



QUALE FUTURO SCEGLIEREMO PER NOI? “ANDRA’ TUTTO BENE” di Alessandro Spampinato (2[^] parte)

(continua dall’edizione precedente)

Il reale e il virtuale non sono per forza in contraddizione ma, se adeguatamente gestiti, possono migliorare la qualità della nostra vita. La base, però, deve essere umana, reale e concreta. Il web può amplificare, potenziare e compensare i limiti della nostra realtà. Ad esempio, in tempi di quarantena, possiamo fare lezione online e questo va bene, come anche il sentirci o messaggiarci in chat quando siamo momentaneamente lontani per viaggi o lavoro. Il fatto è che non possiamo rinunciare per nessun motivo al valore essenziale ed esistenziale della relazione tra esseri umani e con la natura. Questo vale anche per il fare comunità che è l’essere fisicamente e personalmente coinvolti nel processo di creazione e formazione dei gruppi e delle istituzioni del nostro paese di appartenenza. Le comunità online non esistono, non sono reali, non producono nulla e appartengono all’effimero! Stabilito come abbiamo fatto che avere relazioni reali, viverle, farne parte, gustarle, parteciparle, crearle, trasformarle è alla base della qualità della nostra vita e del nostro percorso di crescita e realizzazione personale aggiungiamo in questo secondo articolo sull’argomento che tutto questo è alla base anche della nostra salute psico-fisica. Essere coinvolti in una rete sociale e vivere rapporti e scambi affettivi umani stimola e potenzia il nostro sistema immunitario. Inoltre ci rende sempre più intelligenti perché l’essere coinvolti nel processo reale dell’esperienza di relazione stimola, attraverso il processo neuro-psico-fisiologico dell’apprendimento, connessioni sinaptiche tra neuroni e intere aree del nostro cervello. Come abbiamo visto, l’apprendimento e l’esperienza virtuali sono essenzialmente fenomeni mentali e freddi, pertanto possono solo accrescere le nostre informazioni, il sapere culturale e intellettuale, ma mancano della conoscenza vera e della comprensione dell’essenza della nostra vita e di noi stessi. Questo tipo di conoscenza può venire solo dall’esperienza reale e condivisa che è calda. Cerchiamo di rimanere lucidi e centrati sulle caratteristiche essenziali del nostro essere umani e troviamo il giusto equilibrio con lo sviluppo tecnologico per non trovarci un giorno, forse neanche così lontano, come Neo, il “prescelto” del film “Matrix”, che al suo risveglio si scopre attaccato ad una macchina e braccato da robot, droni e dall’intelligenza artificiale.

(fine)



Rubrica a cura del dott.
Alessandro Spampinato
Psicologo e cantautore
www.alessandrosampinato.com