



Storia del mal di vivere Dalla malinconia alla depressione

Georges Minois

pagg. 352, Edizioni Dedalo, 2022

di **Serena Martelli**
Avvocato

Un accurato e meticoloso saggio sul malessere dell'uomo così come è stato concepito da storici, sociologi, filosofi, artisti e letterati nel corso dei secoli fino ad oggi. Un'attenta analisi da Erodoto a Schopenhauer, passando attraverso Shakespeare, Michelangelo, Dostoevskij e Twain sul concetto di "mal di vivere" e sulle sue cause.

George Minois, noto storico francese, con un linguaggio didattico e sobrio si sofferma dapprima ad esaminare la percezione nell'antico mondo greco della cosiddetta "malinconia", considerata come uno stato d'animo negativo causato dalla prevalenza all'interno dei quattro umori dell'essere umano (la flemma, il sangue e la bile gialla) della bile nera, per poi analizzare "l'inquietudine degli illuministi" descritta come uno stato psicologico, una sofferenza morale che provoca un desiderio, una mancanza di agio e di tranquillità dell'animo determinata da una cattiva circolazione del sangue.

L'Autore si intrattiene poi sulla nozione di mal di vivere romantico e preromantico, per esempio dei giovani che non riescono a tro-

vare sfogo alla loro energia e che non hanno grandi cause da affrontare, ma vivono in insieme di esaltazione irrealistica e disillusione, noia ed impazienza, di solitudine e bisogno di azione, di sentimenti morbosi e di fame di vita. Si arriva quindi a considerare lo spleen del 1800 ovvero sia un'angoscia sia fisica sia metafisica che risulta tipizzata da un senso di soffocamento e scoramento, apatia e disgusto, una paura perpetua d'infelicità dai contorni vaghi e nella seconda metà del XIX secolo al nichilismo, una corrente di pensiero caratterizzata dallo scetticismo assoluto che porta a dubitare addirittura dell'esistenza del mondo e dal pessimismo integrale per arrivare all'assunto secondo cui il mondo non dovrebbe esistere. Da ultimo si prende in considerazione la depressione così come sentita nel XX secolo: uno stato dell'essere caratterizzato dalla mancanza di volontà, dalla diminuzione dell'interesse e del piacere, dal senso di colpa ed indegnità e dall'incapacità a concentrarsi. Stato d'animo di cui si individuano varie cause: una predisposizione genetica, un riflesso di autoconservazione, dal risultato derivante dalla differenza tra un nuovo ambiente e determinate capacità cerebrali che non si sono evolute in tempo.

Si evidenzia, tuttavia, che mentre il mal di vivere nel mondo greco romano ha una connotazione positiva agli occhi degli intellettuali perché intesa come una disposizione naturale che conferisce all'individuo capacità fuori dal comune, la depressione nel XX secolo viene demonizzata e considerata come uno stato d'animo da combattere con ogni mezzo.

La domanda che permea tutto il libro è se la depressione sia un'espressione tipica

dei nostri tempi ovvero costituisca una caratteristica insita nell'essere umano. Dopo il suo accurato excursus l'Autore conclude sostenendo non solo che il mal di vivere esiste da sempre, ma anche che, in realtà, tale stato d'animo costituisca la sola ragione per vivere in quanto segno del progresso e del pensiero umano. Per Minois chiunque inizi a pensare è un potenziale pessimista ed è per questo che è necessario lottare contro l'atteggiamento di una società edonistica che combatte i depressi apatici e gli intellettuali pessimisti come fossero virus. Il progresso del pensiero è infatti inseparabile dal progresso del mal di vivere e pertanto diventa fondamentale lottare contro il tentativo di far regredire l'umanità verso la mera animalità, convincendola a perseguire bisogni artificiali in continua evoluzione.

Concludendo, questo libro costituisce un elogio del mal di vivere che in un periodo storico così complicato come quello che ci troviamo a vivere può fornire al lettore un utile strumento per razionalizzare il proprio stato d'animo negativo e collocarlo nella giusta dimensione, arrivando addirittura a beatificarlo.

