

È stato un professore dell'Università di Stanford, John Perry, a teorizzare che la procrastinazione è positiva. Il trucco è iniziare più attività contemporaneamente: ne rinvieremo alcune per realizzare ciò che ci interessa

# Contrordine, rimanda a domani quello che potresti fare oggi

DAL NOSTRO INVIATO  
ANGELO AQUARO

**N**on fate oggi quello che potreste fare domani: anche perché domani potrebbe essere diventato inutile. Procrastinare è bello. E al diavolo i maestrini col ditino alzato e l'agenda piena di appuntamenti da spuntare. Sotto il peso degli impegni da fare rischiamo di schiattare. Ecco perché chi la spunta davvero è chi rimanda: preferibilmente a data da destinarsi.

Ma che pacchia e che salvezza l'ultima teoria psicologica in arrivo dagli Usa. E proprio perché arriva dagli Usa. La patria cioè di quell'utilitarismo che da oltre un secolo permea la cultura di questo popolo condannato all'impazienza iperproduttiva. L'aveva già capito il nostro Luigi Barzini nel suo delizioso *O America*. Fare presto e sempre più presto: è questa la chiave del successo americano. Da allora — Barzini fotografava la sua America degli anni Venti — quel modello ha invaso il mondo. Ma come ci siamo (quasi) già liberati di quell'altra tragica condanna made in Usa, e cioè la catena di montaggio, così oggi

possiamo finalmente liberarci della schiavitù della *deadline*, della scadenza da rispettare, del lavoro da consegnare in tempo e per tempo. L'anima gentile che ci strappa da questa ultima catena è un professore della prestigiosissima università di Stanford, John Perry. E la bibbia che tutti dovremmo rispettare si chiama, manco a dirlo, *L'arte di procrastinare*.

Solo qui il professore non è andato per le lunghe: limitandosi a sole 92 pagine. Ma non crediate. Dice il *New York Times* che gli sono voluti 15 anni per maturare la teoria: e soprattutto liberarsi dai sensi di colpa. Procrastinatore nato, il professore ha scoperto che non occupandosi di quello che si doveva occupare era però riuscito, nel frattempo, a occuparsi di altro. Da qui l'intuizione, *l'eureka moment*, come dicono gli americani ripescando il vecchio Archimede: e se fosse proprio il continuo procrastinare il segreto di ogni aver riuscito? Qui, per la verità, il professore ha scoperto l'anima utilitarista che il vero americano non potrà cancellare mai. Trasformando il suo procrastinare in metodo. Per riuscire in qualcosa, per portare a termine i propri compiti, spiega, non è bene rinunciare del tutto a un programma, a un'agenda. L'importante è ricorrere a un piccolo stratagemma: mettere

in testa alla lista un paio di cose che sappiamo benissimo non riusciremo mai a fare in tempo. In questo modo, ci concentreremo inevitabilmente su altro: riuscendo così a realizzare quello che vogliamo davvero.

No, non è solo un trucco filosofico. L'intuizione del professore è stata scientificamente spiegata da un altro esperto, Piers Steel dell'università di Calgary. Esaminando i comportamenti di migliaia e migliaia di soggetti, lo studioso è giunto a formulare la sua *Procrastination Equation*: e a teorizzare la "dilazione produttiva". Anche lo psicologo ricorre a un piccolo trucco: incominciare più attività contemporaneamente, in modo che procrastinare una finisca irrimediabilmente per concludere l'altra. Un metodo ingegnoso che il professore fa risalire addirittura al padre della scienza moderna, Francis Bacon, il filosofo dell'empirismo così lontano dall'immagine del pensatore con la testa tra le nuvole da essere, lui stesso, uomo d'ordine e di governo: nell'Inghilterra del Seicento. Sir Francis, che fu Lord Cancelliere, per sopravvivere in quel mondo difficile elaborò la teoria del controllo di sé mediante la contrapposizione degli affetti. Dalla contrapposizione degli affetti a quello delle agende il passo certo oggi non è breve:

ma Steel giura che funziona.

In fondo si tratta dello stesso concetto che un altro simpatico scienziato, Roy F. Baumeister, psicologo sociale nell'Università della Florida, cioè uno stato che notoriamente gode di un clima che inviterebbe a procrastinare ogni cosa, ha ribattezzato "L'alternativa del nulla". È la tecnica che usava per scrivere il vecchio Raymond Chandler. Ricordate? Papa Hemingway diceva che non bisognava smettere fino a quando non si aveva un'idea buona per ricominciare all'indomani... Balle. Due erano invece le regole del genio dell'*hard boiled*: «Primo: non scrivere. Secondo: non potere fare nient'altro». E *Il Grande Sonno* — appunto — nacque così.

E già. Gira e rigira, tra filosofi, psicologi e scienziati sociali, quelli che sull'arte del procrastinare la sanno più lunga alla fine — sarà un caso? — sono proprio gli scrittori. Ed è lo stesso professor Perry a riconoscerlo. Sapete qual è l'epigrafe della sua *Arte di Procrastinare*? L'indimenticabile lezione di quel *flaneur* che fu Robert Benchley. «Ciascuno di noi può portare a termine qualsiasi tipo di lavoro» diceva l'umorista che, Martini dopo Martini, svernava con Dorothy Parker al mitico Algonquin nei Roboanti anni Venti «basta che non sia ciò che deve fare in quel momento».

## La scheda



### IL SONDAGGIO

Un sondaggio effettuato su 24 mila persone nel mondo rivela che il 25% della popolazione è un procrastinatore cronico



### LE DIFFERENZE

I lavoratori passano un quarto della loro giornata a rinviare, gli studenti un terzo del giorno. Gli uomini più delle donne



### L'AUMENTO

I procrastinatori cronici sono aumentati di 5 volte rispetto agli Anni '70 anche a causa dei nuovi ritmi di lavoro



### LA TEORIA

John Perry ha teorizzato la "procrastinazione strutturata": portare a termine un sacco di lavori a patto di rimandarne altri

**Bisogna liberarsi della schiavitù del "fare presto e sempre più presto" e dei sensi di colpa**

## Qualcuno fa risalire questo metodo al principio del controllo di sé di Francis Bacon

