



ISTITUTO FILOSOFICO STUDI TOMISTICI di Modena

- *Recensione* -

Dobelli, Rolf, **SMETTI DI LEGGERE NOTIZIE**, Il Saggiatore. Edizione del Kindle.

“Provate a vivere un mese senza news. Dite a voi stessi: «Tra un mese sarò libero di decidere se tornare alla vita di prima. Ma per un mese devo tenere duro». Perché un mese? Perché solo allora proverete per la prima volta una sensazione di rilassatezza e pace interiore”. È questo il semplice contenuto del libro e alla fine capirete che smettere di leggere notizie avrà come effetti: più tempo a disposizione per leggere altre cose, più facilità di concentrarsi senza essere continuamente distolti, meno nervosismo interiore e meno senso di impotenza e incapacità perché non si riesce a cambiare ciò che si legge. Le news, anche se non sono fake, ci distolgono, ci distraggono, ci innervosiscono, ci avviliscono. Inoltre ci espongono al miraggio della tuttologia, mentre sulle cose in cui non si hanno competenze molto meglio ignorare che farsi una opinione necessariamente inadeguata: “Ciò che rientra in questa sfera, lo padroneggiamo con maestria. Ciò che sta fuori non lo comprendiamo per niente o solo in parte. Il motto di Buffett è: «Imparate a conoscere la vostra sfera di competenza, e restate nell’ambito di essa. Ciò che importa non è quanto la sfera sia grande, bensì che voi sappiate esattamente dove corrono i suoi confini». Smettere di leggere notizie implica tutto gli effetti opposti: più tempo, più concentrazione, più serenità, più determinazione e più competenza reale. Dobelli non legge quasi più nessuna news, ma suggerisce anche una via più soft “Nel caso in cui la strada intrapresa da me vi sembri troppo radicale, vi consiglio la «via soft». Funziona così: rinunciate completamente ai quotidiani (cartacei e on line), alla radio, alla televisione e al flusso ininterrotto di notizie dei social media. Leggete invece un singolo settimanale (o una rivista). Uno. Non due o tre. Leggetelo nella versione stampata, non come pubblicazione on line, per il semplice motivo che il giornale cartaceo non contiene link”. Io la sto seguendo, e vi assicuro che ne vale la pena provarci. Come dice Dobelli “provate”!

Claudio A. Testi