

## Introduzione\*

Per essere Felici bisognerebbe vivere. Ma vivere è la cosa più rara al mondo. La maggior parte della gente esiste e nulla più.

(O. Wilde, *L'anima umana in regime socialista*)

Fare una ricerca sulla felicità, dedicare alcuni anni della *propria vita* a studiare ciò di cui *ogni vita* vorrebbe fregiarsi costituisce, indubbiamente, un grande e raro privilegio.

Grande, perché la felicità, qualunque cosa sia, è ciò di cui ne va della vita stessa, ciò senza di cui ogni esistenza perde la propria consistenza e il proprio peso, e in assenza del quale il *vivere* si riduce a un mero *sopravvivere*. Ma un privilegio di questo tipo è anche raro, come dimostra il fatto che sono pochi gli esseri umani sulla terra a poter dedicare parte del proprio tempo a ciò che dà senso alla vita ma che, come molti malgrado tutto pensano, nella vita sembra non trovar posto, se non come un accessorio superfluo, se non come “oggetto di lusso”. Eppure va anche detto che, se poter condurre una ricerca sulla felicità, in un certo senso, è davvero un “lusso”, d'altro canto far sì che la propria vita sia felice sembrerebbe dover aspirare ad un ruolo che vada ben oltre a quello dell'*optional*. Nonostante ciò molti leggono la felicità proprio in questi termini e, pertanto, finiscono per rassegnarsi a pensare che ne possano fare tranquillamente a meno. E questo non vale solo per quei molti esseri umani che popolano la terra, la cui esistenza si esaurisce nell'orizzonte della sopravvivenza e che, più che ad essere felici, più che a viver bene, aspirano a vivere, a schivare giorno per giorno la morte.

\* La nuova edizione di questo saggio, che nel 2015 è stato tradotto da Paulus (*A Vida Feliz Humana. Diálogo com Platão e Aristóteles*), è stata resa possibile grazie anche alla preziosa collaborazione, in fase di revisione formale del testo, di Giovanni Foresta, che ringrazio molto.

Per molti vivere è già molto, non c'è dubbio, e laddove più che a vivere si “tira a campare”, laddove la nuda esistenza è una scommessa, forse il discorso sulla felicità suona quantomeno stonato. Talvolta, e purtroppo non troppo raramente, accade che la felicità appaia «come l'ultimo dei pensieri possibili»<sup>1</sup>. Come è stato giustamente osservato «la domanda sulla felicità della vita può diventare un punto di vista rilevante per l'azione solo quando la preoccupazione per la sopravvivenza immediata non assorbe tutte le sue forze»<sup>2</sup>. Osservazione giustissima, se non fosse che si “tira a campare” più spesso di quanto non si dovrebbe, anche quando si avrebbe la possibilità di alzare il tiro, di mirare più in alto.

Schopenhauer ha scritto che «le persone comuni mirano soltanto a *passare* il tempo, chi ha un po' d'ingegno a... *utilizzarlo*»<sup>3</sup>. Spesso, infatti, e talvolta anche in modo inconsapevole, la vita buona viene scambiata con il puro vivere, con una vita “minima”<sup>4</sup>, con un trastullarsi nell'esistenza fatto di energie mai utilizzate (e forse neppure mai scoperte), di occasioni sprecate<sup>5</sup>,

<sup>1</sup> S. Amati Sas, *Crimini dell'umanità e psicoanalisi: quale felicità?*, «Psiche. Rivista di cultura psicoanalitica», numero monografico: “La felicità. Può essere considerata uno degli obiettivi della psicanalisi?”, VI, 2, 1998, p. 145.

<sup>2</sup> R. Spaemann, *Glück und Wohlwollen: Versuch über Ethik* (1989), trad. it. *Felicità e benevolenza*, a cura di M. Amori, Milano, Vita e Pensiero, 1998, p. 41. «For non-human animals, life can be wretched or happy, but there is nothing much they can do about how it turns out. For human beings, by contrast, at least those who are fortunate enough to have the material resources to free them from the daily struggle for existence, there is the opportunity to reflect on how life should be lived» (J. Cottingham, *Philosophy and the good life. Reason and the passions in Greek, Cartesian and psychoanalytic ethics*, Cambridge, Cambridge University Press, 1998, p. I).

<sup>3</sup> A. Schopenhauer, *Aphorismen zur Lebensweisheit*, in *Parerga und Paralipomena: kleine philosophischen Schriften* (1851), trad. it. a cura di E. Pocar, Milano, Mondadori, 1987, 1991<sup>4</sup>, p. 29.

