

# Introduzione: deframmentare e ricomporre

«Tempi cattivi, tempi travagliati» dicono tutti. Viviamo bene, e i tempi saranno buoni. I tempi siamo noi: come siamo, così sono i tempi.  
– Sant’Agostino

Questo libro esce in un secolo attraversato da molte crisi, iniziato con attentati terroristici inimmaginabili e messo a dura prova prima dalle crisi finanziarie e poi dalla pandemia.

Ogni crisi ha una sua storia, e può avere o meno degli strascichi. I terremoti finanziari del 2008 hanno avuto profonde conseguenze economiche e finanziarie, dalle quali tuttavia ci si è ripresi. Del tutto differente è stato l’attentato dell’11 settembre 2001: in pochi minuti abbiamo percepito un senso di fragilità e di impotenza prima ignoto e poi ci siamo adattati permanentemente a nuovi comportamenti. Oggi nessuno si lamenta più delle code agli aeroporti per i controlli dei bagagli o delle infinite procedure burocratiche legate all’ingresso in Paesi che prima erano vicini.

Ci sono poi turbolenze imponenti che modificano il mondo, generate da eventi in apparenza piccoli ma capaci di produrre passaggi di stato e trasformazioni. Tra questi la crisi petrolifera del 1973, che ha in qualche maniera sancito la fine della modernità e ci ha fatto scoprire qualcosa di inatteso, ossia la finitezza del mondo. In un istante tutte le meravigliose attese moderniste di immortalità, conquista dello spazio, sconfitta delle malattie hanno lasciato il posto alla consapevolezza della fragilità della specie umana e del pianeta. D’improvviso si è fatta evidente l’insensatezza dello spreco, abbiamo iniziato a

confrontarci con il tema della sostenibilità, siamo diventati cittadini più rispettosi del pianeta.

L'esito della crisi del 2020 è ancora aperto: può essere assorbita o dimenticata, può generare piccoli adattamenti nel lavoro, nella mobilità, nelle relazioni di prossimità oppure può introdurre discontinuità, contribuendo alla creazione di un modello di società diverso dal passato. Quel che accadrà dipenderà da noi, dalla memoria, dalla sensibilità, dall'immaginazione, dalla capacità di apprendere e di non dimenticare. Ci siamo, in ogni caso, fermati per qualche tempo e questo ci ha consentito di uscire dagli eccessi del «qui e ora» e ha rivalutato il «dopo».

Stare a casa, senza prospettive di medio termine, ci ha aiutati a mettere in ordine gli armadi della nostra esistenza e nel ricollocare le cose al posto giusto abbiamo restituito il suo posto centrale alla felicità, quel pensiero quotidiano che ogni giorno ci induce a scegliere come vestirci o a pensare al futuro per stare bene. Possiamo, dunque, tornare a parlare di quella felicità che, anche quando non sembra esserci, in fondo c'è perché è presente anche in cucina, come gli dei di Eraclito di Efeso.

Essere felici è un'aspirazione legittima, che forse avevamo trascurato per concitazione. In un'epoca contraddistinta dalla vastità dei mezzi, d'improvviso ci siamo accorti che stavamo sottovalutando i fini, che in un viaggio senza una meta i mezzi di trasporto non sono di per sé appassionanti e che difficilmente si può trovare un fine più concreto e universale di quello di essere felici; quel fine ultimo che da tempo era nascosto si è disvelato e reso seducente.

Le versioni e le rappresentazioni di felicità, tuttavia, sono molte, valide ma quasi sempre monodimensionali e spesso incompatibili: ci sono una tesi intimista e una neurofisiologica, una lettura spirituale e una politica, una visione psicologica e una sociologica... per questo abbiamo sentito la necessità di scrivere questo libro, per mettere in relazione sistematica letture separate e proporre una guida all'orientamento per chi desidera confrontarsi compiutamente con la propria e l'altrui felicità.

Occorreva pertanto scegliere una direzione. La nostra scelta è stata quella di privilegiare le condizioni che facilitano o ostacolano l'ottenimento di un obiettivo così ambizioso e di proporre alcune tesi che possano essere utili a chi ci legge per intraprendere il proprio cammino consapevolmente.

In questo senso, al di là delle tradizionali ricognizioni su quel che si è fatto, pensato e sperimentato, abbiamo ritenuto che fosse utile, sia a livello collettivo sia a livello individuale, affiancare alla riflessione l'azione e individuare passi concreti che portino a disegnare un «progetto felicità» metodologicamente solido e soggettivamente appassionante.

Una cosa è per noi certa: essere felici non è un destino né un accadimento casuale e neppure l'esito di un approccio ingenuo. Certo, è sempre possibile vincere alla lotteria ma questo non ci esime dal ricercare le condizioni migliori perché la nostra vita possa essere ricca di stupore e meraviglia.

Questo è un libro che indaga le condizioni per essere felici e le inserisce in una logica progettuale, affrontando il tema sia da una prospettiva pubblica sia da quella privata, perché ci è chiaro quanto siano labili e porosi i confini tra la possibilità di stare bene individualmente e quella di stare bene in una collettività.

Se essere felici è possibile, può diventare anche probabile, effettuando alcune scelte e prendendo posizioni chiare all'interno del nostro corso di vita.

La felicità richiede l'adozione di una lente specifica e una conversione del proprio modo di pensare, rileggersi, comportarsi. E se da un lato richiede predisposizione, non è tuttavia un riflesso o un'alternativa innocua ma una scelta consapevole di senso, quasi un mestiere che pretende scelte di campo, costanza e coraggio.

Un libro sulla felicità serve anche a questo.