

La felicità è cosa seria

di ROSSELLA BARZOTTI

A volte scegliamo di essere felici in un preciso momento, ponendoci in situazioni che conosciamo essere in grado di darci gioia; altre volte prendiamo decisioni che comportano la fatica, l'impegno, la capacità di differire quelle occasioni di sperimentare una gioia immediata, ma questo non significa che non stiamo agendo per essere felici; chi sperimenta la gioia desidera ripeterla e prostrarla ma non tutti proviamo la gioia e il suo raggiungimento allo stesso modo. Ma allora la domanda è: cosa cerca l'uomo quando cerca di essere felice? Viktor Emil Frankl, esponente della psicologia esistenziale e fondatore della logoterapia, reduce dalla prigionia nazista, ha portato avanti una profonda riflessione sull'uomo e su quale sia l'aspirazione di una vita umana, avendone osservato e vissuto l'intimità, spogliata di ogni corredo materiale e imbevuta nella sofferenza. Per Frankl, credere che la meta finale delle nostre azioni sia la nostra soggettiva esperienza di piacere o di soddisfazione

è un autoinganno, un errore in buona fede, ma pur sempre tale. Frankl asserì che il piacere, la gratificazione, la felicità nella propria vita non sono conseguiti perché originariamente perseguiti, ovvero con l'intenzione di farne esperienza fine a se stessa, ma sono sempre un effetto, la ricaduta non calcolata di azioni orientate a un senso o a un valore che ci trascende. Osservando l'uomo nel campo di concentramento, egli si convinse che chi aveva la forza di sopravvivere alle più brutali condizioni non erano coloro che riscoprivano e assecondavano la brutalità degli istinti, né coloro che attendevano una vita fuori dal lager dimenticandosi di dove fossero, bensì coloro che attendevano "alla" propria vita, come si attende a un compito da realizzare, considerando ogni giorno, financo nell'ora più nera, come un'opportunità di compiere un passo verso un senso più grande di loro, in grado di trascendere la propria stessa esistenza. Quando diciamo di essere alla ricerca della felicità nelle nostre vite, quello che realmente stiamo dicendo è che

vorremmo vedere le nostre vite riempirsi di senso. Nella attuale società del benessere, molta umanità sperimenta il benessere, l'allegria, ma soffre comunque di questa mancanza di senso, di assenza di tensione, di assenza orientamento verso un significato. Come ha affermato Papa Francesco, «la gioia è una cosa che non viene da motivi congiunturali, dai motivi del momento, è una cosa più profonda... è un dono del Signore, ci riempie da dentro». Dunque possiamo dire che la gioia può coincidere con uno stato interiore, una cornice di senso, una disposizione interiore verso la vita che va al di là dei piaceri e dei successi momentanei. E l'esperienza della gioia è conaturata alle nostre vite di cristiani, che possiamo e dobbiamo accoglierla e farne un'esperienza di vita dura-

