



Dodicesimo Corso dei “Simposi Rosminiani”:  
«*Felicità e cultura dell'anima*»  
Stresa, Colle Rosmini, 24-27 Agosto 2011

## L'edificazione di sé. Istruzioni sulla vita interiore

Salvatore Natoli



1. *Raptim, quasi per transitum: felicità e transitività del bene*

La felicità è, per usare una formula cara agli antichi, il *fine* umano per eccellenza. Tuttavia è convinzione comune che non sia affatto di questo mondo. Di questo, ne sono certo convinti coloro che credono esista un altro mondo a compensazione di questo. Ma ad esserne parimenti persuasi – e ne fa specie – sono anche coloro che ritengono non vi sia altro mondo che questo. E qui la questione si fa più complessa. Ad ogni modo, in genere e per lo più, si ritiene che la felicità non ci appartenga e che, quando c'è, è fatta solo di attimi. Per dirla con Agostino ne facciamo esperienza *raptim, quasi per transitum*, viene e passa e come ci afferra così ci abbandona. Si è felici per caso.

D'altra parte i Greci per dire felicità impiegavano il termine *eutuchia* che possiamo ben tradurre con “buona sorte”, anche se d'abitudine e più frequentemente impiegavano il termine *eudaimonia*, quasi a dire “demone favorevole”. Ma anche in questo caso alludevano a qualcosa di concesso e perciò d'occasionale. Tuttavia il termine *daimon*, suggerisce qualcosa di più. Questo ci risulta più chiaro se si presta un attento ascolto al celebre frammento d'Eraclito: «per l'uomo il *carattere* è il suo *destino*». Ogni uomo possiede, infatti, un suo demone, anzi vi coincide. Se ciò è vero, la felicità lungi dal risolversi in «ciò che ci accade» – e che perciò non è in nostro potere – si realizza effettivamente in ciò che *facciamo accadere*, di cui siamo autori. È, infatti, frutto del lavoro che esercitiamo su noi stessi e che ci rende capaci di trasformare gli eventi labili in “bene stabile”: capaci, dunque, non solo d'attingere la felicità, ma anche di mantenerla. Perché questo si realizzi, è necessario mettere mano all'*edificazione di sé* o, per dirla con Marco Aurelio, alla costruzione della nostra «cittadella interiore». Che – e lo vedremo – non è affatto una rocca solitaria. Con il termine *edificare* intendo, dunque, quel lavoro di strutturazione del proprio carattere – psicanaliticamente si direbbe *personalità* – unica via per divenire ciò che davvero si è o, per dirla con Aristotele, per attingere il fine della nostra stessa esistenza, ciò per cui siamo fatti: la *felicità*. Nel delineare tappe e tempi di questo cammino, prendo quindi le mosse

proprio dalla felicità, intesa, almeno in via preliminare, come semplice *dato d'esperienza*, come *condizione* e non come “idea” e neppure come “fine”. Cerco, infatti, di coglierla in quelle modalità primarie, e direi fisiche, con cui gli uomini abitualmente la sperimentano. In breve *come* si sentono gli uomini *quando* si sentono felici?

La felicità, per quanto transitoria, l'abbiamo più o meno tutti sperimentata e sappiamo cos'è. Ci è capitato, infatti, di vivere “stati di grazia”: il balzare del cuore nell'incontro con una persona da tempo attesa, desiderata e finalmente ritrovata, un inaspettato successo, lo sbocciare di un amore. Ma a ben considerare, in tutte queste situazioni ciò che ci procura una sensazione di felicità è propriamente quello *scarto* che si dà tra il nostro stato abituale e quello in cui ci veniamo a trovare. E talvolta senza averlo neppure voluto o immaginato. Infatti, paradossalmente, a procurarci la felicità è molto spesso la mancanza da non intendere però come assoluta privazione, ma piuttosto come impulso o spinta. Se, infatti, siamo privi di ciò che desideriamo o non riusciamo a raggiungerlo accumuliamo tensione – e questo ci procura sofferenza – che però si scarica quando l'oggetto desiderato vien raggiunto. Di qui l'acquietamento. Ebbene, gli uomini, in genere, danno il “nome di felicità” proprio allo *scarto* tra carica e scarica che non può che essere momentaneo. Per questo dicono che la felicità è transitoria. Per altro è da notare che dall'antichità fino a Freud – e oltre – si discute se la felicità risiede esattamente nella scarica – e di qui il suo carattere di istantaneità – o non piuttosto nelle *quiete* che alla scarica subentra o altrimenti detto nella *pace conseguente*. Vi sono, infatti, culture per le quali la felicità perfetta non risiede tanto nella realizzazione del desiderio – che una volta soddisfatto riemerge più potente che prima – ma nella liberazione da esso. Ma una tale pace in che differirebbe dalla morte? Non affronto qui questo tema, ma non v'è dubbio che il modello freudiano della *scarica* dà in qualche modo conto delle ragioni per cui gli uomini intendono la felicità come un “evento transitorio”.

