

4. VIVA LA CURIOSITÀ!

Il simpatico scrittore italo-americano, Leo Buscaglia, racconta questo episodio: *Io dissi al vecchietto: «Sa, lei mi sembra così felice e contento, equilibrato e sereno. Ha una ricetta segreta?». E lui, senza esitare un momento: «Sì!». Io chiesi: «È disposto a confidarmela?». «Certo, figliolo: se vuoi vivere felice per tutta la vita, tieni sempre la mente piena e le budella vuote».*

"Tieni sempre la mente piena!". Il cervello che pensa non invecchia mai. Al contrario, il cervello che non lavora si spegne.

Persino negli animali si può notare qualcosa di analogo: quelli ammaestrati che si esibiscono nei circhi, che vengono sollecitati a lavorare, hanno una media di vita più lunga e brillante di quelli della stessa specie che vengono tenuti nei giardini zoologici.

Perché, allora, ci si scandalizza se i vecchi hanno, come già dicevamo, le 'formiche' al cervello, quando si chiede loro di non lavorare, di non pensare, di non intramettersi più in niente?

Dobbiamo reagire! Non possiamo permetterci d'arrenderci alla pensione!

Reagire significa avere un hobby che mantenga viva la mente e in esercizio la memoria. È vero che il lavoro nobilita l'uomo, ma l'hobby lo decora!

Passate le sessanta primavere, tutti possiamo avere un meraviglioso hobby: sarà il ricamo, sarà la pittura, sarà il ballo liscio, sarà la lavorazione del legno...

Tra gli hobby ve n'è uno che, più di tutti, può soddisfare la curiosità: è la lettura!

La televisione offre un pensiero veloce, il libro offre un pensiero profondo. Guardare la televisione, è come andare in treno o sfrecciare in macchina; leggere un libro, è come andare a piedi: è vedere di più, è gustare di più.

Lo scrittore Edmondo De Amicis confessava: "La differenza tra me e un selvaggio è che io ho avuto nella casa paterna una biblioteca", I libri sono l'autogrill dell'anima; sono l'antiruggine del cervello; sono il segreto perché il tempo libero non diventi tempo vuoto. Non garantiamo che avesse ragione il grande editore Valentino Bompiani a dire che "l'uomo che legge ne vale due"; di una cosa, però, siamo certi: senza libro, l'uomo è solo corpo! È quanto basta (e avanza!) per fare l'elogio della lettura.

Reagire all'ozio significa, poi, tener viva la curiosità.

Piero Angela, parlando all'Unitre di Torino diceva che "nella vita è importantissimo che si cominci e si continui con delle domande. Chi comincia dalle risposte è finito in partenza". E proseguiva: "Il nostro cervello è proprio come un albero. Bisogna curarlo. Fertilizzarlo. Guardate le vecchie querce. Riescono sempre a fiorire in primavera.

Non curiamo troppo l'esteriorità del nostro corpo e poco il cervello. Ognuno di noi lo ha fatto, bene o male, attraverso gli studi della propria vita. Ma è sempre poco. L'Università della Terza Età è una cosa stupenda perché è un modo di andare in palestra per il cervello. È come fare il sollevamento pesi".

Quando Pablo Casals compì novantacinque anni, un giornalista gli domandò: "Signor Casals, lei ha novantacinque anni ed è il più grande violoncellista che sia mai vissuto. Perché fa pratica ancora sei ore al giorno?". Casals rispose: "Perché mi sembra di far progressi".

Risposta meravigliosa! Risposta di una persona intelligente che sa che non è vecchio chi continua a tenere il cervello sotto pressione. Ed allora?

Allora ecco una grande scoperta: noi stessi possiamo decidere di non invecchiare!

Non è una bella notizia?