

COME VIVERE MEGLIO – ruolo della cultura e della musica

Remo Lucchi –

marzo 2026

IL PROBLEMA (molto noto)

Stiamo attraversando un periodo caratterizzato in modo crescente da contrapposizioni sociali, egocentrismi, ed anche violenze, a livelli mai rilevati nella storia.

E' il tema sociale più importante, perché l'esistenza di tutti è violentata mentalmente, e la vita di molti subisce conseguenze negative anche da altri punti di vista, finanziariamente, ed anche fisicamente.

Le **cause** le abbiamo analizzate più volte, e le verifiche della correttezza della diagnosi sono state oggetto di numerosi approfondimenti e conferme. Le riprendiamo.

Così come le **terapie**: studiate da più punti di vista, e costantemente confermate. Sono state anche socialmente diffuse, ma nessun intervento è stato messo in atto. In effetti si dovrebbero prendere decisioni che hanno due caratteristiche: comportano investimenti, e producono ritorni non immediati, ma nel medio-lungo termine: due caratteristiche non gradite.

In questo documento ricordiamo brevemente le cause delle quali abbiamo più volte parlato, e ci soffermiamo poi sui rimedi. Anche sui rimedi abbiamo più volte indicato le soluzioni più efficaci, ma recentissimi studi hanno proposto **ulteriori contributi di elevato interesse**, ...

... che riguardano la MUSICA, e che analizzeremo nelle pagine che seguiranno.

LE CAUSE

Le cause possono essere fatte risalire ad un insieme di accadimenti sociali che sono entrati in conflitto fra di loro nello stesso periodo. E si tratta di un periodo recente: ultimi 10-15 anni.

Sintetizziamo ciò che abbiamo più volte ricordato in recenti scritti:

- Fino a pochi anni fa – *diciamo fino al 2000* – i giovani non studiavano: più dell'80% interrompeva gli studi prima dell'adolescenza: quindi "masse", non individui, senza particolari aspirazioni
- **Negli ultimi 20-25 anni, per la prima volta nella storia, si è innescata una inversione di tendenza:** progressivamente quasi tutti i giovani hanno portato a termine gli studi medio-superiori, anche se poi solo ¼ ha proseguito fino alla laurea (per cause che vedremo)
- Lo studio medio-superiore ha comunque dato a questi nuovi individui capacità critica: sono usciti dalle "masse" e sono diventati "individui", con progettualità – *come mai era avvenuto in passato* – di un futuro professionalmente interessante (con prospettive di denaro)
- **Purtroppo, però, nello stesso periodo l'economia ha avuto contraccolpi negativi** (*le cause: globalizzazione, crisi finanziarie del 2007-2009-2013, pandemia, lockdown, Ucraina, inflazione, prezzi, ...*), che non hanno consentito – *alla maggioranza che non aveva completato gli studi* - il raggiungimento delle situazioni lavorative auspiccate (con denaro): **di conseguenza, buona parte di queste nuove generazioni è caduta nel "preariato"**
- Ma l'illusione era forte, e questo "preariato" non è stato accettato. Di conseguenza si sono avviate tensioni sociali sempre più preoccupanti: è nata una chiusura in se stessi, populismo, **egocentrismo, una forte contrapposizione, interruzione della relazionalità, gli altri sono diventati "avversari", forte interruzione dell'etica: del rispetto degli altri e dell'ambiente**
- Molte le conseguenze sociali: isolamenti, contrasti, violenze.

Ed il tutto con progressione continua, sempre più preoccupante.

CONSIDERAZIONI SULLE CAUSE

Si tratta di una fenomenologia socialmente comprensibile. Qualche considerazione.

Nella vita in cui si è inseriti, ci sono tre entità: il “se stesso”, “gli altri”, e “l’ambiente”. La priorità - e quindi *l’innesco del tutto* - è nella prima entità: il “se stesso”.

Se non vengono sviluppati investimenti sul “se stesso”, cioè se non si crea l’individuo con capacità critica, è come se la vita non si avviasse. Non si attiverebbe la capacità di progettare, di gestire, di dare un contributo alla generazione delle varie componenti della vita. E sarebbe come se le altre due entità della vita – *gli altri e l’ambiente* – non esistessero, o avessero un ruolo del tutto marginale.

Ed è quello che è successo da sempre, nel passato, fino a 20-25 anni fa: evoluzione sociale sempre molto lenta, gestita da pochissimi.

