Zeitschrift: Générations : aînés

Herausgeber: Société coopérative générations

Band: 38 (2008)

Heft: 11

Buchbesprechung: Les étonnants pouvoirs de transformation du cerveau. Guérir grâce à la neuroplasticité [Norman Doidge]

Autor: Prélaz, Catherine

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

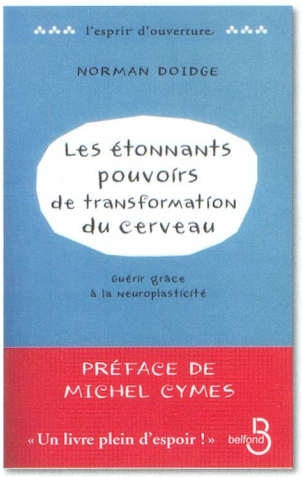
Download PDF: 02.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Par Catherine Prélaz

Coup de cœur

Un cerveau à redécouvrir



Du fonctionnement de notre cerveau, des maladies et des accidents qui menacent son intégrité, les médias parlent de plus en plus. Si vous vous posez de nombreuses questions à ce sujet, voici un livre qui va vous passionner.

L'intérêt du grand public pour tout ce qui touche au cerveau ne cesse de progresser, au rythme où les neurosciences affinent leurs découvertes et balaient d'anciennes certitudes. Non, notre cerveau ne fait pas que s'amoindrir avec l'âge, perdant une multitude de neurones. On sait aujourd'hui que nos connexions cérébrales se développent au cours de la vie et l'on se penche désormais sur ce que l'on appelle la plasticité de ce fabuleux organe.

C'est à cette notion de neuroplasticité que se consacre le chercheur américain Norman Doidge. Dans *Les étonnants pouvoirs de transformation du cerveau,* ce spécialiste en psychiatrie et en psychologie a trouvé le ton pour rendre accessible au grand public l'un des domaines les plus porteurs de la recherche sur le cerveau. A travers une multitude d'exemples plus étonnants les uns que les autres, il nous démontre qu'un cerveau blessé peut retrouver ses facultés, parfois par des chemins détournés. Autant que de science, c'est bien de nos comportements humains que parle cet ouvrage tout à fait passionnant. L'auteur évoque notamment les recherches du professeur Merzenich, l'un des premiers défenseurs de la notion de plasticité cérébrale. Aujourd'hui, ce spécialiste lutte contre le vieillissement cérébral. «On vit une période d'apprentissage intense pendant la petite enfance, explique-t-il. Ensuite, lors de son premier emploi, on ingurgite encore un maximum de savoirs et de compétences. Et plus on avance en âge, plus on se comporte en usufruitier de ces connaissances présumées acquises. (...) A soixante-dix ans, nous pouvons très bien nous retrouver avec un cerveau appauvri, dont la plasticité est restée inexploitée pendant cinquante ans.» Or, selon lui, «tout ce qui se passe dans un jeune cerveau peut se passer dans un cerveau plus âgé». Une affirmation à prendre avec les précautions d'usage... mais qui ouvre des horizons. De nombreuses autres situations sont évoquées dans cet ouvrage: comment la plasticité cérébrale peut être utilisée pour guérir d'un TOC (trouble obsessionnel compulsif), comment elle se manifeste après un accident vasculaire, ou encore comment une personne née avec un seul hémisphère cérébral parvient à vivre de façon presque normale. ■

Les étonnants pouvoirs de transformation du cerveau. Guérir grâce à la neuroplasticité.
Norman Doidge.
Chez Belfond.

Témoignage

C'était au siècle dernier

Une seconde vie pour un roman-fleuve qui n'a pas pris une ride. C'est la chance offerte à Jean-François Sonnay et à ses lecteurs avec *Le Tigre en Papier* réédité dans la collection camPoche: deux pavés, près de 1400 pages, dans un style tout à la fois classique et fluide. L'auteur avait écrit cet ambitieux récit au début des années septante. Aujourd'hui, cette fresque littéraire s'impose comme un témoignage plein de vie et de vérité sur un morceau de 20e siècle vécu dans notre pays par des héros plus vrais que nature. De l'amour à la politique, de la foi des uns aux doutes des autres, c'est une humanité en marche, dont la sensibilité, les joies et les souffrances ressemblent aux nôtres, qui s'exprime dans ces pages. De quoi nourrir les longues soirées d'hiver au coin du feu.

Le Tigre en Papier I et II,
Jean-François Sonnay,
Editions Campiche,
collection camPoche.