

LIBRI, INCONTRI, CLASSIFICHE NEGLI ULTIMI TEMPI RIFLETTIAMO E TEORIZZIAMO SEMPRE DI PIÙ SULLA RICERCA DELL'EDEN IN TERRA

«Vuoi essere felice? Goditi la tua infelicità»

La sacerdotessa della gioia e il manifesto del ben-essere

di ENRICA SIMONETTI

Si chiama Amma Amritanandamayi, ma per tutti è la sacerdotessa della felicità: abbraccia uno a uno i suoi seguaci, che sono ben 30 milioni nel mondo e afferma di stringerne a sé circa 800 mila all'anno. Quando è arrivata a Milano, poche settimane fa, questa «mamma» indiana di 57 anni, tonda e affettuosa, è stata capace di attirare al suo rito diecimila persone, tutte in fila per poter sprofondare qualche attimo nelle sue braccia e sentirsi bene. Un record, in tempi in cui la felicità di abbracciarsi non sembra rientrare tra le priorità umane, non è citata dalle statistiche, non è compresa nel nostro paniere dei beni agognati. Eppure, sembriamo tutti assetati di contentezza: la vorremmo a portata di mano, con un sei azzecato al Superenalotto, con un amore da favola, con un viaggio fantastico. Caccia alla gioia, come caccia all'oro: proliferano i guru che predicano giubilo, si riempiono gli ipermercati e tutti gli altri templi destinati ai consumatori di felicità terrene e materiali; nascono gruppi, addirittura palestre di felicità, o vere e proprie terapie, come quella sdoganata al Festival della Scienza di Genova, il «Laughter yoga», lo yoga della risata, con tanto di studi e dimostrazioni sul sorriso e sul benessere. Che tristezza, la felicità da imparare a lezione.

È non solo. In Inghilterra sta per avere il battesimo ufficiale un altisonante Movimento per la Felicità, i cui ideatori sono alcuni intellettuali che si basano su una semplice evidenza: «L'aumento della ricchezza materiale in Occidente non è riuscito a produrre una società più felice». Una teoria che può sembrare lapalissiana, ma in questo caso supportata da cifre e da studi, secondo cui dal 1950 il tasso di felicità in Gran Bretagna e negli Stati Uniti, non è salito, anzi è calato vorticosamente. All'opposto, l'altro giorno le risposte degli italiani al sondaggio sul grado di felicità: avrebbero dato un voto medio di 7,2 alla propria vita.

Ma la felicità si può misurare? Ha a che fare con il benessere o no? E poi, chi ha mai detto che l'essere felici sia la stessa cosa per tutti? Non può esistere un concetto unico di piacere, sarebbe come intruppare la gente nella voglia di realizzare la stessa orrida sequela di obiettivi, sarebbe come se ci sentissimo un giorno felici come il Berlusconi *tombéur de femmes* e un altro esultanti come un poeta che ha vinto il premio Nobel. Non c'è una sola felicità, ognuno ha le proprie mire, la

propria misura e qualità di bene da desiderare. Ce lo insegnano gli antichi greci, i quali per indicare l'essere felici, utilizzavano ben quattro parole diverse: una dedicata alla gioia divina (che si chiamava *makar*), e le altre per la beatitudine dei morti, per la fortuna, per la prosperità. Lo ricorda Luciano Canfora aprendo il volume dello storico francese Georges Minois *La ricerca della felicità dall'età dell'oro ai giorni nostri* (edizioni Dedalo), uno dei tanti libri usciti in questo periodo sul concetto del ben-essere e del ben-vivere che sembrano il miraggio nel deserto delle nostre esistenze. La storia della gioia non è lineare, anzi. Filosofi e santi assegnavano alla felicità ruoli ed interpretazioni controverse fino ad identificarla con l'essere

totalmente assorbiti da un'occupazione oppure con la morte «il più presto possibile». Per gli economisti, felicità è disponibilità di bilancio positivo collegabile al PIL della nazione. Per l'Oms, felicità è vivere una vita lunga e sana, essere istruiti, avere un decente standard di vita. Mentre, se guardiamo alle classifiche delle città in cui si vive meglio, ecco che i dati diversi vengono pescati spaziando dalla quantità di occupati alla percentuale di smog e di presenza di asili nido.

Insomma, le teorie sono tante ma affondano nella stessa natura dell'uomo e nella sua storia. Ed è questo che il volume di Georges Minois esplora, partendo dal «sogno di felicità» degli antichi e dal mito sumero (4.000 anni fa) della contrada paradisiaca di Dulmun, andando poi a raccontare il mito pagano dell'età dell'oro e della stirpe aurea, una razza differente dalla nostra, che Zeus si impegna a distruggere per rimpiazzarla con quella di argento, degli eroi e del ferro. Ecco la storia che ci spiega: il susseguirsi di razze non fa che sottolineare la caducità della felicità terrena e le difficoltà-impossibilità di conservarla, qui ed ora.