La felicità, presa *prima facie*, corrisponde al sentimento della nostra illimitata espansione. Nella storia dell'umanità la felicità la si è fatta, spesso, coincidere con il piacere e, in particolare, con quello sessuale. Non a caso l'atto sessuale è stato da sempre ritenuto il piacere *per eccellenza* tanto che Platone nel *Filebo*, nell'affrontare il tema della felicità scrive: «Partiamo da Afrodite». Platone nell'evocare Afrodite si riferiva in generale ai piaceri d'amore e quindi, di tutta evidenza, al piacere sessuale in senso stretto. L'atto sessuale, infatti, per la sua dinamica ascendente, la sua pervasività e intensità dà la sensazione immeditata e diretta di un'illimitata espansione. Certo, un'attenta fenomenologia mostra che vi può essere un piacere senza felicità, anche se non c'è felicità senza piacere. I piaceri d'amore, infatti, attingono un loro punto alto d'intensità nel *piacere d'amare*, ossia in quel singolare piacere che gli amanti hanno di perdersi gli uni negli altri, nella loro voglia d'abbandono. In questo caso la reciproca coesistenzialità è tale da dare perfino dolore, cosa difficilmente reperibile nei piaceri sessuali correnti. Credo dunque che la parola più giusta per denotare questa condizione sia *struggimento*: è come un non sentirsi all'altezza dell'altezza a cui si è pervenuti e tuttavia volervi permanere. In ciò nulla d'eterno in termini di durata temporale, ma certamente in termini d'intensità: in questo stato capita agli uomini di toccare l'eterno. Una variante di questo stato è l'esperienza mistica, e nella specie la mistica sponsale. Ma in che consiste questo *perdersi*? Finora abbiamo parlato di attimo e tuttavia non lo abbiamo descritto sufficientemente; ci siamo soffermati sulla genesi e non sull'interno di quest'esperienza, sulla sua natura propria. Ora, a ben considerare cosa accade quando ci si sente felici? Il tempo si ferma o resta comunque sospeso. Si pensi a tutte quelle situazioni in cui si vive una sensazione di pienezza: le ore passano e non ce ne rendiamo conto, il tempo è come fermo; ce ne accorgiamo quando ci si congeda, ci sembra che il tempo non sia neppure trascorso, che sia volato via quasi a nostra insaputa. Infatti, nella pienezza dell'attimo il tempo *si fa spazio*. Per descrivere questa condizione Rilke trova un'espressione bellissima: la *pura durata*. Vi sono musiche che hanno questa caratteristica: insistono su una «nota tenuta» e ciò dà la sensazione di un fluire senza variazione e perciò di un tempo che scorre pur sembrando fermo. D'altra parte i Greci per dire che gli Dei – a differenza degli uomini – vivono felici, usavano l'espressione *reiazootes*: la loro è una vita che non patisce interruzioni, scorre continua e senza ostacoli. Nel momento in cui ci sentiamo felici entriamo nel senza tempo, viviamo in una sorta d'eternità e ci accorgiamo che è fatta di attimi solo quando svanisce. Ciò spiega perché Aristotele per dare un'immagine della vita di Dio diceva che è come quella degli uomini *quando si sentono felici*: solo che Dio lo è sempre, gli uomini qualche volta.

Giunti all'acme gli uomini non reggono a lungo: cedono, rientrano nel ritmo abituale del tempo che – come è noto – consuma. Tuttavia hanno appreso cos'è la felicità perché ne hanno fatto esperienza. E

l'hanno fatta certamente, qui, nel mondo. D'altra parte non potremmo neppure sperimentare la perdita se, in qualche modo, non avessimo conosciuto la pienezza. Come dice Eliot: «lì sono stato». Ma la felicità, una volta sperimentata si trasforma in *méta* e la si ricerca. Perché? Perché la vita vuole sempre se stessa e *si vuole eternamente*. Ma questo cosa significa? Se poniamo la questione della felicità in questi termini ci accorgiamo che essa, pur non cessando d'essere un sentimento, viene a dislocarsi in una dimensione più profonda dell'emozione e direi, per questo, più originaria.

