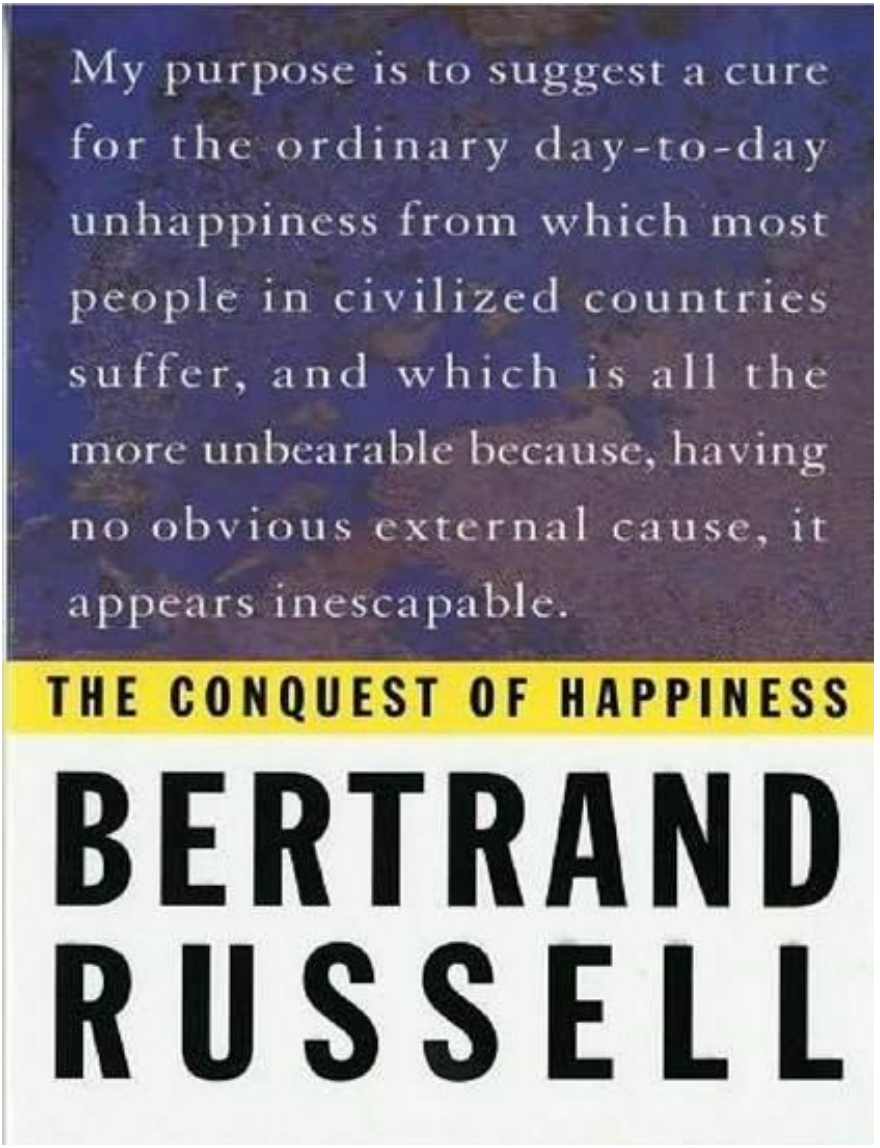
My purpose is to suggest a cure for the ordinary day-to-day unhappiness from which most people in civilized countries suffer, and which is all the more unbearable because, having no obvious external cause, it appears inescapable.
THE CONQUEST OF HAPPINESS
BERTRAND RUSSELL

Questo libro non è rivolto agli eruditi, né a coloro che considerano un problema pratico semplicemente un argomento di discussione. Nelle pagine che seguono non troverete né profonda filosofia né erudizione. Il mio unico scopo è stato quello di raccogliere alcune osservazioni ispirate da quello che spero sia buon senso. Tutto ciò che affermo riguardo alle soluzioni offerte al lettore è che sono state confermate dalla mia esperienza e osservazione personale e che hanno accresciuto la mia felicità ogni volta che le ho messe in pratica. Per questo motivo, oso sperare che alcuni tra la moltitudine di uomini e donne che soffrono di infelicità senza trarne piacere, possano trovare una diagnosi della propria situazione e un suggerimento per uscirne. È nella convinzione che molte persone infelici possano diventare felici con uno sforzo ben mirato che ho scritto questo libro.

Parte I: Cause dell'infelicità

Capitolo 1: Cosa rende infelici le persone?

