

Un libro, un caso

Come non essere travolti dalle notizie e liberare la mente

Quando si parla di corde in casa dell'impiccato: invitato nella redazione del Guardian a presentare «L'arte di pensare chiaro», Rolf Dobelli elenca «i principali argomenti contro il consumo di notizie». I suoi strali non si rivolgono, naturalmente, al giornalismo con la G maiuscola - investigativo ed esplicativo - ma alle «iridescenti bolle di sapone che scoppiano sulla superficie di un mondo complesso», all'informazione «mordi e fuggi», alla marea di news che inonda i display che illuminano le giornate di tutti: come minimo 60 al giorno, cioè 20.000 in un anno! Drogato di news, irretito dal banchetto «all you can eat» di scarsa qualità, decide di farla finita e inizia una radicale «dieta di



Smetti di leggere notizie

Rolf Dobelli

Il Saggiatore

192 pagine, 20 euro

a cura di **Monica Mattioli**

momatt@iol.it

notizie» per «sfuggire all'eccesso di informazioni e liberare la mente». Se si evitano le 120 «trappole mentali sistematiche» dell'informazione cresce lo spazio per l'approfondimento, si moltiplica il tempo per pensare, si sviluppa la capacità di concentrazione, si espandono le possibilità di smascherare «fake news», si ristabilisce l'ordine nella gerarchia delle notizie, si ridimensionano «fake fame», aumenta il senso critico, si schiariscono i pensieri, si formulano opinioni più valide, si prendono decisioni migliori, si placa il nervosismo, diminuisce lo stress. Insomma, migliora la qualità della vita e si capisce meglio il mondo. Ma niente paura, googlare è consentito.

© RIPRODUZIONE RISERVATA