

## CRÍTICA

David Bueno



## Cartografies del present

“En un món que es fa estimar [...] a través de la manera humana de ser-hi.” ‘L’escrita’, de Perejaume (2025).

Sovint tenim la sensació que vivim atrapats entre dos abismes, la complexitat del nostre món interior i la incertesa sobre el futur col·lectiu. Aquest mes us vull suggerir dos llibres que, des de registres molt diferents, dialoguen de manera inesperadament complementària entre aquests dos abismes. Un ens convida a mirar cap endins amb rigor científic i sensibilitat, i l'altre ens obliga a mirar cap enfora i cap endavant amb lucidesa crítica. Entre tots dos, es dibuixa un mapa que va del cervell a la història, i de la consciència individual a l'imaginar col·lectiu.

A *El mirall del cervell*, la neurocientífica, divulgadora i formadora Nazareth Castellanos ens ofereix una introducció accessible però rigorosa per entendre com funciona el cervell i com es transforma. El seu punt

de partida és tan simple com profund. Tot allò que pensem i sentim deixa una empremta en l'arquitectura cerebral. A partir d'aquí, el llibre desplega la idea que el cervell no és una estructura fixa, sinó un òrgan viu, plàstic, i que podem contribuir a modelar-lo a través de l'atenció, els hàbits i la consciència.

Una de les grans virtuts d'aquest llibre és que aconseguix connectar el rigor de la neurociència amb la pràctica de la meditació sense caure ni en el simplisme ni en l'esoterisme, que és el risc que sovint tenen els llibres que voregen l'autoajuda. Castellanos explica com la consciència plena pot modificar circuits neuronals, regular emocions i transformar la relació que tenim amb nosaltres mateixos. El resultat és una invitació científica i, alhora, existencial a entendre'ns millor per viure més conscientment, sense promeses fàcils però amb fonaments sòlids.

Si *El mirall del cervell* ens ajuda a ordenar el caos interior,

**El mirall del cervell**

- Autora: N. Castellanos
- Editorial: Ara Llibres
- Pàgines: 144

*Imaginar la fi*, del filòsof i assagista Eudald Espluga, ens interpel·la sobre el caos exterior. En aquest assaig, lúcid i molt assequible, Espluga parteix d'una constatació inquietant. Vivim envoltats de relats de col·lapse, com ara la crisi climàtica, les

**Imaginar la fi**

- Autor: Eudald Espluga
- Editorial: Raig Verd
- Pàgines: 306

catàstrofes tecnològiques i les guerres globals, que han convertit la fi del món en un horitzó cultural. Tanmateix, lluny de quedar-se en el diagnòstic, analitza com aquesta imaginació apocalíptica pot generar paràlisi i desmobilització.

Amb una combinació de teoria crítica, filosofia i cultura contemporània, Espluga qüestiona el fals dilema entre imaginar la fi del món o la fi del capitalisme, i proposa pensar el final com un espai de disputa social i simbòlica. És aquí on el llibre adquireix tota la seva força. L'apocalipsi deixa de ser un relat de destrucció per convertir-se en una eina per repensar el futur i recuperar la capacitat d'imaginar alternatives.

Llegits plegats, aquests dos llibres ens recorden que transformar el món comença per comprendre els mecanismes íntims que configuren la nostra manera de percebre i reaccionar. I ens alerten que cap transformació interior és suficient si no va acompanyada d'una imaginació social capaç d'obrir futurs possibles. Potser el repte del nostre temps no és entendre què ens passa, sinó atrevir-nos a imaginar què podria passar si aprenem a mirar-nos millor i a pensar més lluny. A estimar el món a través de la nostra manera de ser-hi. ■