Invidia Yoga e Instagram?

Autore : natyan

Data : 15 Dicembre 2019

Un viaggio nell'esasperazione dell'io!

Forse ti sembrerà illogico credere che, nonostante l'avvento dei *social* e il maggior numero di contatti possibili, molte persone, soprattutto i giovani, si sentano ancora più soli rispetto al passato.

Recenti statistiche, su scala internazionale, dimostrano che gli individui che passano più di due ore a contatto con i *social*, si sentono doppiamente soli rispetto a coloro che usano Facebook, Instagram, SnapChat, ecc. per non più di mezzora.

Tutto ciò è dovuto al fatto che passando più tempo sui *social* diminuiscono le opportunità di incontrarsi al di fuori ed il senso di frustrazione, per carenza di reali sguardi, abbracci e condivisioni profonde corrode i pensieri.

Oltre a questo c'è un livello aumentato di invidia, soprattutto nei giovani che usano maggiormente Instagram, a causa di una costante competizione basata sui *selfie*. Basti pensare al mondo dello Yoga, una disciplina che dovrebbe tendere ad un senso di Unione, oggi diventata, invece, una vera e propria gara a chi riesce a farsi fotografare nelle posizioni più acrobatiche, dove le "strafighe" con tute attillatissime e gli "strafighi palestrati" causano depressione, scoraggiamento, e anche rabbia, in coloro che non riescono ad essere all'altezza con il numero dei like.

Perciò prendiamo nota:

> L'orientamento sociale verso ciò che è sempre più in alto, provoca da un lato disistima e insicurezza e, dall'altro, narcisismo cronico, ed incide profondamente sulla salute psico - fisica dei frequentatori del dilagante palcoscenico del mondo virtuale.

Occorrerebbe allora ridurre la tendenza e rendere consapevoli il maggior numero di persone possibili, magari, inizialmente, usando proprio le stesse armi dei *social*.
Del resto, se certe cose le comunichi fuori dal virtuale, chi mai le ascolterà? Sono quasi tutti qui dentro!

Facciamo il nostro piccolo sforzo entrando nel sistema per cercare di rendere più salutare il sistema stesso!