



# il Quaderno



La voce dell'Università della Terza Età "Dino Pilotti" di Lainate fondata dal Lions Club di Lainate nel 1999

## Come allenare la mente

Che cosa ha portato tanta gente al Convegno sulla memoria organizzato dalla nostra UTE?

La sala dell'Ariston Urban

Center era infatti gremita da oltre 300 persone ad ascoltare i tre relatori che hanno parlato delle strategie per migliorare la memoria.

ria partendo dall'antica Grecia fino ad arrivare ai filosofi contemporanei, la parola è passata al nostro docente Giuseppe Iannocari, presidente di Assomensana, che ha spiegato le dinamiche del nostro cervello, parlando di sinapsi e di neuroni in maniera semplice e comprensibile.

Davvero interessante anche l'intervento di Chiara Savino che, proponendo un "Gioco mnemonico", ha coinvolto il folto pubblico e dimostrato quanto si possa allenare la Mente a ricordare meglio.

Sorprendente, come ulteriore e decisiva dimostrazione, la sfida che la collaboratrice Sofy ed Evelina Raimondi hanno raccolto riuscendo a memorizzare ben 20 parole suggerite dal pubblico ed associate ad altrettanti numeri.

È consolante avere conferma che la mente di ognuno di noi ha delle potenzialità quasi illimitate. Purtroppo non teniamo allenato a sufficienza il nostro cervello, che senza alcun allenamento, rischia di diventare pigro.

*Silvio Tomatis*



Dopo la premessa della nostra docente del corso di Filosofia Evelina Raimondi, che ha introdotto l'argomento della memo-

## Esplora con la UTE

Se sei curioso e trovi il modo di dedicare un po' di tempo allo studio, ti accorgi che esistono più cose da imparare di quelle che via via si riescono a conoscere. Se poi riesci ad invecchiare

senza smettere di cercare di apprendere, ti accorgi che la cosa più affascinante è ... imparare a cucire: a trovare cioè quegli strani e spesso inaspettati collegamenti che legano l'arte

con la storia, il pensiero, le credenze e le conoscenze di un certo luogo, di una certa epoca, per tessere la cultura di un popolo, la nostra o quella di chi ci ha preceduto.

Leggere ed ascoltare chi può condurci in questi percorsi può essere una avventura emozionante, ma forse lo è ancor più scoprire sul posto, con l'aiuto di simili guide, come una chiesa romanica persa nella campagna piemontese sia piena di simbologie religiose e filosofiche ad uso dei pellegrini che si avventuravano lungo la via francigena.

Così basterà spostarsi di pochi chilometri per trovarsi immersi nella Mediolanum capitale imperiale o nella Certosa dove camminò Petrarca e dipinse le sue

prime figure Caravaggio: il tutto lungo vie che abbiamo percorso centinaia di volte con la testa troppo presa nella quotidianità per accorgerci che stiamo vivendo sul palcoscenico dove si svolsero i drammi e le commedie narrate nei nostri libri di scuola.

La UTE, con le sue gite culturali ad affiancare gli incontri in aula, è anche questo: andare a trovare le tante altre dimensioni che si nascondono dietro ai luoghi e al via vai apparentemente anonimo del presente; intuire chi fossero le persone che conosciamo come artefici di opere d'arte o di imprese, ma che un tempo sarebbero stati nostri conterranei.

*Giovanni Borroni*