<sup>4</sup> «Una *vita minima* è una povera vita, scarsamente stimabile. Indica una mancanza di sfruttamento delle possibilità, una rinuncia alla vita... per debolezza vitale – biografica, non biologica – per codardia, per paura del rischio, per mancanza d'amore, si riduce la vita a un livello inferiore a quello possibile» (J. Marías, *Tratado de lo mejor*, Madrid, Alianza Editorial, 1995; trad. it. *Piccolo trattato del bene e del meglio: la morale e le forme della vita*, a cura di M. Magnatti Fasiolo, Milano, Edizioni San Paolo, 1999, p. 80).

<sup>5</sup> «Si può “scivolare” attraverso la vita senza dedicarsi ad essa con energia: non esporsi alle tentazioni, agli insuccessi, alle delusioni, agli errori, alle avversità, al dolore. Sono forme larvate di suicidio, di negazione della vita, un risparmio di ciò che si

industriandosi in ogni modo per ingannare il tempo e finendo per ingannare se stessi<sup>6</sup>. Perché il tempo, come si sa, è contemporaneamente la più preziosa di tutte le risorse e il più pesante di tutti i vincoli, e di questo tempo, da cui ogni vita è scandita ma che nella vita buona sa diventare anche ritmo e armonia, si deve far tesoro.

Ciò che stupisce, in questo senso, è la reazione di fronte al fatto che qualcuno abbia potuto eleggere a tema della propria ricerca proprio la felicità. La maggior parte delle persone rimane sorpresa o addirittura infastidita di fronte al fatto che si possa studiare un tema tanto affascinante (perché sul fascino di questo tema nessuno sembra nutrire dubbi) quanto aleatorio, svincolato dalla vita, un oggetto da favole, da romanzi d'appendice, da finale di storie per bambini («...e vissero felici e contenti») a cui nessun adulto, che non fosse del tutto ingenuo o un po' pazzo, dovrebbe credere.

Quanto sarebbe più sensato, si sente talvolta rispondere, utilizzare il proprio tempo in ricerche su temi sicuramente meno affascinanti ma certamente più utili per la vita di ogni giorno, miranti a limitare e a combattere l'infelicità, quell'infelicità così drammaticamente facile da sperimentare, «dato che fonti di sofferenza sorgono dal nostro stesso corpo, con la malattia e il deperimento, dal mondo esterno e dalle relazioni con i nostri simili»<sup>7</sup>.

Per certi versi è vero: di fronte agli studi volti a prevenire e fronteggiare catastrofi naturali, di fronte ad autorevoli ricerche mediche, scientifiche e tecnologiche che hanno l'obiettivo di arginare o guarire malattie che affliggono gli esseri umani, che

può fare, in tutti i campi... Spesso si tratta dell'*avarizia* vitale, dell'incapacità di dare, che è principalmente darsi» (Marias, *Piccolo trattato* cit., p. 81). Al contrario, perché una vita riesca, occorre «spendersi» senza risparmiarsi, dato che «la felicità, la riuscita della vita non può in alcun modo avere un prezzo troppo alto» (Spaemann, *Felicità* cit., p. 18). «La riuscita della vita, al contrario di tutto ciò, non ha “costi esterni” tali che si possa dire, una volta raggiunta, che non ne sia valsa la pena» (Spaemann, *Felicità* cit., p. 33).

<sup>6</sup> «La nostra è una società composta da individui notoriamente infelici: isolati, ansiosi, in preda a stati depressivi e a impulsi distruttivi, incapaci di indipendenza, in una parola *esseri umani ben lieti di poter ammazzare il tempo che con tanto accanimento cercano di risparmiare*» (E. Fromm, *To Have or to Be* (1976), trad. it. di F. Saba Sardi, *Avere o Essere*, Milano, Arnoldo Mondadori Editore, 1977, 1993<sup>7</sup>, p. 16).

<sup>7</sup> Marinelli, *La ricerca della felicità tra illusione e creatività*, «Psiche» cit., p. 69.

contribuiscono a migliorare le condizioni di vita dell'umanità intera, che apportano cambiamenti ai sistemi di comunicazione, all'economia, alla stessa percezione del mondo, sembra che riflettere sulla felicità sia ben poca cosa. Qualcosa di intangibile e inafferrabile, di non quantificabile e, dunque, inutile.

