secche»). «Gli stimoli continui e superficiali a cui ci sottopone causano un prolungato stato di distrazione». Secondo i critici dell'era digitale, la società dell'informazione continua e della connessione totale è sull'orlo dell'afasia. La colpa sarebbe del multitasking, cioè dello svolgere più compiti allo stesso tempo, che causerebbe una divisione dell'attenzione. Soltanto quando ci concentriamo su un'informazione per

volta «siamo in grado di associarla in maniera significativa al bagaglio di conoscenza sistemato nella nostra memoria», ha scritto Eric Kandel, neuroscienziato e premio Nobel. Per altri studiosi, come Robert Sylwester dell'Università dell'Oregon, i media elettronici stimolerebbero invece la curiosità e, di conseguenza, la memoria. «Bisogna però usarli in maniera creativa e attiva, e non in modo passivo».

Il nocciolo della questione sembra risiedere nello stimolo creativo della memoria. E non importa se proviene da un libro, da una lista della spesa o da uno schermo del computer.

«Se quando andate al supermercato non volete dimenticarvi lo stracchino, provate a immaginare una piscina piena di questo formaggio con Lady Gaga che ci nuota dentro», suggerisce il giornalista americano Joshua Foer che ha appena mandato alle stampe per Penguin il libro «Moonwalking with Einstein: the Art and Science of Remembering Everything» («A spasso sulla luna con Einstein: l'arte e la scienza di ricordare ogni cosa»). Il segreto, secondo Foer, è ricordare divertendosi. Cioè associare un'informazione a un'immagine bizzarra ed evocativa. L'autore si è esercitato, mentre scriveva, con il

