

Vivere la vita: spettatori o protagonisti?

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

Attivi o passivi? Protagonisti o spettatori? Quanto alleniamo i nostri piccoli a saper stare al volante della propria vita, solidi e competenti? Con quale stile di comportamento li stiamo crescendo? E noi, siamo ancora al volante, o ci siamo arresi all'inquieta inerzia della routine e della vita "in delega"?

L'homo e la foemina sapiens si sono evoluti lungo la traiettoria del fare: nell'agricoltura, nella caccia, nell'artigianato, nelle costruzioni e nella guerra, così come nell'arte complessa di crescere figli sani e vitali, e far quadrare bilanci di faticosa sopravvivenza, con la morte in agguato per fame, parti, guerre, infezioni. Per millenni, il denominatore comune dell'esistenza è stato il cercare soluzioni ("problem solving") più efficaci a continui problemi pratici. E il fare insieme, grazie a rapporti interpersonali diretti.

Questo è stato il grande allenatore di cervelli e competenze, razionali ed emotive, e la prima cifra della capacità di sopravvivenza di fronte a una grande selettività ambientale. Nelle frequenti emergenze, da condizioni atmosferiche così come da guerre o carestie, sopravvivevano non solo il più forte fisicamente, ma anche il più capace, flessibile e veloce nel pensare e trovare la soluzione, o la strategia di mediazione, la via di attacco o di fuga.

Linguaggio e studio hanno ulteriormente allenato e affinato la capacità di pensiero, con un potenziamento dinamico reciproco quando il fare fisico, nella vita reale, ha saputo integrarsi con il pensare e il creare.

Il crescere del benessere, ancor più nelle società ad alto reddito, e il dilagare dei social media, hanno però spostato progressivamente il comportamento dal fare al guardare, dall'attivo al passivo, da essere protagonisti a essere spettatori. Secondo studi molto recenti, l'ultima generazione ancora allenata al problem solving, e con alto profilo di efficacia mentale, è quella nata tra il 1950 e il 1970. Dopo quella generazione, il problem solving personale, cifra dell'homo sapiens, è entrato in una condizione di caduta libera. La possibilità di trovare soluzioni automatizzate, preformate e "precotte" a ogni quesito o problema quotidiano sta narcotizzando l'attività cerebrale. Di fatto, invece che diventare più autonomi e protagonisti della nostra vita, usiamo protesi esterne al cervello, con strumenti che ci illudono di essere più intelligenti, più capaci, più competenti.

Con brillanti eccezioni, la realtà ci interroga con urgenza sulla crescente frattura fra l'alta opinione di sé, che molti giovani hanno, e la verità della narcosi mentale dilagante. La capacità di far di conto è quasi scomparsa dai cervelli più giovani, che ormai delegano tutto alla calcolatrice, anche il conteggio del resto del cappuccino. Il linguaggio è impoverito e la capacità di pensare autonomamente è azzoppata. La capacità di studiare, di impegnarsi con costanza e disciplina per realizzare un sogno, anche professionale, è in caduta libera. La preselezione dei contenuti che i social ci inviano illude di essere sempre nel giusto, di avere una visione geniale e originale, mentre sotto le apparenze il conformismo irrigidito del pensiero e dell'azione lascia disabitate aree sempre maggiori del cervello. Il senso del dovere, e il dovere morale, alleati del principio di responsabilità e di solidarietà, sono finiti nel museo antropologico, avvelenati da una dilagante

convinzione del "diritto ad avere", e che qualcun altro paghi, come paradigma dell'essere e dell'esistere.

L'avere più tempo libero dal fare quotidiano per vivere ha invece aperto opportunità straordinarie per vite più ricche di significato, di pensiero, di soddisfazione e di visione, dove il proprio esistere, salute permettendo, sia vibrante di risonanze interiori, e aperto a una rete di relazioni significative e costruttive. Per esempio nell'insegnamento, che adoro. Vedere l'entusiasmo negli occhi delle allieve, la scintilla che si accende quando scoprono l'arte di fare diagnosi attraverso la storia clinica accurata e una visita medica che impara a leggere il corpo, nella sua verità e nel suo dolore, dà potente il senso e il valore di trasmettere e affinare la capacità di pensare e di fare bene il medico, partendo dalla semeiotica, l'arte di leggere sintomi e segni, innanzitutto nel rapporto vis-à-vis fra medico e paziente.

La rapida tecnologia serve allora ad approfondire meglio un quesito, ma al servizio di quel giovane pilota che sa dove andare, sa pensare e sa leggere la realtà con sguardo e pensiero proprio. Se genitori e insegnanti valorizzassero il gusto e il dovere di educare al saper pensare e al saper fare, e alla necessità di studiare con costanza e dedizione per allenare mente, visione e problem solving, potremmo davvero assaporare un'epoca straordinaria per libertà dal bisogno e opportunità di essere protagonisti della propria vita. Chi si impegna a farlo?