

## L'elogio alla sobrietà per vivere meglio da umani

Sono molto preoccupato del troppo in tutto. Non solo a livello di oggetti ma anche di tecnologie, di divertimenti, di sprechi, di scarti, di rifiuti. C'è il troppo anche a livello di contatti o relazioni liquide, di messaggini o *like*. Come pure un eccesso di amore e, purtroppo, anche di violenza.

Viviamo, infatti, in una società del troppo e dello spreco, del tutto e subito, dei bisogni indotti e superflui. Il nostro sistema occidentale, dominato prevalentemente dal potere economico-finanziario, ci riempie la vita di oggetti e di tecnologie. Si tratta di una crescita infinita, fatta solamente di cose materiali e virtuali, che conduce ad un arricchimento solo materiale con un grave impoverimento relazionale.

Molti hanno già dimenticato una grande verità che ci ha rivelato la Pandemia. Quale? Abbiamo vissuto un periodo di prigionia domestica, il cosiddetto *lockdown*, che ci ha fatto riscoprire l'importanza delle relazioni umane che sono essenziali per il ben vivere, e non secondarie.

Quella vita rinchiusa in una casa piena di oggetti e di tecnologie non ci aveva reso felici. Tanto è vero che ci ha fatto riscoprire il balcone come luogo di incontro con il vicinato. Una lezione di vita, purtroppo, dimenticata da molti.

Dobbiamo prendere coscienza che ci hanno costruito una società votata al consumo sfrenato per farci diventare dei meri consumatori. Il volano di questo consumismo ossessivo non è solo la pubblicità o le tecniche del marketing, ma soprattutto la creazione continua dei bisogni indotti, cioè non necessari e quindi superflui.

Esiste, per cui, una obsolescenza psicologica che ha come obiettivo primario generare il bisogno. Come? Si comincia nel creare l'insoddisfazione di quello che si ha e nel desiderare, quindi, l'oggetto mancante, facendo percepire che non si può vivere senza di esso. Questo conduce inevitabilmente a far di tutto per acquistarlo. Il segreto è generare l'insoddisfazione di quello posseduto e il desiderio ansimante di quello che ancora non si ha.

La creazione dei bisogni indotti è costante e illimitata, costringendo le persone ad alzare il potere di acquisto, per poter possedere tutto quello che viene trasformato da superfluo a necessario per la vita. Questo genera l'accumulazione di troppi oggetti e tecnologie.

Il troppo genera l'overdose di cose, perché l'essere umano diventa un eterno insoddisfatto di quello che possiede, trasformandolo in un mero consumatore. Con altre parole, è la morte della persona umana.

E poi il troppo ti impedisce di apprezzare quello che hai, perché diventa presto obsoleto, desiderando con ansia il nuovo. È quello che accade con i bambini nel ricevere troppi giocattoli.

È la morte dell'essere umano per far vivere *l'homo consumens*, come scrive il noto sociologo Zygmunt Bauman nel suo libro *Homo consumens*.

“Nulla di troppo” sono parole scolpite nella pietra dai grandi pensatori dell'antica Grecia, già 2.500 anni fa. Parole intrise di saggezza che la storia ci consegna oggi e che dobbiamo fare nostre per poter vivere meglio: noi e il nostro pianeta.

È appena stato realizzato, nel paese dove vivo, il Simposio delle sculture. I vari scultori coinvolti hanno ricevuto un tronco ed avevano come compito realizzare una bella opera mediante l'arte della scultura. Un evento che viene realizzato ogni anno nel mese di agosto.

Ancora una volta, ho potuto constatare che l'arte dello scultore è togliere il troppo legno per poter dar forma e bellezza all'opera. Senza la tecnica dell'eliminare il superfluo non riuscirebbe a raggiungere il suo peculiare obiettivo.

Lo scultore sa molto bene che il troppo è la morte della statua, in quanto rimarrebbe un pezzo di legno e non assumerebbe né forma e neppure bellezza. Mentre il volto della statua è frutto della liberazione di quello che è troppo.

Bisogna ritrovare, quindi, un sano equilibrio, una giusta misura e una saggia moderazione per poter vivere bene. Insomma, nulla di troppo ma la scelta dell'equo.

La sobrietà è l'arte per il ben vivere, è la connessione che ci fa riscattare l'umanità nella sua pienezza ed è lo strumento musicale che ci fa suonare la sinfonia della vita planetaria, che può ancora oggi risplendere con i colori dell'arcobaleno.



Recoaro Terme (VI), 28 agosto 2024

Adriano Sella

(Educatore, scrittore, conferenziere sui Nuovi stili di vita; [adrianosella80@gmail.com](mailto:adrianosella80@gmail.com))