

La lettura come elemento di benessere sociale

di Romano Montroni – Presidente del Centro per il libro e la lettura

Se dovessimo cercare un elemento risolutivo nella “costruzione” che l’essere umano ha fatto di sé durante il corso della sua esistenza, la ricerca del benessere è la principale motivazione che ha spinto l’individuo a plasmare la sua parte di mondo secondo alcune esigenze della sua natura.

Per benessere, fino a qualche decennio fa, si è inteso la soddisfazione di tutti i “bisogni” fisiologici dell’essere umano. A partire dagli anni ’70 dello scorso secolo, ci si è iniziati a domandare se effettivamente a connotare un individuo fosse bastevole la soddisfazione dei bisogni fisici o se invece ci fosse un ulteriore aspetto, più prettamente psichico, da analizzare e indagare per raggiungere una reale situazione di benessere. Questo discorso scaturisce nell’alveo delle società più avanzate dove, soddisfatti i bisogni primari, ci si è incominciati a focalizzare su un discorso di livello più alto, e che non si ferma alla meccanica del corpo, ma indaga le proprietà dello spirito. In questa nuova visione non basta più la soddisfazione del bisogno, ma anzi diventa essenziale anche la realizzazione del desiderio. Sia il bisogno che il desiderio sono le due facce della stessa medaglia, in mezzo troviamo l’essere umano nella sua complessità. Quando parliamo di desiderio esprimiamo la necessità della persona di realizzarsi anche da un punto di vista prettamente spirituale.

In Italia e in Europa si osserva sempre più spesso la nascita e l’evoluzione di pratiche artistiche volte ad aumentare il benessere individuale dei cittadini e quello collettivo delle comunità. Tra quelle con maggiore rilevanza possiamo trovare le pratiche che coinvolgono il cittadino nel processo creativo e portano quindi ad un nuovo tipo di approccio culturale, non più semplicemente di fruizione estetica, ma partecipativo.

Questo nuovo modo di guardare alla cultura sta prendendo piede solo da pochi anni e incontra ancora molte resistenze, dovute soprattutto ad una visione sbagliata che è nata a partire dal secondo dopoguerra. L’arte e la cultura nel nostro paese sono state generalmente considerate come una forma di intrattenimento e quindi giudicate superflue e non indispensabili per

il benessere e la crescita di un individuo all'interno della società. Oggi invece è indispensabile riuscire a restituire al termine cultura il suo vero significato, che risiede nella sua declinazione sociale, ovvero fare un uso intelligente del tempo libero al fine di contribuire al proprio arricchimento interiore e di conseguenza a quello di tutta la comunità.

Per quanto questo nuovo approccio possa sembrare ideologico, la realtà dei fatti e che questi concetti sono stati vagliati a partire dalla fine degli anni 70 da importanti studi empirici, i quali hanno dimostrato la profonda importanza della cultura per la salute e il benessere dell'individuo. Queste ricerche hanno sempre incontrato l'ostilità della maggior parte della comunità scientifica internazionale e non hanno quindi mai trovato un riscontro a livello politico, benché già al tempo degli antichi greci il teatro e la lettura di poesie erano considerate attività indispensabili per il benessere psico-fisico degli individui. Tornando ai dati odierni, le prime ricerche in questo ambito sono state condotte in Scandinavia, presso il dipartimento medico dell'università di Stoccolma, e i dati empirici emersi hanno dimostrato che chi ha frequentato musei o concerti, chi ha letto riviste e libri in maniera continuativa nel tempo ha una salute migliore e maggiore longevità rispetto agli individui che non hanno avuto alcun rapporto con l'arte e la cultura. La partecipazione a eventi di tipo sociale in chiave culturale da parte dei cittadini, come festival letterari e musicali, rassegne e visite ai musei, aiuta a migliorare il nostro stato mentale, allentando anche lo stress al quale siamo sottoposti quotidianamente.

Questo discorso, coniugato oggi con le nuove scoperte scientifiche che vedono un'unione indissolubile tra spirito e corpo, ci permette di assistere all'emergere di nuove teorie che aprono la strada al welfare della cultura, dove i temi dello sviluppo umano e della qualità dell'esperienza umana diventano punti essenziali della cura e del benessere dell'individuo, generando un miglioramento della qualità della vita percepita e andando a incidere in maniera positiva sul benessere sociale.

Cultura e benessere sono due concetti sui quali si sta tentando di costruire un nuovo modo di percepire la qualità della vita. La fruizione del patrimonio

culturale è quindi un'attività imprescindibile connessa ai diritti civili e sociali che devono essere garantiti su tutto il territorio nazionale, come confermano le parole del Presidente della Repubblica Mattarella a Mantova per il convegno *Città d'arte 3.0*: la cultura è il miglior ritorno d'investimento che si può volere, perché “garantisce coesione, senso di appartenenza alla società, fiducia e rispetto per l'ambiente e per gli altri”.

I tempi sono maturi per l'apertura di una riflessione scientificamente rigorosa e politicamente impattante sui temi delle nuove frontiere del welfare, l'Italia in particolare mostra tutta una serie di iniziative e manifestazioni dal basso a forte carica innovativa, soprattutto in ambito sociale. Da questo punto di vista potremmo configurarci come leader in questo nuovo settore, sia a livello europeo che globale, tutto sta nel riuscire a fondere queste esperienze con le istituzioni presenti sul territorio, in maniera da creare un nuovo tipo di network dove Comunità e Stato collaborano per il benessere di tutti.

