

## Diversi da prima: perché, quanto e come il Covid-19 ci ha cambiati

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

Quanto e come ci ha condizionati questo inatteso terremoto esistenziale, da Covid-19, che nessun astrologo aveva previsto? Che cosa ci insegnano questi shock seriali: sanitario, economico, educativo ed esistenziale? Possiamo condividere delle riflessioni stimolanti per essere protagonisti più consapevoli dell'oggi e del domani, dopo il tempo paralizzante del Covid?

Valentina Calzavara e Daniele Ferrazza, giornalisti acuti e tempestivi, approfondiscono i quesiti più urgenti, le contraddizioni e le inquietudini di questo periodo nel loro libro-intervista "Diversi da prima" (Helvetia Editrice), a cui ho avuto il piacere di contribuire. Molti gli spunti da condividere poi in una conversazione con familiari o amici, ma anche con i propri studenti o con i colleghi di lavoro.

Stiamo riapprezzando, con prudente gradualità o con pericoloso furore, l'importanza della libertà di movimento, l'emozione di stringersi una mano, di abbracciarsi e di baciarsi. Non ci eravamo accorti che il consumo era diventato il valore fondante delle nostre giornate e dei nostri pensieri, come sostiene Dacia Maraini nella prefazione? Siamo migliori? In realtà, in molti si è esasperato l'odio, password del nostro tempo, secondo Walter Veltroni. Odio che potrebbe diventare più distruttivo, se la crisi economica non verrà affrontata in modo competente e pragmatico. In molti è cresciuta la paura del futuro e dell'ignoto, per il modo rapido e letale con cui quest'invisibile creatura, un virus, ha fustigato l'arroganza delle superpotenze ma anche di chi riteneva che l'uomo fosse diventato davvero il dominatore incontrastato del mondo.

Quali derive accende la paura? Una pericolosa deriva depressiva e ansiogena, da diagnosticare e curare, con dedizione e competenza. E un'insidiosa deriva totalitaria, in molti Paesi già di impronta nazionalista, quando lo "stato di emergenza" diventa un alibi dei governi per prolungare sine die la limitazione delle libertà individuali. Negando di fatto, grazie allo "stato di paura", quei principi di necessità, proporzionalità, ragionevolezza, bilanciamento e temporaneità ben indicati invece nella nostra giurisprudenza costituzionale.

La stagione Covid ha anche accelerato la rivoluzione digitale in un Paese, come il nostro, per molti aspetti narcotizzato da un'arcaica tecnofobia. Quali sono le opportunità che ci regalano il lavoro da remoto e la didattica a distanza? Quali invece le insidie del diminuire i contatti umani, tra bambini e adolescenti a scuola, e fra gli anziani, ma anche sul fronte del lavoro?

In positivo, ogni crisi contiene potenzialità e opportunità. Poterci liberare dell'inessenziale che appesantiva le nostre vite. Ridurre un correre frenetico, che ci divorava gli affetti e la salute. Rallentare per riassaporare il profumo di casa, e del cucinare in casa, con amore e per amore. Ritrovare il gusto di sapori e di profumi perduti, e il gusto di un corpo amato se anosmia e disgeusia da Covid avevano ferito a fondo i nostri sensi dell'amore. Questo è un tempo buono per aprirci a esperimenti impensati e nuovi progetti, affrontando con coraggio prove multiple, illusioni e sfide. Rispetto delle regole, senso di responsabilità, tanto impegno, lavoro e sacrifici potranno aiutarci a far scintillare ancora quella buona stella italica che ci ha aiutati nei momenti più bui («Duce virtute, comite fortuna»: ti guidi il valore individuale, ti accompagnerà la fortuna). Purché si esca da questa ottica assistenzialista, fatta di bonus e assegni a pioggia,

senza che ci siano le coperture economiche per prometterli. Per comprare sulla fiducia il consenso di oggi e il voto di domani?

Ci siamo scoperti più vulnerabili e più fragili sul fronte della salute. Questo dovrebbe stimolarci a essere più attivi nel perseguire ciascuno un progetto di maggiore longevità, sana e brillante. Per amore della vita e per dovere civico, come sostiene Silvio Garattini, perché «il 60% delle malattie non piovono dal cielo, ma è autodeterminato da comportamenti errati». E allora cominciamo subito a darci da fare, partendo dall'io, come corpo individuale per migliorare il noi, come corpo sociale.

Come sarà il futuro sul fronte della tecnologia, dei cambiamenti climatici e della demografia? Il lavoro non sarà più un luogo fisico, ma un "abito mentale", sostiene Marco Bentivogli. Con quale metodo? Il "tramonto dell'umano", secondo monsignor Paglia, richiede nuova attenzione.

Riflettiamo, per agire bene. Cambiare in meglio, in tempi così inquieti e imprevedibili, dipende dall'impegno costruttivo di ciascuno di noi: #diversidaprima.