Se invece si creasse l’individuo, gli si desse capacità critica attraverso l’avvio della formazione culturale, bisognerebbe fare in modo che **le tre entità della vita** – *se stessi, gli altri, l’ambiente* – **venissero acquisite tutte e tre totalmente**, e con analoga rilevanza, pur sapendo comunque che la progressione acquisitiva dà la priorità al “se stessi”, poi “agli altri”, e per ultimo “l’ambiente”.

Bisognerebbe in ogni caso fare in modo che tutte e tre gli obiettivi venissero raggiunti, perché la presenza di tutti e tre è condizione per l’equilibrio della vita, e per viverla in serenità.

Per raggiungere questo insieme di obiettivi c’è però una sola metodologia: il completamento della formazione culturale.

Nel percorso formativo si acquisisce primariamente “se stessi” (frequenza delle medie-superiori). Se si dovesse però interrompere la formazione, le altre due componenti (“altri” ed “ambiente”) non verrebbero acquisite. E se si dovesse cadere in situazioni di disagio e precariato, la centratura su se stessi diventerebbe massima, e le altre due componenti rappresenterebbero elementi di difficoltà aggiuntiva per la propria esistenza.

Se invece si riuscisse a completare la formazione, la cultura provvederebbe a far raggiungere i **vari ingredienti della formazione di se stesso**, che favorirebbero poi l’attenzione agli altri due obiettivi. La cultura infatti provvede:

- a produrre anche **capacità professionale**, evitando futuri disagi (anche economici)
- in ogni caso arricchirebbe di **resilienza**, della capacità di gestirsi e trovare soluzioni anche in caso di difficoltà
- ad andare oltre il se stessi, e a **capire la rilevanza dell’etica ed il rispetto degli “altri”**. Lo studio fa capire il senso della integrazione: la natura ci ha fatto complementari, e solo la relazione positiva produce tutte le forme di vita (a cominciare dalla vita umana)
- a capire la **rilevanza del contesto ambientale** in cui si vive.

Ma – come già affermato - se la formazione culturale non venisse completata, si creerebbe solo il “se stessi”, e non le altre due componenti. E se nel contesto sociale – per la complessità del sistema economico, come nel momento attuale – si avessero problemi, **la difesa del “se stesso” diventerebbe prioritaria**, e gli altri elementi rappresenterebbero minaccia o disagio per i propri obiettivi. **E nascerebbero le fenomenologie di contrasto e contrapposizione, come in effetti è accaduto.**

L’INNESCO DELLE CAUSE

Anche sull’innesco delle cause abbiamo più volte parlato. **Il problema viene fatto risalire all’interruzione degli studi**, e la diagnosi della causa viene fatta coincidere con **la relazione critica che si instaura abitualmente con la scuola** (*più del 70% degli studenti dichiara una relazione non soddisfacente*).

Le analisi condotte – *come se ne è già parlato più volte* - dimostrano in realtà la **responsabilità della scuola, che è troppo rigida, impositiva, contrappositiva, non dalla parte dei giovani**. È una scuola che si rende poco desiderabile, perché non è coinvolgente.

Non adotta la tecnica del coinvolgimento emozionale, che è l'unica condizione per catturare attivamente i giovani. La parte del cervello che gestisce la memoria e la cultura – **l'ippocampo** – viene attivata solo dal coinvolgimento emozionale. Se questo non viene innescato, l'ippocampo non agisce, non c'è memorizzazione, e quindi non c'è acculturazione, e non si accende l'interesse per lo studio e per il completamento formativo.

Si può e si deve rimediare: la “vita” lo richiede in tutte le manifestazioni, perché è base della relazionalità: **la cultura è l'ingrediente basico dell'etica**, della positività della relazione, **del rispetto e della rilevanza degli altri**.

Ribadiamo perché è fondamentale: **gli obiettivi da raggiungere con il completamento della formazione culturale, oltre alla preparazione professionale, come si è più volte accennato, sono l'etica, la relazionalità positiva**.

Obiettivi che vanno raggiunti con una sequenza di rimedi, che di seguito vediamo.

E si tratta di una sorta di obbligatorietà del Sistema: abbiamo solo la vita, con l'unico obiettivo di viverla bene. Il Sistema se ne deve rendere conto da tutti i punti di vista: gli investimenti necessari dovrebbero avere la priorità su tutti gli altri investimenti, perché si creerebbero le risorse per la vita felice nel futuro del Paese. Nel caso, aiutando anche le famiglie in difficoltà, ovviamente.