Non si tratta più di ridurre il welfare a semplici interventi di limitazione del disagio sociale, trovando nelle azioni di soggetti pubblici e privati un contrasto alle disuguaglianze e alle differenze di accesso a diritti e opportunità, ma di individuare nella cultura l'elemento centrale di una nuova articolazione di intervento sociale, capace di produrre percorsi virtuosi di crescita individuale e collettiva, sia esistenziale, sia socio-economica. La produzione e la fruizione di bellezza si presenta infatti come lo strumento centrale di ri-articolazione di pratiche di welfare sussidiario, capaci di superare le differenze sociali ed economiche presenti nelle nostre città. La cultura si presenta come un tema trasversale alle altre politiche sociali, intersecando i temi della sanità, della mobilità, dell'abitare, della formazione e in genere dell'accesso alle risorse materiali e immateriali presenti sul territorio. I processi creativi, la fruizione dell'arte e la formazione continua sono elementi capaci di rendere i contesti più disagiati, come le nostre periferie urbane, luoghi degni di essere vissuti, attraverso l'acquisizione di strumenti cognitivi e di una nuova dignità per coloro che vivono in questo complesso mondo globalizzato.

Declinare culturalmente il welfare significa porre l'accento sulla partecipazione. La cifra di ogni intervento di welfare culturale è infatti la

capacità di mettere in rete diverse realtà, al fine di aprire percorsi di espressione, consapevolezza e valorizzazione, capaci di far parlare tra di loro diversi territori dell'anima, della società e del tessuto metropolitano, creando dispositivi materiali e immateriali che diano dignità alle terre di mezzo dove predomina l'esclusione sociale.

Esempi di welfare culturale sono: luoghi pubblici pensati per il benessere delle persone, di tutte le persone, di tutte le età, a qualsiasi fascia sociale appartengano e a prescindere dal fatto che siano cittadini del proprio paese o meno.

La cultura quindi acquista sempre più valore nel contesto odierno e per cultura non si intende solo la pittura, la musica o il cinema, ma anche e soprattutto la lettura, che diventa un fattore essenziale.

Dalla lettura infatti dipendono lo sviluppo intellettuale, sociale ed economico delle comunità, poiché è il più solido strumento di apprendimento che possiamo avere in un contesto competitivo come la nostra società, fortemente condizionato dall'innovazione e dalla conoscenza.

Quello che contraddistingue la nostra società è l'enorme massa di informazioni che abbiamo a disposizione, ma, come sempre, non è importante la quantità del sapere che ci circonda, ma la sua qualità, o meglio la capacità e l'abilità di riuscire a "conservare" questo sapere e farlo veramente nostro, riuscire a metabolizzarlo e trasformarlo quindi in consapevolezza. Lo strumento in grado di assolvere questo compito è il nostro cervello per il tramite della lettura e quindi il libro non può essere reputato solo un semplice intrattenimento, ma anche una condizione necessaria per lo sviluppo umano e il benessere sociale.

Dove c'è libro c'è più benessere, dove si legge di più il reddito pro-capite è maggiore, ma non basta, perché esiste anche una relazione diretta fra consumi culturali e dinamicità dell'economia: i paesi scandinavi e la Gran Bretagna hanno un'economia più forte dell'area del mediterraneo, tassi di lettura sopra il 70% - con punte del 90% in Svezia – e un maggiore investimento pubblico in ambito culturale, andando così a creare un circolo virtuoso che si auto-alimenta.

La lettura ha inoltre una grande influenza sulla convivenza civile all'interno della società, e in particolare la lettura di libri è utile a stimolare la riflessione e ad esercitare il pensiero e la creatività, nonché a diffondere i valori della cura reciproca e della solidarietà. A conferma di quanto detto, in un'intervista ad alcuni cittadini svedese emerge come il valore più importante per loro sia il rispetto delle altre persone, citato nel 73% dei casi, in Italia siamo fermi al 47%, sotto di noi ci sono solo Grecia, Portogallo e Spagna.

Insomma è abbastanza evidente come la lettura sia un fattore essenziale per la crescita di un paese da tutti i punti di vista e le politiche pubbliche di un paese avanzato, come lo è l'Italia, dovrebbero investire risorse e denaro per diffondere il libro e la lettura dappertutto. Per questo motivo il Centro per il libro e la lettura ha voluto dare vita ad un progetto come la "Città che legge", il cui intento è di sostenere la crescita socio-culturale delle comunità attraverso la diffusione della lettura come valore riconosciuto e condiviso, in grado di influenzare in maniera positiva la qualità della vita.

Quello che noi tutti dobbiamo fare è riuscire a far percepire la lettura non solo come un'attività piacevole e utile, ma anche come uno strumento di mediazione e dialogo all'interno delle comunità, per dare la possibilità a tutti, e in maniera particolare alle persone maggiormente svantaggiate, di poter vivere una vita dignitosa e migliore, proprio grazie alla lettura e alla cultura.