Gli animali sono felici finché godono di buona salute e hanno abbastanza da mangiare. Gli esseri umani, si potrebbe pensare, dovrebbero esserlo, ma nel mondo moderno non lo sono, almeno nella stragrande maggioranza dei casi. Se tu stesso sei infelice, probabilmente sarai disposto ad ammettere di non essere

un'eccezione in questo. Se sei felice, chiediti quanti dei tuoi amici lo sono. E dopo aver riflettuto sui tuoi amici, impara l'arte di leggere le espressioni del viso; diventa ricettivo agli stati d'animo di coloro che incontri nel corso di una giornata normale.

in ogni volto che incontro,

Segni di debolezza, segni di dolore,

dice Blake. Sebbene le forme siano diverse, scoprirai che l'infelicità ti assale ovunque. Supponiamo che tu sia a New York, a New York, la più tipicamente moderna delle grandi città.

Fermatevi in una strada trafficata durante l'orario di lavoro, o su una via principale nel fine settimana, o a un ballo serale; svuotate la mente dal vostro ego e lasciate che le personalità degli sconosciuti intorno a voi prendano possesso di voi una dopo l'altra. Scoprirete che ognuna di queste diverse folle ha i suoi problemi. Nella folla dell'orario di lavoro vedrete ansia, eccessiva concentrazione, dispepsia, mancanza di interesse per qualsiasi cosa che non sia la lotta, incapacità di giocare, inconsapevolezza dei propri simili. Su una strada principale nel fine settimana vedrete uomini e donne, tutti benestanti, alcuni molto ricchi, impegnati nella ricerca del piacere. Questa ricerca è condotta da tutti a un ritmo uniforme, quello dell'auto più lenta del corteo; è impossibile vedere la strada per via delle auto, o il paesaggio, poiché distogliere lo sguardo causerebbe un incidente; tutti gli occupanti di tutte le auto sono assorbiti dal desiderio di sorpassare le altre auto, cosa che non possono fare a causa della

folla; Se la loro mente si distrae da questa preoccupazione, come a volte accade a chi non è alla guida, una noia indicibile li assale e imprime sui loro volti un'espressione di banale insoddisfazione. A volte un'auto piena di persone di colore mostra un genuino divertimento, ma poi suscita indignazione con un comportamento bizzarro e finisce nelle mani della polizia a causa di un incidente: divertirsi durante le vacanze è illegale.

Oppure, ancora, osservate le persone a una serata gay. Tutti arrivano determinati a essere felici, con quel tipo di cupa risolutezza con cui si decide di non fare storie dal dentista. Si crede che l'alcol e le effusioni siano le porte della gioia, quindi le persone si ubriacano in fretta e cercano di non notare quanto i loro partner le disgustino. Dopo aver bevuto abbastanza, gli uomini iniziano a piangere e a lamentarsi di quanto siano moralmente indegni della devozione delle loro madri. Tutto ciò che l'alcol fa per loro è liberare il senso del peccato, che la ragione sopprime nei momenti di lucidità.

Le cause di queste diverse forme di infelicità risiedono in parte nel sistema sociale, in parte nella psicologia individuale, la quale, naturalmente, è a sua volta in larga misura un prodotto del sistema sociale. Ho già scritto in precedenza sui cambiamenti necessari al sistema sociale per promuovere la felicità. Non intendo invece trattare in questo volume l'abolizione della guerra, dello sfruttamento economico e dell'educazione basata sulla crudeltà e sulla paura.

Scoprire un sistema per evitare la guerra è un'esigenza vitale per la nostra civiltà; ma nessun sistema del genere ha possibilità di successo finché gli uomini sono così infelici che lo sterminio reciproco appare loro meno terribile della continua sopravvivenza alla luce del giorno. Impedire la perpetuazione della povertà è necessario affinché i benefici della produzione meccanizzata raggiungano, almeno in parte, coloro che ne hanno più bisogno; ma a cosa serve arricchire tutti se i ricchi stessi sono infelici? L'educazione alla crudeltà e alla paura è dannosa, ma nessun altro tipo di educazione può essere impartita da coloro che sono essi stessi schiavi di queste passioni. Queste considerazioni ci conducono al problema dell'individuo: cosa può fare un uomo o una donna, qui e ora, nel mezzo della nostra società nostalgica, per raggiungere la felicità? Nel discutere questo problema, limiterò la mia attenzione a coloro che non sono soggetti ad alcuna causa estrema di miseria esteriore. Presupporrò un reddito sufficiente a garantire cibo e alloggio, e una salute sufficiente a rendere possibili le normali attività fisiche. Non prenderò in considerazione le grandi catastrofi come la perdita di tutti i propri figli o la pubblica umiliazione. Ci sono cose da dire su tali questioni, e sono importanti, ma appartengono a un ordine diverso rispetto a ciò che desidero dire. Il mio scopo è suggerire una cura per l'infelicità quotidiana di cui soffre la maggior parte delle persone nei paesi civilizzati, e che è tanto più insopportabile perché, non avendo una causa esterna evidente, sembra ineluttabile. Credo che questa infelicità sia in gran parte dovuta a visioni errate del mondo, a un'etica errata, a cattive abitudini di