I RIMEDI: “ATTORI DELLA SALVEZZA”

I rimedi consistono nell'iniettare cultura e predisporre verso l'etica, **fin dall'inizio della vita**, nel modo più corretto. La tecnica è un po' più articolata di quello che si possa immaginare, ma certamente attuabile, come peraltro hanno già adottato da tempo Paesi Europei come la Danimarca e la Finlandia (questi metodi hanno portato alla laurea – obiettivo primario – una percentuale più che doppia rispetto all'Italia).

Bisogna preparare gli individui fin dai primi anni di età, ed accompagnarli con i metodi formativi più corretti fino all'avvio dell'adulthood, quindi **dai 3 ai 23 anni**.

Schematizziamo i **4 momenti fondamentali**:

1. **Momento fondativo**: accompagnare costruttivamente gli individui, dalle scuole materne fino alle medie inferiori (dai 3 ai 14 anni), con l'obiettivo di predisporre il cervello alle due funzioni basiche: all'apprendimento, ed alla relazione. **Si fa riferimento alla Musica, “strumento” che appunto predispone alle due funzioni**:
 - **all'attenzione** (il proprio cervello funzionerà meglio negli studi) → **se stessi**
 - ed al **coinvolgimento relazionale** (gli altri sono fondamentali) → **gli altri**

Si è poi scoperto un ruolo aggiuntivo della Musica, di cui parleremo nella pagina che segue.

2. **Momento basico**: accompagnare tutti gli individui nelle scuole elementari e medie inferiori (6-14 anni), con una **seria docenza** dei valori dell'**empatia**, introduttivi dell'etica, con forte valorizzazione del tema
3. **Momento evolutivo**, cioè acquisizione dell'**etica**: accompagnare gli individui nelle medie superiori, impostando la **metodologia di docenza in una logica completamente diversa** da quella attuale, cioè dalla parte dei giovani, catturandone l'attenzione, quindi innescando in tutti **la desiderabilità dello studio. L'etica è infatti massimamente connessa alla cultura**

4. Metodologia del mantenimento dei valori acquisiti, e delle conseguenze comportamentali nella relazione, a cominciare dall'innesco della relazione, che è **la comunicazione**: questa non si deve caratterizzare solo da una sostanza (contenuti) interessante e rispettosa, ma anche da una **forma coinvolgente**. Il primo impatto, e l'attenzione, sono sempre veicolati dagli aspetti formali. L'ispirazione per gli aspetti formali viene dalla poesia, dall'arte, dalla musicalità...

L'applicazione seria di questi 4 metodi ha dimostrato che i problemi della cultura si risolvono. Quindi l'etica, il rispetto, la correttezza guideranno tutto l'agire. E la vita di tutti sarà felice.

APPROFONDIMENTO SU UN "ATTORE DELLA SALVEZZA": LA MUSICA

Nelle più recenti ricerche sociali si è desiderato approfondire **il ruolo della musica nella vita sociale**, approfondendo - *in tutte le manifestazioni della vita* - le conseguenze percettive e comportamentali in dipendenza della relazione che si ha con la musica nella vita adulta.

Le prime evidenze importanti, affatto trascurabili, sono che la relazione adulta con la musica ha radici con la **relazione seria ed attenta che si è intrattenuta con la musica nell'età pre-adolescenziale** (°):

- Se durante gli studi - *dall'infanzia in poi* - la musica ha appassionato, ha innescato familiarità con gli strumenti musicali, e con lo spartito musicale, si avvia in modo permanente la **passione per la musica**. Si viene accompagnati dalla musica in tutta l'età adulta
- Se con la musica non si innesca invece una relazione di forte vicinanza in quell'età, perché non viene studiata, o viene studiata in modo superficiale, non si innesca una passione permanente, ma si rileva solo una moderata adesione (non contrarietà, ma sostanziale indifferenza).

Quindi la positiva relazione con la musica è fortemente correlata al suo studio nell'età giovanile, fatto con serietà e passione.

Attraverso le recenti ricerche sociali sono stati analizzati sia gli adulti appassionati di musica, sia gli adulti indifferenti alla musica, per capirne le caratteristiche differenziali dai più vari punti di vista.

Strutturalmente, questi due segmenti - *da un punto di vista oggettivo* - non sono differenti: in termini socio demografici (genere, età, istruzione, status) sono del tutto paralleli.