campione mondiale di memoria

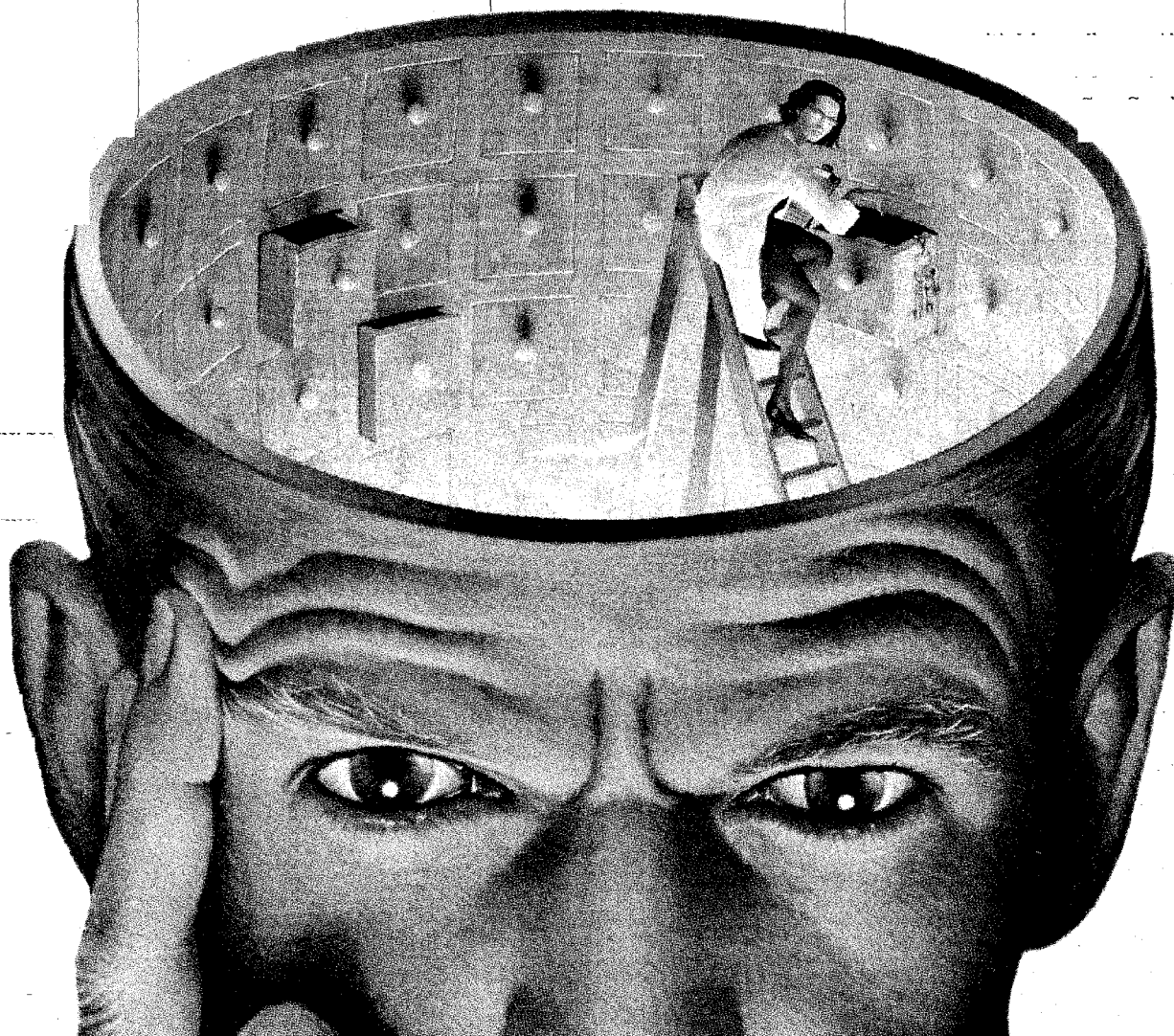
Ed Cooke, che

ha fatto

da consulente al libro. E ha funzionato. Tanto che il giornalista ha vinto i campionati annuali di memoria negli Stati Uniti. Il motto di Foer è: «Non c'è nulla di più triste di chi perde il cellulare ed è tanto solo da non potere neppure chiamare la famiglia a casa».

Gli esercizi di Foer hanno una matrice antica. Associare immagini sorprendenti a dati è una classica tecnica della poesia. La stessa rima in antichità aveva probabilmente uno scopo mnemonico. Gli aborigeni australiani hanno usato per secoli i loro canti come traccia per seguire le piste delle migrazioni stagionali nelle aree più interne: ogni verso, un passo. E i teatri della memoria rinascimentali, che rendevano prodigiose le memorie di Pico della Mirandola e Giordano Bruno, erano delle architetture di immagini e pensieri. «Bruno chiamava la memoria a lungo termine il "Palazzo del pensiero", il segreto per fissare una nozione è pensare per immagini», dice Gianni Golfiera, appassionato del filosofo Nolano e come lui capace di recitare a memoria 250 libri, anche al contrario. Secondo Foer, un altro catalizzatore di memoria è il gossip: il pettegolezzo è una colla per la memoria. E Internet, i messaggi sui telefonini sono una fonte inesauribile. Come la capacità del cervello - quasi illimitata - di conservare informazioni. Con Google o senza.





## I maestri



### Cicerone

■ Pensava che la memoria fosse uno strumento essenziale per l'oratoria, e come tale doveva essere curata. Nel «De oratore» rende omaggio a Simonde di Ceo, il poeta greco inventore della mnemotecnica.



### Pico della Mirandola

■ Si dice che il filosofo-umanista del Quattrocento fosse non solo in grado di leggere un qualsiasi testo per poi ripeterlo fedelmente, ma addirittura di ripeterlo al contrario.



### Eulero

■ Il matematico del '700 ricordava tutte le più importanti formule matematiche, i quadrati, i cubi e le potenze quarte, quinte e seste dei primi cento numeri, centinaia di poesie e l'intera Eneide.