## 2. Felicità e virtù

Per descrivere questo movimento riprendo ora con maggiore accuratezza la semantica della felicità. Ho, infatti, segnalato fin dall'inizio che il greco per dire felicità impiega due termini: *eutuchia* e *eudaimonia*. *Eu / tuchia* – da *tunchano*, accadere – vuol dire caso favorevole, buona sorte. *Eu / daimonia* per molti versi può essere considerato un sinonimo: vuol dire – come sopra s'è detto – un dio favorevole, un demone propizio. Ora per i Greci il demone non è esattamente un dio, ma è piuttosto una potenza intermedia tra dei e uomini. Quando, infatti, Socrate parla di *daimon*, non si riferisce affatto ad una potenza esterna, ma piuttosto alla potenza che noi stessi siamo. Dobbiamo solo saperla amministrare. L'*eudaimonia*, a questo punto, diventa un affare nostro e per gestirlo e portarlo a soluzione è necessario uno stretto e attento lavoro su noi stessi, in breve si tratta di praticare la virtù. Ma che di virtù stiamo parlando? Per chiarirlo è necessario sgombrare, preliminarmente, il campo da formule stereotipate e vietati luoghi comuni. Per condotta virtuosa qui intendo il *governo di sé* e perciò non tanto la conformità a norme esterne – e meno che mai con tutto ciò che ha che fare con la mortificazione – quanto piuttosto la capacità di *dare norma a se stessi*. Non a caso i Greci per dire virtù impiegavano il termine *areté*: deriva dalla radice indoeuropea *ar*, da cui il latino *ars*. Per loro essere virtuosi significava essere capaci d'inventarsi la vita, di costruirselo come fosse un'*opera d'arte*.

A questo punto credo si intuisca ormai con chiarezza che la felicità è molto di più di un sentimento, anche se non cessa d'essere tale. Ma per capire perché essa coincida, o comunque abbia a che fare, con la virtù vale la pena che illustri con maggior rigore cos'è un sentimento. *Pathos* che in greco vuol dire esattamente “essere colpito” e da qui *patire*. Il sentire è, dunque, in primo luogo un dato di percezione, è un “*essere affetti da ...*”; da qualcosa o qualcuno. Per questa ragione il dire comune per dire sentimento dice anche *affetto*. Ora l'affetto denota una certa condizione di passività. E questo sia che si patisca o che si goda. Detto questo, bisogna, però, mettere bene in evidenza che non vi sarebbe mai alcun sentire se l'individuo non ne possedesse in sé le capacità e proprio per questo il sentire non è affatto un puro patire, ma è piuttosto un sentirsi modificati e soprattutto capaci a nostra volta di modificare: in breve di *sentirsi causa*. Il sentire dunque è un patire, un percepire, ma dà luogo ad un agire: da lì, infatti, l'accettare e il respingere, l'oscillare, ma soprattutto il trasformarsi e il trasformare. «Per affetto – scriveva Spinoza – intendendo le affezioni del corpo (*corporis affectiones*) dalle quali la potenza di agire del corpo è accresciuta o diminuita, assecondata o impedita». Stando a Spinoza, gli affetti sono “*affezioni del corpo*” attraverso cui la nostra potenza *può essere accresciuta o diminuita*, ma cresce solo se noi diveniamo *causa adeguata* rispetto a ciò che ci muove. Se dunque nell'essere “*affetti da ...*” inevitabilmente patiamo, ci istituamo come soggetti solo quando *trasformiamo il nostro patire in agire*. Se non diveniamo capaci di trasformare il nostro stato di passività in attività, non riusciremo mai a costituirci come *soggetti*. Perciò saremo condannati ad *essere assoggettati*, vale a dipendere, a cadere “in balia d'altro o d'altri”. Se la felicità coincidesse con il semplice sentire – *oh come mi sento felice* – potremmo, certo, continuare ad aspettarla ma solo come piacere labile e mai come bene stabile. Se, al contrario, la felicità consegue al nostro agire, cambia di profilo: non più – o non solo – “*attimo immenso*” ma è abilità ad afferrare “*il momento ad ogni momento*”, a carpire ad ogni attimo la sua gioia. Felice è colui che è all'altezza di ciò che la sorte gli assegna e per questo c'è sempre ed è sempre da venire. Non più quindi – o non solo – l'attimo immenso, ma l'abilità di catturare ad ogni attimo la sua gioia, d'essere all'altezza di ciò che la sorte ci assegna.

