

## Dieci piccole regole per vivere al meglio questo tempo digitale – Gigio Rancilio

<https://www.avvenire.it/rubriche/pagine/dieci-regole-per-viverequesto-tempo-digitale> (20 marzo 2020)

Ce lo ripetiamo ogni giorno, da giorni: quello che stiamo vivendo, cambierà tutto. Non so se alla fine sarà davvero così, ma so che questa emergenza ha convinto anche i più critici che il digitale sia una risorsa. A patto di imparare tutti a usarlo bene. E per farlo dobbiamo partire da alcune regole di convivenza civile. Per esempio, il tempo degli altri non è infinito. E anche se queste giornate ci costringono di più in casa, non significa che possiamo bombardarci a vicenda con catene e messaggi, video divertenti o indignati. Anche i social, WhatsApp e Messengger dobbiamo imparare ad usarli meglio. Se condividiamo informazioni, per esempio, sforziamoci prima di avere controllato se sono veritiere. A nessuno serve anche un'epidemia di fake news, che crei ansia, confusione, dolore o quant'altro.

**Lo so che suona un po' brutale, ma, se vogliamo migliorare le nostre relazioni digitali, dobbiamo darci tutti una regolata.** Dobbiamo fare meno per fare meglio. Imparare a limitare i post che facciamo e a usarli per comunicare bene e il bene. Per essere utili agli altri e non di disturbo. Per creare coesione e non divisione. Trent'anni di talk show, pieni di liti tra politici, intellettuali, giornalisti e gente famosa hanno fatto credere ad alcuni che le risse verbali, l'intolleranza, l'ironia cattiva e l'odio siano armi potenti. E lo sono. Ma usarle per colpire persone fragili che vivono in questi giorni nell'incertezza, nella paura, nel dolore e nel dubbio è un atto da vigliacchi.

Mentre scrivo mi torna in mente una regola molto semplice che ci avevano insegnato quando nelle case esistevano solo i telefoni fissi: non si telefona in un'abitazione, a meno di questioni di vita e di morte, prima delle 9 di mattina e dopo le 9 di sera. Letta oggi appare datata, perché i nostri smartphone sono spesso accessi 24 ore su 24. E quindi, a chi ci cerca su WhatsApp, per fare un esempio appariamo «online» sempre. Ma **non è vero che siamo disponibili 24 ore al giorno.** Eppure c'è chi manda messaggi all'una di notte o alle 6 di mattina, perché non riesce a dormire, incurante del fatto se il ricevente abbia tolto o meno la suoneria del cellulare e se quindi il suo messaggio «fuori orario» finirà per svegliarlo.

**Sono cose minime da seguire, mi rendo conto. Ma sono quelle cose minime che possono migliorare o peggiorare il nostro modo di restare connessi,** ora che gli incontri personali si devono evitare. Sono cose minime che prima di tutto ricordo a me stesso e ai miei familiari.

**Per questo a casa ho fatto un piccolo foglio con una sorta di decalogo digitale.** Non credo certo sia perfetto, ma mi permetto di condividerlo con voi, sollecitandovi ad aggiungere altre voci che vi vengono in mente.

- 1) Il tempo degli altri è prezioso: non subissarli di messaggi, mail, catene, video, post o spam.
- 2) Ogni volta che stai per postare qualcosa sui social, chiediti: è utile?
- 3) Se vedi sui social un contenuto dubbio, prima di postarlo verificalo.
- 4) Se non puoi, non vuoi o non riesci a verificare un contenuto, non condividerlo.
- 5) Ogni strumento digitale può essere prezioso, ma non abusarne.
- 6) In questi giorni, più che mai, cerca di non essere aggressivo con chi incontri online. Siamo tutti più fragili.
- 7) Usa il digitale per rimanere connesso con gli amici. Ma in un modo vero, sincero, profondo.
- 8) Quando con la tua Rete internet da casa puoi fare tutto, ricordati che il mondo è «online» ma non tutto (anche in Italia molti non sono connessi) e non tutti lo sono allo stesso modo.
- 9) Questo tempo, più che mai, esige che rispetti gli altri. E che silenzi chi semina odio e falsità.
- 10) La prima regola per stare bene nel digitale è semplice: applica la buona, antica e sana educazione che ci hanno insegnato da bambini. È analogica ma funziona benissimo anche nel digitale.