vita, che portano alla distruzione di quella naturale vitalità e di quel desiderio di cose possibili da cui dipende in ultima analisi ogni felicità, sia degli uomini che degli animali. Queste sono questioni che rientrano nel potere dell'individuo, e mi propongo di suggerire i cambiamenti attraverso i quali egli, data una fortuna media, possa raggiungere la felicità.

Forse la migliore introduzione alla filosofia che desidero sostenere sarà qualche parola autobiografica. Non sono nato felice. Da bambino, il mio inno preferito era: "Stanco della terra e carico del mio peccato". All'età di cinque anni, riflettei sul fatto che, se fossi vissuto fino a settant'anni, avrei sopportato, fino a quel momento, solo un quattordicesimo di tutta la mia vita, e sentivo che la lunga e prolungata noia che mi attendeva era quasi insopportabile. Durante l'adolescenza, odiavo la vita ed ero continuamente sull'orlo del suicidio, dal quale, tuttavia, venivo trattenuto dal desiderio di conoscere meglio la matematica.

Ora, al contrario, mi godo la vita; potrei quasi dire che con il passare degli anni me la godo sempre di più. Questo è dovuto in parte all'aver scoperto quali erano le cose che più desideravo e all'averne gradualmente ottenute molte. In parte è dovuto all'aver accantonato con successo certi oggetti del desiderio, come l'acquisizione di una conoscenza indiscutibile su questo o quell'argomento, considerandoli essenzialmente irraggiungibili. Ma soprattutto è dovuto a una minore preoccupazione per me stesso.

Come altri che avevano ricevuto un'educazione puritana, avevo l'abitudine di meditare sui miei peccati, le mie follie e le mie mancanze. Mi sembravo – senza dubbio a ragione – un individuo miserabile.

A poco a poco ho imparato a essere indifferente a me stesso e alle mie mancanze; ho iniziato a concentrare sempre più la mia attenzione su oggetti esterni: lo stato del mondo, vari rami del sapere, le persone per cui provavo affetto. Gli interessi esterni, è vero, portano ciascuno la propria possibilità di dolore: il mondo può essere immerso nella guerra, la conoscenza in un certo campo può essere difficile da acquisire, gli amici possono morire. Ma dolori di questo genere non distruggono la qualità essenziale della vita, come fanno quelli che nascono dal disgusto per se stessi. E ogni interesse esterno ispira qualche attività che, finché l'interesse rimane vivo, è un completo antidoto alla noia. L'interesse per se stessi, al contrario, non porta ad alcuna attività di tipo progressivo. Può portare a tenere un diario, a sottoporsi a una psicoanalisi, o forse a diventare monaco. Ma il monaco non sarà felice finché la routine del monastero non gli avrà fatto dimenticare la propria anima. La felicità che attribuisce alla religione avrebbe potuto ottenerla diventando uno spazzino, ammesso che fosse costretto a rimanervi. La disciplina esterna è l'unica via per la felicità per quegli sfortunati il cui egocentrismo è troppo profondo per essere curato in altro modo.

Le cause psicologiche dell'infelicità, è chiaro, sono molteplici e varie. Ma tutte hanno qualcosa in comune. L'uomo infelice tipico

