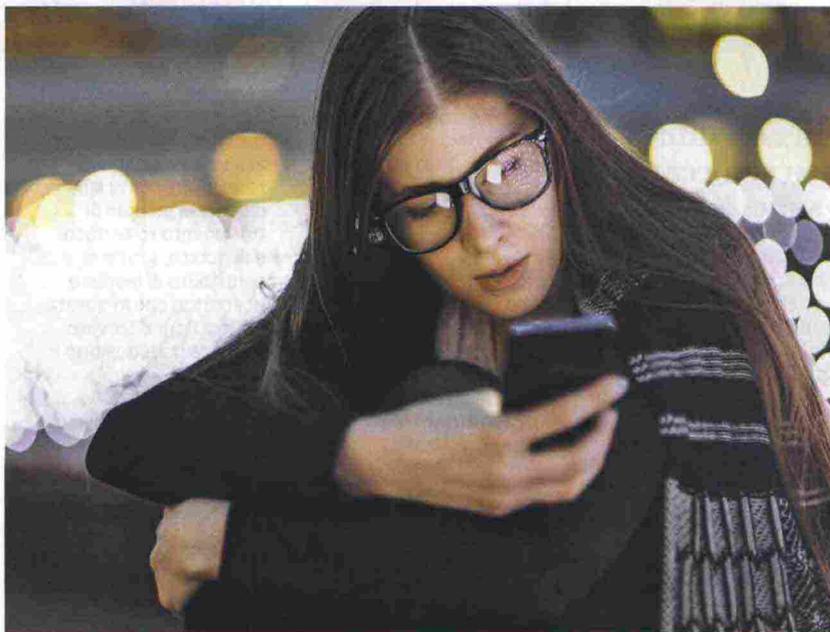


Monica Sori
il direttore di
Viversani e belli
risponde alle
vostre lettere



Sono di scena i rosiconi



«L'INVIDIA, SE NON È PORTATA ALL'ECESSO, HA

Paragonite: con questo termine, che definisce un minerale diffuso in Canton Ticino, oggi si allude, con un filo di ironia, a quella che sta per affermarsi come malattia del secolo: l'invidia social.

UNA VALENZA POSITIVA CHE SERVE A MIGLIORARSI»

Ho letto un articolo in cui si parlava di una nuova malattia: la paragonite. Si sviluppa a furia di guardare nel social la vita degli altri, per poi invidiarla spasmodicamente, ritenendola sempre meglio della propria. Pare anche che qualcuno, pur sapendo che le foto pubblicate sono state opportunamente ritoccate, per esempio allo scopo di sembrare più magri o più giovani, non possa fare a meno di rodersi per quello che vede. Ma in che mondo stiamo vivendo?

Roberta P., via email

Va detto che l'invidia è un sentimento insito nella natura stessa dell'uomo, non è certo una novità del nostro tempo, che pure, per via dei social, è diversissimo da qualsiasi altra epoca del passato. L'invidia c'è sempre stata, con la sua terribile proprietà di avvelenare l'anima, di rendere infelici, di suggerire comportamenti pericolosi, ma anche con la

sua valenza di meccanismo di difesa. Sì, perché la sua funzione, al netto di tutti i risvolti negativi (e sono tanti) che la caratterizzano, sarebbe quella di indurre a migliorarsi, per raggiungere gli stessi traguardi che la innescano.

✓ Certo è che le piattaforme social sembrano fatte apposta per provocare gli invidiosi. Amici e conoscenti postano immagini meravigliose che li ritraggono in perfetta forma fisica, nelle situazioni appunto più invidiabili: in viaggio, al mare, a cena (in ristoranti stellati), abbracciati a figli di bellezza strepitosa, perennemente abbronzati e vincenti. C'è chi non regge il paragone tra questo trionfante luccichio e il proprio tran tran, percepito come opaco, e in un attimo si ritrova ammalato di paragonite. Ai rosiconi non importa che le foto siano state manipolate, non

interessa che non raccontino le cose come stanno: valgono solo per quanto (di invidiabile) mostrano. Quando succede questo, l'invidia si svuota di quell'utilità che le viene riconosciuta se spinge al confronto per migliorarsi, e diventa tormento per lo spirito e maligna istigatrice di azioni meschine. Gli haters che invadono i social ne sono un aspetto, purtroppo destinato ad aumentare.

✓ Guarire dalla paragonite è un regalo da farsi il prima possibile. Il rimedio è rappresentato prima di tutto dal focalizzare il proprio sentire. In pratica, per riapprezzare quello che si ha e riconnettersi con la propria vita reale, occorre disconnettersi.

da leggere

Per approfondire le dinamiche che fanno male

L'autrice, che è stata una docente di Psicologia all'università di Padova, analizza le due emozioni che più di tutte le altre sono legate al senso del possesso e, non di rado, possono prendere il sopravvento al punto da peggiorare la qualità della vita e dei rapporti. Nel libro sono prese in esame le strategie che consentono di tenerle a bada. Una parte è dedicata alle testimonianze raccolte dalla studiosa nel corso della sua attività di ricerca.



Psicologia della gelosia e dell'invidia
Valentina D'Urso
Corocci Editore, 14 euro

viversaniebelli 9