

Informazione, solo la dieta vi salverà

INTERVISTA

Lo studioso svizzero Rolf Dobelli lancia una sfida alla società dei media: «Possiamo fare a meno delle notizie che spesso sono inutili o inaffidabili». E spiega come vivere senza essere connessi 24 ore su 24

STEFANIA GARASSINI

Le notizie? Nel migliore dei casi una perdita di tempo, nel peggiore una pericolosa intossicazione che c'impedisce di pensare con chiarezza e di decidere al meglio sulle questioni cruciali della nostra vita. È la provocazione di Rolf Dobelli, in *Smetti di leggere notizie. Come sfuggire all'eccesso di informazioni e liberare la mente*, uscito in pieno lockdown per i tipi del **Saggiatore**: libello polemico che sembra spararla grossa, ma finisce per instillare un sano dubbio. Se magari non ci convince del tutto a seguire la totale astinenza da news

proposta dall'autore (che per informarsi sull'attualità si affida al riassunto settimanale dell'"Economist", prediligendo poi pezzi lunghi di approfondimento, libri e contatti diretti con gli esperti), qualche colpo lo mette a segno. Perché è indubbio che nel nostro modo di consumare le informazioni – soprattutto i piccoli, continui snack che ci provengono dai social media – ci sia qualcosa da migliorare. Siamo sempre più connessi, ma sempre meno informati seriamente e capaci di pensare in modo originale e approfondito.

Dobelli, scrittore e saggista svizzero, classe 1966 – già autore del fortunato *L'arte di pensare chiaro (e di lasciare agli altri le idee confuse)*, edito da Garzanti nel 2014 – è anche fondatore di World Minds, una community di un migliaio di esperti in vari settori, dall'arte alla scienza, dall'economia alla

politica, nata con lo scopo di studiare e diffondere idee in grado di migliorare la qualità delle decisioni che ognuno di noi è chiamato a prendere individualmente, ma che hanno ripercussioni sulla vita collettiva.

Condizione imprescindibile per favorire lo sviluppo di un pensiero approfondito e originale è scegliere con cura le fonti dell'informazione, proprio come facciamo con il cibo. Il libro ci invita a riprendere il controllo: decidere noi, in autonomia, quello che è davvero rilevante per la nostra vita e approfondirlo. Senza cedere al condizionamento sempre più pervasivo dei media, che attraggono e governano la nostra attenzione e il nostro tempo, beni preziosi, che dovremmo tenere cari.

«Nel sistema dell'informazione in cui siamo ora, ciò che è nuovo viene venduto sempre anche come rilevante. Ma non è così. Ognuno di noi dovrebbe fare un piccolo esercizio. Innanzitutto determinare che cosa è davvero importante per la propria vita, e ciò dipende dalle 'sfere di competenza', cioè gli ambiti nei quali si può davvero influire, fare la differenza: il primo è naturalmente costituito dalla nostra famiglia e dagli affetti più cari, il secondo in genere dalla nostra professione. Potrebbe essercene anche un terzo, un hobby particolare o un secondo lavoro. Tutto ciò che riguarda questi aspetti ci tocca direttamente ed è rilevante per noi. Ora, consideriamo le notizie che abbiamo letto durante un anno (che in media sono tra le 20mila e le 30mila), quante di queste ci ricordiamo? Quante hanno avuto un impatto su una di queste sfere di competenza? Molto probabilmente il numero non è superiore a due o tre. Che per un'attività – come il consumo di news in tutti i pos-

sibili formati – cui dedichiamo tra i 58 e i 96 minuti al giorno, non è granché. **Ma nemmeno l'emergenza Coronavirus le ha fatto cambiare idea sulla necessità di informarsi per essere partecipi di quanto accade nel mondo?**

In dieci anni di "dieta da notizie" ho "sgarrato" soltanto due volte. La prima in occasione dell'elezione di Donald Trump, la seconda in questo periodo di pandemia. Il Coronavirus ci riguarda tutti direttamente, entra a pieno in una o più di quelle sfere

che ho descritto.

Quindi inizialmente devo ammettere che ho ricominciato a leggere news. Poi ho capito che le stesse informazioni potevo ottenerle affidandomi direttamente a siti scientifici (per le notizie mediche) e a risorse istituzionali (per le indicazioni pratiche). Devo riconoscere però che in questo periodo eccezionale è stato molto importante il lavoro dei giornalisti che hanno raccontato le storie di chi si è ammalato e dei tanti che si sono prodigati nella cura. Questo ha contribuito a creare un senso di maggiore empatia e condivisione.

Allora perché sarebbe così grave, a suo avviso, leggere le notizie?

A parte questa situazione particolare, trovo che nella normalità siano decisamente di più gli svantaggi. Seguire freneticamente l'attualità non ci aiuta a capire il mondo, c'illude magari di partecipare emotivamente a una sciagura che avviene dall'altra parte del pianeta, ma in realtà comprendere davvero è faticoso, richiede tempo. Significa conoscere non soltanto i fatti, ma le dinamiche che li collegano e per questo occorrono libri, articoli approfonditi, non bastano certo i 90 secondi di un servizio del tg. Inoltre il controllo compulsivo delle news ci