

A TU PER TU CON I GIOVANI



di
Francesco
Châtel

Il mondo di Facebook

■ «Sono felice e sorpresa di avervi trovato su Facebook, che a me sembra un mondo favoloso in cui trovare amici. Non capisco tanti, soprattutto gente matura e seria come te, che criticano queste nuove possibilità, secondo me geniali, perché fanno incontrare con tanti».

E.Z.

Non mi ritengo persona "matura e seria", ma sempre in cammino e in scoperta con l'aiuto di tanti compagni di viaggio. Per questo, davanti alle nuove prospettive di comunicazione, cerco di ascoltare e comprendere le diverse opinioni e di muovere, restando coerente con ciò in cui credo, qualche timido passo.

Facebook, pur essendo oggi coi suoi 160 milioni di utenti, il social network più diffuso della rete, resta

completa. Prima di tutto occorre ricordarci che Facebook non è un nuovo mondo, anche se fa parte di quello che viene definito "mondo virtuale": è un semplice mezzo di comunicazione! Come ogni mezzo di comunicazione non è in sé buono o cattivo ma, per la capacità di moltiplicare e accelerare quanto riceve, trasporta la positività o la negatività che trova nella nostra vita.

Se, ad esempio, ogni giorno cerco di costruire relazioni vere, lo farò anche in rete, con la gioia di poter magari riprendere contatti con persone lontane e aiutarsi a camminare insieme. Certo, per la velocità e la globalità degli "incontri" (in soli quattro mesi di iscrizione a Facebook mi hanno rintracciato più di 400 compagni di viaggio da tutto il mondo!), ci sarà



agli occhi di tanti, come tutto quanto riguarda Internet, un mezzo sconosciuto che genera timori più o meno giustificati, come è sempre successo alla comparsa di un nuovo mezzo di comunicazione (cf. l'articolo di Giulio Meazzini su *Città nuova* n. 2/2008, pp. 50-53).

La tua reazione a critiche generalizzate è giusta, ma mi pare utile fare insieme una riflessione più

un rischio maggiore di superficialità. Sarà quindi necessario, come quando ti trovi in un affollato convegno dove conosci tanti, non fermarti con tutti e non farti prendere dalla curiosità, ma capire chi ha bisogno di te e dedicarti con tutto te stesso. E tante volte scoprirai anche che sarà chi ti è concretamente vicino e... spegnerai il computer.

francesco@loppiano.it

■ «Sono un'insegnante e conosco tante famiglie. Quando parlo con i genitori, emerge la preoccupazione di assicurare ai figli sicurezza e benessere; poi, nel giro di un trimestre, vengo a sapere che due di queste famiglie sono in crisi, perché i genitori hanno difficoltà a condividere interessi e impegni quotidiani.

«È un paradosso: i singoli membri (anche adulti) si aspettano dalla famiglia il massimo del "guadagno", ma con il minimo di "spesa". Sarà mai possibile trovare una sintesi tra l'interesse personale e quello della famiglia nel suo insieme?».

L.G. - Roma

Nei nostri rapporti quotidiani, anche familiari, siamo tutti prigionieri di una logica conflittuale, di calcolo tra rischi e benefici individualistici. Ad esempio, quando marito e moglie discutono sulle rispettive opportunità professionali, sulle spese personali e comuni o

■ «Dopo aver letto il suo articolo sulla gratitudine (n. 19 del 2008) mi sono chiesta come sia possibile generare in noi questo sentimento. Come imparare a essere grati?».