Eppure non c'è niente che l'uomo desideri più che essere felice. Tutti gli uomini, dicevano Platone e Aristotele, desiderano essere felici, e tendono alla felicità più di ogni altra cosa: la felicità è il fine ultimo di ogni esistenza.

Ma, di nuovo, di fronte a domande del tipo: "Che cos'è la felicità?", "Come la si può raggiungere?" gli uomini sembrano scappare<sup>8</sup>, come se temessero di essere colti in fallo per il fatto di non saper rispondere, per aver vissuto per anni desiderando qualcosa che forse non c'è o che, pur essendoci, probabilmente è irraggiungibile. O come se temessero di essersi illusi, di vedere miseramente smascherato e infranto il loro sogno, o come se si vergognassero per il fatto stesso di aver sognato. C'è anche chi, della felicità, paradossalmente, ha paura. «Possiamo avere paura della felicità, essa ci può essere vietata dalle nostre istanze morali e parimenti dai vincoli, giudizi, sistemi etici che ci legano agli altri, a un'epoca, a una cultura»<sup>9</sup>.

Di fronte a domande sull'oggetto della felicità o sulla possibilità di raggiungerla, capita anche che si risponda con altre domande, con interrogativi carichi di amarezza e di rinuncia: "Per te esiste la felicità?", oppure "Ma tu ci credi ancora?" (dove quell'"ancora" testimonia la credenza in una felicità intesa come desiderio puerile, destinato a svanire di fronte alle disillusioni della vita matura).

<sup>8</sup> «Il rifiuto più o meno cosciente di affrontare il tema della felicità corrisponde in sostanza ad una rimozione, a un tabù. Infatti (e questa è un'altra pesante contraddizione), non sarà forse immorale o pericoloso cercare la via della felicità? Non sarà forse egoismo bello e buono? La ricerca del Graal non è forse una chimera? Non si rischia forse di bruciarsi le ali a voler volare troppo in alto, fino alla felicità? Noi la desideriamo ma una paura vagamente superstiziosa ci vieta di ricercarla in maniera troppo manifesta» (Boiron C., *La source du bonheur est dans notre cerveau*, Paris, Editions Albin Michel, 1998; trad. it. *Le ragioni della felicità. Contenuti e definizioni del piacere e della felicità: nuove ipotesi*, a cura di P. Chiarini, Milano, Franco Angeli, 2001, p. 10).

<sup>9</sup> D. Chianese, *Del destino e della felicità*, «Psiche» cit., p. 25.

Altri rispondono con delle frasi fatte, sempre ripetute ma forse mai capite o mai credute vere. Altri ancora rispondono con degli stereotipi<sup>10</sup>, con modelli di vite splendide e felici, universalmente (quanto a-criticamente) accettati: felicità è ricchezza, bellezza, potere, salute, amore, e così via.

Molti, probabilmente, alla felicità ci pensano, magari affacciandosi alla domanda in momenti isolati della vita, di fronte a fatti straordinari o drammatici. Allora può capitare che la domanda irrompa come un lampo nel grigiore dell'esistenza quotidiana, ma che subito venga archiviata, con l'idea che ci siano cose più importanti e più concrete a cui pensare, e che sia meglio non lasciarsi andare a questi sentimentalismi oziosi e un po' *démodé*. Perché forse la felicità esiste, ma è per pochi, o copre uno spazio troppo breve dell'esistenza per uscire dal suo ruolo di esperienza di nicchia.

La vita, come si sente spesso dire, è un'altra cosa. Ma se la vita non è imparentata con la felicità sin dal suo inizio, se la vita, sin dalla sua origine, non fosse assunta allo scopo di essere ben condotta, se l'uomo, insomma, venisse al mondo unicamente per vivere e per schivare la morte giorno dopo giorno e non anche per vivere bene, allora l'uomo, per dirla con Leopardi, dovrebbe davvero essere consolato per il fatto di essere stato generato<sup>11</sup>.

<sup>10</sup> «Il cervello limbico è sensibile alla *pubblicità*: se nei giornali o alla televisione ci viene ripetutamente mostrato un certo tipo di donna, soprattutto se associato agli stereotipi della felicità (sensualità, dolcezza, femminilità, indipendenza, potere, denaro, maternità, famiglia), i nostri cervelli limbici finiscono per essere automaticamente attratti da quel tipo di donna. Gli uomini e le donne sono attratti in modo simmetrico: gli uomini vengono indotti a credere che quell'aspetto sia garanzia di dolcezza, femminilità, sottomissione, e si fa leva così sui loro desideri rettiliani (sensualità) o sui loro bisogni gregari (dominazione). Le donne, stimolate nel loro condizionamento di seduzione (gregario o acquisito), sono invitate a conformarsi a quegli stereotipi. Ecco come la pubblicità parla ai nostri programmi limbici senza che noi ce ne rendiamo sempre conto: «Se indossate quel determinato abito sarete amati, ammirati; con quel determinato profumo, quel gioiello, quella pettinatura, quella macchina, quella marca di detersivo o di prodotti surgelati sarete amati, ammirati, e quindi felici» (Boiron, *Le ragioni* cit., p. 89).