In fondo è questo che antichi e moderni intendevano quando affermavano che la felicità risiede nella virtù. Per la medesima ragione ritengo un banale luogo comune, ma ancor più un equivoco l'idea che la felicità stia “*nelle piccole cose*”. È una falsa ideologia diffusa dai potenti di turno per consolare i miseri del loro stato, facendoglielo apparire come buono – anzi eccellente – e trasfigurando per tal via la loro esclusione in beatitudine. Ma l'espedito neppure funziona e per interna contraddizione: come, infatti, si

può invitare qualcuno ad accontentarsi in una società che sollecita a dissiparsi, vendendo perfino a chi non ha per trasformarlo in cliente consumatore? Tutto ciò è anzi fattore d'infelicità. In questa società dire che "piccolo è bello" è quanto di più falso e mistificatorio si possa sentire. Ma ricchi o poveri che si sia si può a diverso titolo non essere felici se si ritiene che la felicità stia nelle cose e non nei modi di rapportarsi ad esse. Li sollecita a dissiparsi vendendo perfino a chi non ha per trasformarlo in cliente consumatore. Perché vi sia una società felice è, infatti, necessario creare una circolarità virtuosa tra beni personali e beni comuni, è soprattutto necessario promuovere i beni di relazione. Di contro alla consacrazione della mediocrità spacciata per felicità, ritengo che un fattore di felicità risieda nel rapportarsi a ciò che è grande. Certo, bisogna intendersi su cosa vuol dire *grande*, se è alla nostra portata o ci è dato solo contemplare. Ciò che è grande, in genere, sta più in alto di noi, in qualche modo ci trascende e per questo ci fa sentire piccoli. Di ciò che è grande, infatti, contempliamo la bellezza ma ne sperimentiamo anche la sproporzione. Ma proprio in forza della sproporzione ciò che è grande ci attira a sé e perciò ci eleva. Ciò che è grande è per noi modello e perciò ci costringe a misurarci con esso. Non ci è dato battere in ritirata: altro che piccole cose. Più semplicemente se faccio il pittore – ma questo vale per qualsiasi altra attività – difficilmente diverrò un bravo pittore se non mi metto a confronto con la grande pittura, e non per imitarla ma, se è il caso, anche per confutarla e perfino negarla. Ogni progresso nelle arti e nelle scienze è passato per grandi rotture perché ciò che è davvero grande non asserva ma motiva. D'altra parte nessun grande – in qualsiasi attività umana – sapeva d'essere *grande* prima di diventarlo. Così tutti i grandi geni dell'umanità, ma anche gli uomini comuni. Solo reggendo a questa sfida riusciremo a attingere la *misura realistica* del nostro valore e perciò a evitare la presunzione d'essere più di quel che siamo, senza tuttavia rinunciare a quel che possiamo. Per capire quel che siamo e quanto valiamo dobbiamo applicarci a noi stessi, praticare appunto la virtù. E non per caso di un grande pianista o di un acrobata si dice che sono *virtuosi*.

Ma quel che vale per le arti e i mestieri vale ancor più per la condotta personale, per il proprio stile di vita. E la virtù – lo si sa – non è affatto una qualità, ma è piuttosto un *abito*: possiamo pur dire che null'altro è se non una *buona abitudine*. Per questo la si guadagna a man mano, con il tempo. Assicura la buona riuscita perché rende facili le cose difficili e trasforma le difficoltà in stimoli. In questo quadro, perfino il dolore può giocare una parte positiva perché se per un verso è d'impedimento per l'altro ci mette alla prova e ci fa sperimentare la misura del nostro valore e del valore che gli altri hanno per noi e noi per loro.

