



Buoni propositi per un nuovo anno

“Le azioni che traggono origine dalla virtù non basta che abbiano un determinato carattere per essere compiute con giustizia o con temperanza, ma occorre anche che chi le compie le compia possedendo una certa disposizione: innanzitutto deve conoscerle, poi deve sceglierle, e sceglierle per sé stesse; infine, in terzo luogo, deve compierle con una disposizione d’animo ferma e immutabile.”

Aristotele

S

iamo arrivati a gennaio e, come ogni anno, è facile lasciarsi sedurre dall’idea che i prossimi 365 giorni possano essere migliori dei precedenti, rappresentando quindi un passo in avanti rispetto ai temi che ci interessano. Personalmente penso che sia impossibile sapere se qualcosa cambierà davvero, ma credo che sia utile provare a mettere in fila i propri desideri, almeno per avere chiaro quali siano i nostri obiettivi.

La rivista su cui ho il piacere e l’onore di scrivere (e anche l’onere perché, si sa: scripta manent!) si occupa da sempre, tra le altre cose, di sicurezza stradale e proprio su questo argomento vorrei concentrare i miei propositi. Come tante volte ribadito su queste pagine, la precarietà rimane una caratteristica ineliminabile della nostra vita di esseri umani, e a questo non possiamo che rassegnarci saggiamente. Non possiamo porre rimedio a tutto, né mettere in atto azioni che ci tengano al riparo da tutti i pericoli. Se questa è la premessa, ci si potrebbe chiedere: perché non lasciarsi andare e quel che sarà sarà?



La risposta è semplice: perché nonostante non sia possibile pensare a tutto né da tutto essere protetti, c'è tanto, tantissimo che possiamo fare per tutelare la nostra sicurezza e quella altrui. Possiamo compiere molti gesti quotidiani, certo non risolutivi o definitivi, che possono contribuire alla causa. Basti pensare alle precauzioni prescritte dal codice della strada, quali l'uso delle cinture di sicurezza e dei sistemi di ritenuta per i bambini, oppure al divieto di utilizzare il cellulare alla guida. Oppure ancora al divieto di assumere alcool e droghe prima di mettersi alla guida, al bisogno di rispettare i limiti di velocità, e tanto altro ancora.

Quanto elencato richiede soprattutto attenzione e disciplina, si tratta infatti per buona parte di gesti ripetitivi che spesso non si ha voglia di compiere perché richiedono del tempo che al momento può sembrare sprecato, oppure perché comportano complicate operazioni da svolgere con estrema frequenza (come ben sa chi si trovi ogni giorno a maneggiare ovetti e seggiolini auto per bambini). In altri casi, come per le norme sull'uso dell'alcool, dobbiamo saper dire di no, oppure limitare i nostri comportamenti anche se siamo convinti intimamente che niente potrebbe succederci se non il rischio di essere fermati da quegli antipatici della Polizia Stradale.

In fondo, se ci pensiamo, il vero nemico è quella sensazione che in molti abbiamo, quel sottofondo emotivo e cognitivo secondo il quale le cose accadono sempre agli altri, mentre la nostra vita continuerà a scorrere serena e senza intoppi. Potremmo chiamarlo senso di onnipotenza e tenere presente che in qualche misura un presupposto del genere sia anche utile altrimenti, come chi soffre di gravi forme nevrotiche, ogni nostro gesto verrebbe bloccato da ansie e paure di ogni tipo. Come si potrebbe salire su un'auto o su un mezzo a due ruote, se si fosse del tutto e in ogni momento consapevoli di ogni rischio che stiamo correndo?

Al tempo stesso (lo so, la psicologia ci porta sempre nel paradosso e nella contemporanea presenza di posizioni opposte e capisco che possa essere stancante, ma tant'è...), dobbiamo tenere presente quanto in fondo siamo fragili, quanto il nostro corpo sia per sua natura "morbido" e scarsamente corazzato, quanto basti poco per farsi davvero male. Si tratta, quindi, di trovare un equilibrio sano, dinamico

e mai definitivo tra esigenze di libertà e spontaneità, quelle che ci porterebbero a fare solo ciò che ci va a genio, e il continuo rispetto di precauzioni ripetitive che risulteranno inutili nella maggior parte dei casi, ma saranno di sicuro indispensabili quell'unica volta in cui ci dovessimo trovare nei guai.

Il mio buon proposito per il nuovo anno è quindi che tutti, io per primo, si riesca ad aumentare di qualche grado il nostro livello di coscienza nel corso della vita quotidiana contrastando, almeno nelle circostanze in cui ciò ha senso, la tendenza ai comportamenti automatici. Per raggiungere questo risultato propongo di abituarci a riflettere ogni volta sul perché stiamo facendo ciò che stiamo facendo.

Nel mio piccolo, per esempio, quando sarò in ritardo ad un appuntamento e starò guidando troppo veloce, mi dovrò interrogare sul senso del rischio che mi sto prendendo e allo stesso tempo se ne valga la pena di correre un tale pericolo per ottenere il magro risultato di arrivare qualche minuto prima. Oppure, ogni volta in cui dovrò ricordarmi di agganciare correttamente al sedile dell'auto il seggiolino su cui viaggia mio figlio potrei pensare che quei gesti noiosi e spesso troppo complessi sono indispensabili a proteggere ciò che di più importante ho al mondo.

Si tratta, in definitiva, di imparare la disciplina del discriminare, del saper scegliere tra ciò che è davvero importante e ciò che invece non lo è. Non è un'impresa facile perché i ritmi del quotidiano a cui siamo abituati (o forse ci siamo dovuti abituare) fanno di tutto per spingerci verso la fretta e la superficialità e sarà necessario un notevole sforzo di volontà per opporsi.

D'altronde, si sa, i propositi per il nuovo anno hanno spesso il carattere di fantasie che mai si realizzeranno ma questa volta, più che in tante altre, spero proprio che ci riusciremo. ■

*** Psicologo-psicoterapeuta, Firenze
davide.stroscio@gmail.com**