Se guardiamo al passato, felicità e infelicità - spiega l'autore - si sono alternate come in un gioco di luci e ombre: dalla gioia proibita del Medioevo alla nuova età dell'oro del Rinascimento quando si contrappongono l'utopia, il *carpe diem* e le Beatitudini. Pascal cercava la «grande illusione»; i sanculotti inseguivano la gioia della rivoluzione.

Minois si chiede se oggi sia giunto il «mito dell'età dell'oro al capolinea» e suggerisce una via d'uscita: «Il segreto di una buona vita sta nell'infischiarci della felicità... non c'è nulla che si insegua con maggiore accanimento di un'illusione, un sogno, un mito, un fantasma, una chimera».

Una tesi di rinuncia, che guarda caso fa da sfondo anche ad un'altra opera sullo stesso tema, il volume di Paolo Crepet *Perché siamo infelici* (Einaudi ed.), in cui intervista e ascolta scienziati e intellettuali come Maurizio Andolfi, Vittorino Andreoli, Edoardo Boncinelli, Eugenio Borgna, Bruno Callieri. Si scoprono molte cose interessanti tra cui la definizione di Boncinelli sulla infelicità che «ci duole ma ci spinge. È un rinforzo di motivazione, è fisiologica e evolutiva». Con una conclusione generale: «Vuoi essere felice? Goditi la tua infelicità. Chi è infelice è felice; chi è felice è infelice».

E dire che Epicuro nella lettera a Meceneo, molto prima che nascessero le inutili «fabbriche» attuali di felicità, scriveva: «Mai si è troppo giovani o troppo vecchi per la conoscenza della felicità. A qualsiasi età è bello occuparsi del benessere dell'animo nostro». Una felicità interiore ben diversa da quella che - giovani e vecchi - inseguiamo come chimera.

Un economista, Stefano Bartolini, ha scritto un altro libro della serie, che ha un titolo impegnativo *Manifesto per la felicità. Come passare dalla società del ben-avere a quella del ben-essere* e un programma ben preciso di arricchimento delle relazioni interpersonali come molla per la felicità. Forse bisogna credere alla gioia per inseguirla, evitando di comprarla ma riconoscerla quando ci è a portata di mano e non lo sappiamo. Il grande poeta Mario Luzi ha evitato la fatica con un verso: «non credo nella felicità».

Libri, da Tolstoj a oggi

Il Piccolo momento allegro

Secondo Alessandro Piperno, la letteratura è il luogo deputato alla felicità. Lo spazio in cui l'emozione si misura in diretta, altro che tv: ecco l'ansimante Kostantin Lévin descritto da Tolstoj in «Anna Karenina», pronto a incontrare il suo amore Kitty. Ecco il trionfo sessuale di Rastignac del «Papà Goriot» di Balzac. Il lettore divora una felicità che in realtà non esiste, o che è esistita e quindi è permanente, sostiene l'autore. Chi invece è andato a caccia di felicità di sicuramente minore entità è Francesco Piccolo, lo scrittore che tempo fa ha pubblicato ne «L'Italia spensierata» un ironico reportage da luoghi di finte gioie, come può essere un cinema superaffollato la sera di Natale per il cinepanettone. Ora, Piccolo pubblica «Momenti di trascurabile felicità» (Einaudi) ed è la stessa ironia a raccontare il gaudio terreno. Un esempio? Tra gli spunti di felicità, Piccolo inserisce l'assistere alle minirisce per strada, quelle con le moglie che poi intervengono e gridano. Oppure, la pigra felicità di essersi perso un concerto jazz: a casa, a volte, si è più felici.

[e. sim.]

ASSETATI DI CONTENTEZZA PERCHÉ SCONTENTI

Si chiama Amma Amritanandamayi, è indiana, abbraccia uno a uno i suoi seguaci (sono ben trenta milioni nel mondo) e a Milano ha fatto furore

Un 6 al Superenalotto,
un amore da favola,
un viaggio fantastico...
Cosa desideriamo?

Fra lo «yoga della risata»
e la «Storia» di Minois, gli
italiani assegnano il voto
di 7,2 alla propria vita





LA GURU DELLA FELICITÀ
L'indiana Amma con uno dei suoi seguaci. In alto, Pierre-Auguste Renoir, «La colazione dei canottieri», un quadro simbolo di serenità e allegria (1881). A sinistra, una scena del film «La ricerca della felicità» (2006) di Gabriele Muccino, con Will Smith e suo figlio Jaden