Paolina - Roma

Il sentimento della gratitudine si dimentica con facilità, però è altrettanto facile da ritrovare. Possiamo fare un interessante esperimento al riguardo: pensare a tutte le principali persone della nostra vita a cui possiamo essere grati. Incominciamo con quelle che ci hanno fatto un favore disinteressato. Sono molte di più le persone che ci hanno recato del bene di quanto non crediamo: i genitori ci hanno dato la vita e si sono presi cura di noi (ammesso che lo abbiano fatto); gli insegnanti hanno creduto in noi (a meno che non ci abbiano ignorati); gli amici ci hanno voluto bene e sono interessati a noi per ciò che siamo, senza volerci cambiare; gli amori, pochi o tanti, hanno illumi-

VITA IN FAMIGLIA

Un bene comune



Eppure, considerando che la vecchia logica del *do ut des* non funziona più tanto bene neanche in economia, mi domando se non sia ora di aprire un nuovo orizzonte, in cui il noi della famiglia sia opportunità di realizzazione per ciascuno. Lo chiamerei il bene della reciprocità, molto di più della pura negoziazione di bisogni e aspettative.

vengono a galla le aspettative affettive di ognuno, si insinua il timore che "con-dividere" le opportunità di scelta porti matematicamente alla sottrazione di parte del proprio tesoretto di libertà personale.

È veramente un bene comune: nessuno può assicurarselo da solo e d'altra parte è vitale per ciascuno; non può esserci se non scambiato tra due o più persone, con esigenze diverse (uomo e donna, bambino e anziano, sano e

malato...), ma disponibili ad aggiungere ogni volta un di più a quanto ricevuto, per poterlo ancora offrire e ancora ricevere.

Nella famiglia la reciprocità si vive soprattutto nell'affidamento che ciascuno fa di sé all'altro, ogni giorno e per lunghi giorni: non tanto quindi l'offerta di ciò che si ha e potrebbe irrimediabilmente impoverirsi, quanto di ciò che si è, con tutto il patrimonio di energie e risorse che l'incontro stesso con l'altro fa emergere e mette in moto.

Ogni famiglia è un'esperienza forte e significativa di umanità; come tale può sperimentare che proprio il bene della reciprocità risana le ferite della delusione, dell'incomprensione, talvolta del conflitto, che comunque, poco o tanto, prima o dopo, la fanno soffrire. Lo stile di vita che ne deriva può essere esportato anche tra famiglie e nella società.

spaziofamiglia@cittanuova.it



di
Letizia
Grita Magri

LO PSICOLOGO

Come essere grati

nato la nostra giovinezza (successivamente si sono scelte altre strade, ma quei momenti rimangono)... e in generale tutti coloro che hanno regalato qualcosa di buono o di utile.

A poco a poco mi accorgo che tutto ciò che ho (beni, capacità, carattere, idee, ecc.) viene dagli altri. Oppure, se fa dall'origine parte di me, è stato comunque attivato dalla loro presenza. Dai genitori ho avuto sostegno e sicurezza; i miei vari insegnanti mi hanno offerto strumenti essenziali per il lavoro; gli amici mi hanno fatto provare serenità; alcuni colleghi mi hanno insegnato i trucchi del mestiere; alcuni mi hanno aperto mondi di cui non sospettavo l'esistenza, altri ancora mi hanno inse-



Domenico Salmaso

gnato l'importanza di occuparsi del prossimo.

Siamo abituati a pensarci individui con dei confini; immaginiamo noi stessi come palle da biliardo: individui a sé stanti circondati da altri individui. Ma è un'immagine fallace. Siamo in realtà più simili a cellule, dotate di membrane permeabili, che vivono di scambi

continui e dipendono dalle altre cellule. La gratitudine è una visione realistica di ciò che siamo, una prospettiva in cui non c'è più debito o credito, e lo scambio è continuo e costituisce ciò che siamo e come viviamo.

Se incominciamo a ragionare in questo modo, ci sentiremo molto più rilassati. La gratitudine non è più un avvenimento eccezionale, ma un sentimento di base. E mentre la mancanza di gratitudine è sintomo di freddezza, chiusura e distanza, la gratitudine sprigiona calore, apertura, intimità. La nostra psiche così non sarà più un'agenzia di pubblicità dove ci si affanna di continuo per dimostrare presunte capacità. E non sarà neanche un ufficio reclami dove non si ascoltano che lamentele. Scopriremo che la felicità c'è già, insospettata.

pasquale.ionata@tiscali.it



di
Pasquale
Ionata