<sup>11</sup> «Nasce l'uomo a fatica,/ ed è rischio di morte il nascimento./ Prova pena e tormento/ per prima cosa; e in sul principio stesso/ la madre e il genitore/ il prende a consolar dell'esser nato» (G. Leopardi, *Canto notturno di un pastore errante dell'Asia*, vv. 39-44, in *Canti*, a cura di G. Ficara, con uno scritto di G. Ungaretti, Milano,

In realtà la domanda “che cos’è la felicità?” non è una domanda come le altre, ma è una delle poche domande, se non l’unica, in cui ne va della vita stessa. Non possiamo interrogarci sulla felicità senza interrogarci in primo luogo su noi stessi, sulla nostra vita, su ciò che siamo e su ciò che vorremmo essere.

Nella *Repubblica* platonica Socrate afferma che indagare sulla felicità non è affatto una domanda di poco conto, perché significa interrogarsi *su come si deve vivere*<sup>12</sup>. Nella ricerca sulla felicità la vita è insieme soggetto e oggetto d’indagine<sup>13</sup>, punto di partenza e obiettivo finale, domanda e risposta, perché è dalla vita che attingiamo le nostre domande ed è vivendo che rispondiamo ad esse.

La felicità non è, pertanto, svincolata dalla vita, ma è la vita stessa, quando viene vissuta al meglio: si è felici perché si vive bene, perché la vita ha acquisito un peso, una direzione, un orientamento, perché la vita si è affrancata dalla sua nudità, dalla sua esposizione alla morte, dalla semplice e anonima *sussistenza*, trasformandosi in una vita dotata di senso, in una individuale e particolarissima *consistenza*.

La ricerca sulla felicità, quindi, non è affatto di poco conto, e non lo è, sia nel senso che non è per nulla semplice, sia nel senso che non è per niente inutile; forse una ricerca più discreta e meno eclatante di altre, ma non meno utile, dato che ciò per cui ne va della nostra vita non può mai essere inutile. Ecco perché si può dire che «il problema della vita *nel suo complesso*, a qualcuno di noi può sembrare meno impellente di quanto non

Mondadori, 2018). Come ha affermato Savater: «Quello che mi interessa non è se c’è la vita dopo la morte, ma che ci sia vita *prima*. E che questa vita sia buona, non semplice sopravvivenza o continua paura di morire», F. Savater, *Ética para Amador*, Barcellona, Editorial Ariel, 1991; trad. it. *Etica per un figlio*, a cura di D. Osorio Lovera e C. Paternò, Roma-Bari, Laterza, 1992, p. 111.

<sup>12</sup> «A questo punto, però, bisogna considerare il problema che ci eravamo prefissi di trattare per ultimo, e cioè se è vero che i giusti vivono meglio degli ingiusti e in modo più sereno... Comunque il discorso va approfondito, perché non si tratta di quisquiglie, bensì del criterio in conformità del quale bisogna vivere» (Platone, *Repubblica I*, 352 D 2-7, trad. it. di R. Radice, in Platone, *Tutti gli scritti*, a cura di G. Reale, Milano, Bompiani, 2000 (Il Pensiero occidentale).

<sup>13</sup> Come ha osservato Fromm: «nell’arte di *vivere*, l’uomo è insieme l’artista e l’oggetto della sua arte; lo scultore è il marmo, il medico è il paziente».

sembrasse a Socrate. Eppure la sua domanda ci incalza ancora oggi e reclama l'impegno a riflettere sulla nostra vita *nel suo complesso*, e cioè nella totalità dei suoi aspetti e in tutta la sua profondità»<sup>14</sup>. Da questa domanda incalzante prende avvio la nostra ricerca.

<sup>14</sup> B. Williams, *Ethics and the Limits of Philosophy* (1985), trad. it. *L'etica e i limiti della filosofia*, a cura di R. Rini, Roma-Bari, Laterza, 1987, p. 7.