Ma analizzando la percezione della vita in tutti i suoi più particolari riflessi, e gli stili comportamentali, le caratteristiche cambiano completamente: **presso gli appassionati si rileva una significativa relazione positiva con la vita, da tutti i punti di vista. Come non avviene presso i non appassionati.**

Qui di seguito sintetizziamo i risultati di alcune aree di analisi, articolate da vari punti di vista. I temi che analizziamo riguardano:

- A. La soddisfazione in generale per la propria esistenza
- B. L'attenzione al proprio corpo da vari punti di vista
- C. La vita professionale: attività svolta, la relazione con colleghi, il denaro
- D. La relazione con gli altri nella vita privata
- E. Posizioni verso grandi Entità sociali di appartenenza
- F. L'etica nei comportamenti

Per ogni area vengono analizzate varie tematiche, analizzando - per ciascuna - la posizione degli ...:

- ... appassionati della musica, che per ora sono il 17% della popolazione
- ... rispetto alla posizione del target degli indifferenti alla musica, che attualmente sono il 49% della popolazione (°).

(°) si ricorda che nei Paesi come la Danimarca e la Finlandia, la musica ha un'importanza fondamentale in tutta l'età pre-adolescenziale, allo stesso livello di materie come la matematica

(°) Il 34% residuale – analizzato ma non considerato in questa analisi – ha una posizione di moderata positività verso la musica: nelle varie analisi raggiunge posizioni intermedie fra i due segmenti che sono considerati.

Per semplificare la lettura dei risultati, utilizziamo la tecnica degli “**indici di concentrazione**”: per ogni variabile analizzata, la media del totale campione analizzato viene posta = 100. Rispetto a questa media, vengono analizzati i valori dei due segmenti, “appassionati” e “non appassionati”, ricordando...

- ... che i valori tra 90 e 110 non mostrano significatività differenziale
- ... i valori **sotto il 90 indicano contrazioni significative**,
- ... ed i valori **superiori ai 120 mostrano invece significative positività**.

A. La **soddisfazione per la propria esistenza**

(si tenga conto che per le cause citate in precedenza,

Indifferenti

la maggioranza della popolazione sta vivendo “momenti difficili”)

Appassionati

alla musica

alla musica

- | | | |
|--|------------|-----------|
| - Ci si sente complessivamente bene | 150 | 78 |
| - Ci si percepisce in uno status di benessere esistenziale | 134 | 86 |
| - Soddisfazione per la vita passata | 132 | 84 |
| - Ottimismo per il futuro | 148 | 79 |

B. **Attenzione alla propria persona** da vari punti di vista

- | | | |
|--|------------|-----------|
| - Attenzione alla salute | 125 | 90 |
| - Attenzione all'alimentazione | 126 | 88 |
| - Attenzione al corpo (forma fisica, ed aspetto) | 131 | 92 |
| - Pratica di attività fisica | 125 | 90 |

C. **La vita professionale: relazioni e denaro**

- | | | |
|--|------------|-----------|
| - Soddisfazione per l'attività svolta | 143 | 81 |
| - Soddisfazione per il denaro guadagnato | 141 | 85 |
| - Buona relazione con i colleghi | 122 | 83 |

D. **La relazione con altri nella vita privata**

- | | | |
|-----------------------|------------|-----------|
| - Amici | 137 | 87 |
| - Vicinato | 138 | 88 |
| - Contatti sui social | 159 | 80 |

E. **Posizione verso grandi Entità sociali di appartenenza**

- | | | |
|---|------------|-----------|
| - Soddisfazione per la Nato | 170 | 71 |
| - Soddisfazione per l'Unione Europea | 162 | 80 |
| - Soddisfazione per la Chiesa Cattolica | 150 | 83 |

F. **L'etica nei comportamenti**

- | | | |
|--|------------|-----------|
| - Rispetto delle persone e dell'ambiente | 138 | 85 |
| - Adesione all'economia circolare | 147 | 68 |

Questi risultati sono talmente chiari che non richiedono particolari commenti: la musica ha totalmente cambiato il modo di vedere la vita da tutti i punti di vista: la musica addolcisce, rende felici, migliora i sentimenti, favorisce la correttezza ed il rispetto del contesto in cui si vive.

Di certo:

- **lo studio (cambiando completamente l'impostazione), e la musica salverebbero il mondo e ci renderebbero massimamente felici**