

La società digitale ci aveva illuso con la smaterializzazione, ma l'impegno psicologico (e fisico) non è diminuito. Anzi, è aumentato. Ora a tormentarci è la prospettiva "burnout"

Le macchine corrono e noi faticiamo più di loro

di MARCO BRACCONI

Ci sono voluti tempo e fatica - nomen omen - perché la specie homo Sapiens arrivasse a chiamare la fatica per nome, anzi, con i suoi tanti nomi. È stato un processo lento, intrecciato alla storia della società, del lavoro, della scienza e del costume, in simbiosi con i cambiamenti della visione che l'uomo ha di sé stesso nel mondo. Ma ci ha portato lontano. Anzi, molto vicino a noi stessi.

Del resto, sono passati secoli da quando l'acqua di rosmarino svolgeva le funzioni - o lo si presumeva - degli odierni integratori, e altrettanti ne sono trascorsi dai tempi in cui si pensava che pietre rare e profumi potessero portare gli stessi benefici che oggi attribuiamo a una spa o a una seduta di yoga. È un'evoluzione parabolica che insegna molto della vicenda umana e che George Vigarello ci racconta con mano sicura nel suo saggio *Storia della fatica, dal Medioevo a oggi* (Il Saggiatore, 528 pagine).

Dal Medioevo non a caso, perché, allora, per la maggior parte del mondo il concetto di fatica praticamente non esisteva e non se parlava. Era un'idea strutturata (poco) solo per i cavalieri e i viaggiatori di un mondo ancora senza misure. Oggi, invece, la fatica è ovunque. "Perché siamo così stanchi?" si chiedeva *Philosophie Magazine* nel 2019, fotografando il punto di arrivo - naturalmente provvisorio - del secolare rapporto tra essere umano, fatica, resistenza allo sforzo. Il risultato di questo cammino millenario è che siamo andati progressivamente dal "fuori" al "dentro", da una fa-

tica percepita per via sensoriale a una che agisce sull'interiorità, e da lì muove all'attacco del corpo.

Così, ora, la fatica, "debolezza diffusa e insoddisfazione oscura", è diventata uno dei modi d'essere del nostro tempo, qualcosa che percepiamo come parte ineliminabile delle nostre vite. Per il filosofo sudcoreano Chu Lan è "la società della stanchezza", inevitabile correlato di modelli di civiltà che incitano alla prestazione e all'efficienza, mentre per il romanziere Michel Houellebecq un nuovo mal sottile contro cui scagliare serotonina.

La loro - quella di oggi - non è più la "fatica della mente", riservata agli studiosi e intellettuali, di cui parlava Cartesio. È trasversale, interclassista, interculturale. Lo è diventata. La corsa verso la "fatica del vivere" comincia con l'Illuminismo e la sua nuova concezione dell'uomo, dei suoi limiti, delle sue possibilità e delle sue aspettative personali e sociali. Siamo agli albori dell'individualismo, in vista c'è la civiltà delle macchine, ma questo è già l'incipit della rivoluzione di intendere e vivere la fatica che ci porterà ai giorni nostri, ai "burnout" negli ospedali o alle grandi scalate estreme, tra le spine dello stress urbano o irregimentati nella "civiltà dell'allenamento", tanto per delineare esiti tra loro molto diversi.

Tante cose sono cambiate. Grazie all'automazione siamo più liberi dalla fatica fisica, i progressi del diritto hanno reso impossibile la fatica da usare come pena sulle galere oceaniche, con la secolarizzazione le fatiche di espiazione per mondarsi dai peccati sono consegnate ai libri di storia. Eppure, è un fatto che prima la società industriale,

poi quella digitale, abbiano moltiplicato la percezione e le ragioni di una fatica che si percepisce dentro e solo poi fuori, nella stanchezza delle fibre o in mille altri sintomi correlati.

Per questo, la fatica che viviamo oggi, quando non è stata scelta per sfida, pratica e training, o imposta ai nuovi proletariati nei campi di raccolta del pomodoro, è condizione "esistenziale", integrata in modo stabile nell'antropologia: si vive, quindi si ha anche fatica. Sono i paradossi del progresso. Il concetto di "burnout", partorito negli anni '80 dallo psicologo Herbert Freudenberger, chiarisce uno degli schemi predominanti del sentimento di fatica contemporaneo, vale a dire lo iato tra le alte aspettative personali e l'impossibilità della loro realizzazione.

La vita diventa un inseguimento anche da fermi, non c'è bisogno di "faticare" centinaia di miglia come i camminatori del Medioevo. E su questa linea si impone un clamoroso tema di

disparità di genere, perché le donne continuano a occuparsi delle questioni domestiche e parentali più degli uomini, e ciò "ingolfa" ulteriormente il motore dell'energia, lo svuota accelerandolo. Le fatiche "operaie" esistono ancora, lo sanno i rider che popolano le nostre strade sotto la pioggia in inverno. Eppure, quante volte anche noi, che non ci infradiciamo a portare pizze a domicilio, diciamo di sentirci stanchi?

La domanda implicita di *Phi-*

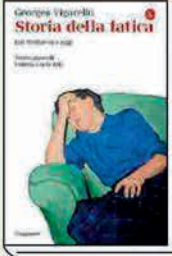
losophie Magazine non era altra che: come possiamo sentirci meno stanchi? Cinque anni dopo, e il libro di Vigarello ci aiuta a comprenderlo, non c'è ancora una risposta. Intanto l'uomo iper-moderno, insofferente a ogni limite, ma sempre

sollecitato da un ambiente iperconnesso, sta per trovarsi davanti alla "fatica" di adattare la propria specie alla rivoluzione delle Intelligenze Artificiali. Nell'at-

tesa, una lettura come questa ci invita a non cade-

re nell'illusione di pensare al futuro come un posto dove le macchine faticano e noi contempliamo, in pieno relax. Non sarà così.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Storia della fatica. Dal Medioevo a oggi

di Georges Vigarello, trad. it. di Valeria Lucia Gili, **Il Saggiatore**, Milano, 2024, pp. 528, € 35

C'è uno iato tra le alte aspettative personali e l'impossibilità della loro realizzazione

L'essere umano iper-moderno è insofferente a ogni limite, ma è costantemente sollecitato

Iperconnessione

La fatica è diventata intrinseca al nostro modo di vivere

