I vizi capitali non sono da condannare. Possono essere virtuosi

Salute e Benessere

Inviato da : Lino Perrella

Pubblicato il : 6/2/2024 8:30:00

Migliorano il benessere psichico, l'intelligenza, la creativita' e l'altruismo. Vediamo nello specifico. La lussuria rende piu' intelligenti e creativi, piu' inclini ad aiutare gli altri.

I vizi fanno bene alla salute mentale. E, se commessi in piccole dosi, possono anche dare slancio all'intelligenza, alla creativita', allontanando rabbia e aggressivita'. E' quanto sostiene lo psicologo Simon Laham dell'Universita' di Melbourne che ha raccontato nel libro The Joy of Sin, un excursus ben documentato sui pregi dei sette vizi capitali che, l'autore non ha dubbi, non sono da condannare.

Anzi, se ben 'gestiti', spiega lo psicologo, migliorano il benessere psichico, l'intelligenza, la creativita' e l'altruismo.

Vediamo nello specifico. La lussuria rende piu' intelligenti e creativi, piu' inclini ad aiutare gli altri.

Â Infatti alcuni psicologi evoluzionisti sostengono che la debolezza per il piacere abbia sempre giocato nella storia dell'umanita' un ruolo importante nello sviluppo di molti aspetti interessanti della natura umana, come l'arte e la musica.

Anche la gola nutre intelligenza e altruismo. Alcuni studi mostrano che i golosi sono in genere piu' bravi nella risoluzione di problemi rispetto a chi e' sempre a dieta. Allo stesso modo mangiare dolci rende piu' disponibili nei confronti degli altri. L'avidita', continua il libro, puo' rendere piu' felice, motivato e anche piu' resistente al dolore.Sono riportati studi che dimostrano come pensare ai soldi sia un ottimo fattore motivante e invogli a portare a termine un compito anche arduo, perche' l'idea stessa induce una sensazione di autosufficienza, del tipo 'posso farcela da solo'.

E poi l'accidia: essere indolenti fa bene, dormire (oppure fare solo una pennichella) migliora memoria e creativita'. Sognare a occhi aperti accresce intuito e perspicacia. Anche l'invidia e' fonte di motivazione: confrontarsi con gli altri porta a crescere e divenire migliori. Lo psicologo, tuttavia, consiglia di evitare la competizione con persone sbagliate o l'invidia per situazioni fuori dalla portata delle proprie possibilita'.

L'orgoglio fa bene, se non scade in arroganza e narcisismo, perche' e' giusto essere fieri dei propri successi. La rabbia, invece, fa parte della natura umana e di per se' stessa puo' essere positiva perche' stimola a raggiungere i propri obiettivi e a rendersi conto delle ingiustizie. Bisogna stare attenti a non confonderla con la violenza che, secondo l'autore, e' collegata alla prima al massimo nel 10% dei casi. Laham sostiene che quando si incontra un ostacolo di fronte alla realizzazione di un obiettivo spesso ci si arrabbia ed e' proprio questa sensazione che induce a tenere duro e a ottenere il successo sperato.

La rabbia va gestita bene e incanalata in modo corretto e catartico. Solo cosi' un vizio puo' generare virtu'.

Â