Per meglio illustrare quel che sono venuto fin qui dicendo impiego due immagini: una pittorica – l'*abbraccio* di Klimt – l'altra quotidiana – la pasta che lievita nella madia, che lentamente cresce. La felicità nella sua forma piena è la seconda, perché è lievito e feconda: è sviluppo delle capacità individuali, ma ci permette anche di fruire dei beni sociali, di godere dei *beni di relazione*. Non si può essere felici da soli e spesso gli uomini sono infelici, perché perseguono un'idea della felicità del tutto egoistica e perciò deviante. Aristotele, che pur sosteneva che la forma più compiuta e alta di vita è quella contemplativa, aggiungeva che è impossibile essere felici senza amici. La felicità la si comunica e la si riceve: per dirla con Nietzsche è *virtù che dona*.

### 3. *La fecondità del bene*

Quanto detto è interamente contenuto nella parola stessa *felicità*. Deriva, come è noto, dalla radice indoeuropea *fe*, – da cui i termini latini *ferax* – terra ubertosa, che dà molti frutti, – *felix* – l'annata buona. Dalla medesima radice derivano *foemina* – in quanto generatrice – e il verbo *felo* che vuol dire allattare: di qui *filius*, proprio in quanto «allattato». L'etimologia del termine credo indichi a sufficienza come la felicità sia originariamente implicata con l'idea di crescita, di potenziamento dell'essere, in breve con il bene. Ma, infatti, cos'è mai il bene? È la piena realizzazione di ogni ente secondo la sua propria natura. L'albero attinge il suo bene se cresce robusto, fiorisce e dà frutto. Lo stesso si può dire del potenziamento delle nostre capacità – che è un nostro modo d'espanderci – ma la felicità risiede solo nella circolarità riuscita tra sé, gli altri, il mondo. Perciò molto dipende dal nostro modo di relazionarci al mondo e non per sfruttarlo con apparente vantaggio, ma per *custodirlo*. Se, infatti, riduciamo il mondo a noi stessi incontreremo in esso sempre ed egualmente noi stessi e ci verrà inevitabilmente a noia. Bisogna invece aprirsi ad esso e mantenersi in quest'apertura. E il mondo proprio perché aperto innanzi a noi, si delinea come spazio per un'illimitata sperimentazione. Verremo così a trovarci in un continuo stato di meraviglia. La felici-



cià è un andare incontro, è un accogliere ed un sentirsi accolti. Ma per fruire davvero del mondo bisogna *sentirsene parte* e mai padroni. Se abbatto gli alberi, inquino le acque – e così avanti – distruggo la possibilità del mio stesso personale sviluppo. Non a caso la felicità è stata sempre rappresentata – nella letteratura, nella pittura – come *locus amen*, come *armonia mundi*, un sentirsi in profonda sintonia con la natura tutta.

Certo nel mondo si vede così tanto orrore che ci sono molte buone ragioni per distoglierne lo sguardo e in taluni casi si è tentati – agnosticamente – di distruggerlo. Ma come è noto, il bene non lo si coglie mai a prima vista: lo si sa, non fa rumore. E se fa rumore è da sospettare che sia bene. Ma ha ragione la *Qabbalah*: il mondo è tenuto in piedi da giusti nascosti. Nessuno sa chi sono e forse non lo sanno neppure loro. Eppure sono convinto che se il mondo finora non è crollato, è proprio perché i giusti nascosti lo sostengono. Ci sono, ma per riconoscerli è necessario educarsi ad uno sguardo superiore. Uno sguardo a cui, in modo del tutto inatteso e per breve momento, è stato capace di elevarsi. Nietzsche: proprio lui l'*anticristo*. Come è noto ha considerato Gesù un povero ingenuo, un *naif* della storia eppure ha scritto: «Questo lieto messaggero morì come visse, come aveva insegnato. Non per redimere gli uomini, ma per indicare come si deve vivere: non difendersi, non sdegnarsi, non attribuire responsabilità». Gesù non ha risentimento, neppure verso il malvagio. Ricordate le parole rivolte al buon ladrone, a colui che non si chiude nella sua colpa, ma sa accogliere la gioia: «oggi sarai con me in paradiso». Il paradiso è qui, non altrove. «Soltanto noi spiriti liberi – scrive Nietzsche – abbiamo i presupposti per comprendere qualcosa che diciannove secoli hanno frainteso». Ma per questo è necessario guadagnare una *seconda innocenza*. Credo che solo per tal via la felicità potrà divenire per tutti un bene stabile ed essere davvero *di questo mondo*.