

di Cipriano Gentilino

Il 56° Rapporto Censis “**La società italiana al 2022**” di fine dello scorso anno analizza le vulnerabilità economiche e sociali del nostro paese e le conseguenze delle quattro crisi sovrapposte di lungo periodo dell'ultimo triennio: la pandemia perdurante, la guerra cruenta alle porte dell'Europa, l'alta inflazione, la morsa energetica e parla di ***paura straniante*** di potere essere esposti a rischi globali incontrollabili. Quella paura o, direi più appropriatamente, quella ansia è una delle componenti che caratterizzano psicologicamente quella ***incertezza sociale*** che è causa di malessere e di stress generalizzato.

L'ansia, come sappiamo, determina svariati comportamenti che vanno dall'ipercoinvolgimento ai tentativi di estraniamento fino a posizioni abbandoniche con disinteresse depressivo.

In Italia non ha prodotto e non produce, al momento come in altri paesi europei, grandi ed imponenti mobilitazioni collettive con richieste di prospettive di benessere più eque ma piuttosto una silenziosa ritrazione evidenziata dalla riduzione progressiva del numero dei votanti.

Come se, dice ancora il Censis, non funzionasse più il tradizionale intreccio lineare “lavoro-benessere economico-democrazia”

La demos-crazia infatti è letteralmente potere del popolo e, più precisamente, partecipazione del popolo alla cosa pubblica, res-pubblica per l'appunto.

Ma la partecipazione prevede, per essere spontanea e libera, un insieme di certezze esistenziali di base verso un futuro con significative possibilità di essere migliore ed equamente distribuibile.

Al contrario invece aumentano i rischi, principalmente economici, per una incipiente rivoluzione informatica, condotta dalle oligarchiee tecnocratiche, che con reti superveloci, intelligenza artificiale e robotizzazione mette a rischio sia l'individualità verso una massificazione iper-controllata sia i posti di lavoro.

Manca per questi motivi la radiosa speranza verso un futuro di una modernità progressiva, come se prima fosse stata soltanto una pseudo-teologia rassicurante.

Questa malinconia sociale non riesce comunque a diluire l'ansia dell'incertezza anche perché gli aspetti economici della inflazione non comportano soltanto una tassazione che impoverisce ulteriormente i deboli ma perché colpisce anche per l'influenza negativa sulla efficienza della sanità ed in definitiva sulla salute personale.

E viviamo una malinconia sociale mai sperimentata prima. È questo il succo dell'ultimo rapporto Censis sulla condizione mentale ed emotiva degli italiani del terzo millennio, vittime di ben più di una crisi che nel corso degli ultimi tre anni ha inevitabilmente influenzato le nostre vite e il modo in cui le viviamo.

Su piano psicologico l'incertezza è una delle maggiori costanti della vita umana. Genera ansia e una forma di timore profondi fin dal nascere della coscienza del sé mentre tutto il contesto sociale e ogni tipo di cultura appaiono predisposti e ordinati per cancellarla, oppure nasconderla.

Anche se i tentativi di distruzione di ogni aspettativa di eternità, ci ricorda Z.Baumann, stà relegando l'individuo a vivere un eterno presente in cui ogni modesta necessità oppure costruzione del benessere quotidiano riveste e viene investita di valori di un assoluto che non trova una dimensione spesso condivisibile.

A proposito di una visione esistenziale più complessa e ricca di spiritualità scriveva **Dietrich Bonhoeffer (1906-1945)** nella *incertezza* buia della cella del carcere nazista in cui era stato relegato: «... *Comprendete l'ora della tempesta e del naufragio, è l'ora della inaudita prossimità di Dio, non della sua lontananza. Là dove tutte le altre sicurezze si infrangono e crollano e tutti i puntelli che reggevano la nostra esistenza sono rovinati uno dopo altro, là dove abbiamo dovuto imparare a rinunciare, proprio là si realizza questa prossimità di Dio, perché Dio sta per intervenire, vuol essere per noi sostegno e certezza. Egli distrugge, lascia che abbia luogo il naufragio, nel destino e nella colpa, ma in ogni naufragio ci ributta su di Lui. Questo ci vuole mostrare: quando tu lasci andare tutto, quando perdi e abbandoni ogni tua sicurezza, ecco, allora sei libero per Dio e totalmente sicuro in Lui ...» Aveva solo 39 anni quando salì sul patibolo nel lager di Flossenbürg presso Monaco. Era il 9 aprile 1945 e mancavano solo pochi giorni alla fine della guerra.*

A parte però la spiritualità che è specifica di ognuno di noi come possiamo difenderci quotidianamente dall'ansia per la incertezza?

- Non respingere i tuoi sentimenti e le tue preoccupazioni, Pratica l'accettazione piuttosto che la resistenza

- Non cercare mai di controllare gli eventi futuri o il comportamento di altre persone perché è un'aspettativa molto irrealistica.

1. Ricorda a te stesso di essere consapevole delle piccole cose nel presente piuttosto che avere pensieri sull'incertezza futura.
2. Porta con te e per gli altri energia positiva.
3. Concentrati sulle cose che puoi controllare.
4. Datti fiducia

E principalmente acquisisci informazioni da fonti sicure e verifica le notizie per evitare le fake news e tutte le news a finalità elettorale spesso troppo caricate di debordante e falsa drammaticità.

Cipriano Gentilino

Ps: per chiarimenti, discussioni, proposte, sempre molto gradite, scrivere a *[nucciogentilino@gmail](mailto:nucciogentilino@gmail.com)*