Il neuroscienziato

# “Il multitasking ha stimolato nuove zone del pensiero”



**G**abriele Miceli è direttore del Centro Interdipartimentale **Mente e Cervello** dell'Università di Trento.

**Professore, le nuove tecnologie stanno atrofizzando il nostro cervello?**

«Stanno cambiando il modo in cui opera il cervello, ma non necessariamente in negativo. Se da un lato la tecnologia ci alleggerisce dal peso di effettuare alcune operazioni mentali, magari atrofizzando certe nostre abilità, dall'altro ci sottopone a stimoli che consentono di esercitare parti del nostro cervello prima poco usate».

**Quali capacità stiamo perdendo e quali invece stiamo acquisendo?**

«La moltitudine di informazioni a cui siamo sottoposti impegna il cervello a prestare attenzione su più cose contemporaneamente. Basti pensare a quanti studiano o lavorano ascoltando la musica e chattando di tanto in tanto con amici. Questo sforzo di distribuzione dell'atten-

zione può diminuire la nostra capacità di scegliere su quali compiti concentrarsi maggiormente per eseguirli con un livello di qualità accettabile. D'altro canto l'opportunità di fare più cose contemporaneamente sta aumentando l'abilità del nostro cervello al multitasking».

**Quindi il nostro cervello sta evolvendo?**

«L'esercizio ha la capacità di cambiare il volume e il modo in cui funziona. Per sa-

pere se le nuove tecnologie stanno dando una spinta evolutiva importante bisognerà attendere qualche migliaio di anni: si tratta di processi che richie-

## L'EVOLUZIONE

«Ma per capire se il pc cambierà la mente umana occorrono millenni»

dono tempi lunghissimi prima di essere misurati. Ciò che oggi possiamo verificare sono una serie di differenze di capacità tra i più giovani, nati con le nuove tecnologie, e gli adulti che da piccoli non hanno mai avuto a che fare con Google o con i social network. I giovani sono più reattivi agli stimoli perché abituati a gestirne tanti, gli adulti sono più abituati a concentrarsi di più ma su singoli compiti». (V. ARC.)

Il preside di liceo

# “Un rimedio? Studiare i canti di Dante a memoria”



**S**e esistesse un grafico sulla capacità di memoria degli studenti, la sua curva segnerebbe un inesorabile declino negli ultimi decenni. «La difficoltà a memorizzare un concetto o una nozione risiede nelle scelte didattiche dell'inizio degli anni '70; ma la "perdita di memoria" ha subito un'accelerazione per il ricorso sempre più frequente ai sostituti tecnologici». A ragionare sulla memoria in dissolvenza nelle classi italiane è Rosario Salamone, quarant'anni nelle scuole del Belpaese come insegnante di Storia e Filosofia. Da cinque anni è preside del liceo classico Ennio Quirino Visconti, uno dei più prestigiosi di Roma.

Ma sono proprio i telefonini, le agende elettroniche e i motori di ricerca su Internet i responsabili della nuova smemoratezza dei giovani?

«Il problema non sono tanto i media tecnologici, quanto l'impiego che se ne fa. Se per ogni dubbio si digita Wikipedia sul cellula-

re, il cervello s'impigrisce. E diminuisce la nostra capacità di ragionare, di trovare connessioni tra gli eventi. E, alla fine, di capirli».

**La scuola italiana se ne è resa conto?**

«È una consapevolezza tardiva, non ancora a un'inversione di tendenza. L'uso dei supporti informatici deve andare di pari passo con gli esercizi mnemonici: dal recupero delle "nozioni dure", come le date cruciali della storia, al piacere di

mandare a memoria un canto di Dante.

La scuola deve far riscoprire il piacere della memoria, legando l'esercizio a una certa situazione».

**LA SCUOLA**  
 «Dovrebbe portare alla riscoperta del piacere mnemonico»

**È quella che i neuroscienziati chiamano «memoria emozionale». Ma può funzionare nella didattica scolastica?**

«Recitare ad alta voce è stata un'emozione per molti studenti del passato. Di sicuro aiuta la memoria, stimola l'evoluzione della personalità. Ma se questa impostazione didattica non comincia nella scuola primaria e secondaria, è difficile che un adolescente la adotti al liceo». [F. SIN.]