è colui che, essendo stato privato in gioventù di una qualche soddisfazione normale, ha imparato ad apprezzare questo tipo di soddisfazione più di ogni altro, e ha quindi dato alla sua vita una direzione unilaterale, insieme a un'enfasi eccessiva sul raggiungimento degli obiettivi piuttosto che sulle attività ad essi connesse. C'è, tuttavia, un ulteriore sviluppo molto comune ai giorni nostri. Un uomo può sentirsi così completamente frustrato da non cercare alcuna forma di soddisfazione, ma solo distrazione e oblio. Diventa quindi un devoto del "piacere". Vale a dire che cerca di rendere la vita sopportabile diventando meno vivo. L'ubriachezza, ad esempio, è un suicidio temporaneo; la felicità che porta è semplicemente negativa, una cessazione momentanea dell'infelicità. Il narcisista e il megalomane credono che la felicità sia possibile, anche se possono adottare mezzi errati per raggiungerla; Ma l'uomo che cerca l'ebbrezza, in qualsiasi forma, ha rinunciato a ogni speranza, tranne che all'oblio. Nel suo caso, la prima cosa da fare è persuaderlo che la felicità è desiderabile. Gli uomini infelici, come quelli che dormono male, sono sempre orgogliosi di questo fatto. Forse il loro orgoglio è simile a quello della volpe che ha perso la coda; in tal caso, il modo per curarlo è indicare loro come possono farsene crescere una nuova. Credo che pochissimi uomini scelgano deliberatamente l'infelicità se intravedono una via per essere felici. Non nego che tali uomini esistano, ma non sono sufficientemente numerosi da essere importanti. Presupporrò quindi che il lettore preferisca essere felice piuttosto che infelice. Non so se potrò aiutarlo a realizzare questo desiderio, ma in ogni

caso il tentativo non può far male.

Capitolo 2: L'infelicità byroniana

Oggigiorno, come in molti altri periodi della storia, è comune supporre che i più saggi tra noi abbiano compreso la portata degli entusiasmi del passato e si siano resi conto che non c'è più nulla per cui valga la pena vivere. Gli uomini che la pensano così sono sinceramente infelici, ma sono orgogliosi della loro infelicità, che attribuiscono alla natura stessa dell'universo e considerano l'unico atteggiamento razionale per un uomo illuminato. Il loro orgoglio per l'infelicità rende le persone meno perspicaci sospettose della sua autenticità; pensano che chi si compiace della propria infelicità non sia infelice.

Questa visione è troppo semplicistica; indubbiamente c'è una lieve compensazione nel senso di superiorità e di intuizione che questi sofferenti provano, ma non è sufficiente a compensare la perdita di piaceri più semplici. Personalmente non credo che ci sia una razionalità superiore nell'essere infelici. L'uomo saggio sarà felice quanto le circostanze glielo permettono e, se trova la contemplazione dell'universo dolorosa oltre un certo limite, contemplerà qualcos'altro. Questo è ciò che desidero dimostrare in questo capitolo. Desidero persuadere il lettore che, quali che siano le argomentazioni, la ragione non pone alcun limite alla felicità; anzi, sono convinto che coloro che attribuiscono sinceramente le proprie sofferenze alle proprie visioni dell'universo stiano mettendo il carro davanti ai buoi: la verità è

che sono infelici per una ragione di cui non sono consapevoli, e questa infelicità li porta a soffermarsi sugli aspetti meno piacevoli del mondo in cui vivono.

È una fortuna per gli uomini di lettere che la gente non legga più nulla di scritto molto tempo fa, perché se lo facessero giungerebbero alla conclusione che, qualunque cosa si possa dire delle pozze d'acqua, la creazione di nuovi libri è certamente vanità. Se riusciamo a dimostrare che la dottrina dell'Ecclesiaste non è l'unica accessibile a un uomo saggio, non dobbiamo preoccuparci troppo delle successive espressioni dello stesso pensiero.

In un'argomentazione di questo tipo, dobbiamo distinguere tra uno stato d'animo e la sua espressione intellettuale. Non si può discutere con uno stato d'animo; esso può essere modificato da un evento fortunato o da un cambiamento delle nostre condizioni fisiche, ma non può essere modificato con un'argomentazione. Ho spesso sperimentato io stesso quello stato d'animo in cui sentivo che tutto è vanità; ne sono uscito non per mezzo di alcuna filosofia, ma per un'imperativa necessità di agire.

Se tuo figlio è malato, potresti essere infelice, ma non penserai che tutto sia vanità; sentirai che la guarigione del bambino è una questione da affrontare a prescindere dal fatto che la vita umana abbia o meno un valore ultimo. Un uomo ricco può pensare, e spesso pensa, che tutto sia vanità, ma se dovesse perdere i suoi soldi, penserebbe che il suo prossimo pasto non sia affatto vanità.

Questa sensazione nasce da una soddisfazione troppo facile dei bisogni naturali. L'essere umano, come tutti gli altri, è predisposto a una certa lotta per la sopravvivenza e, quando grazie a grandi ricchezze l'Homo sapiens può soddisfare ogni suo capriccio senza sforzo, la semplice assenza di impegno nella sua vita elimina un ingrediente essenziale della felicità. Chi acquisisce facilmente cose per le quali nutre solo un desiderio moderato, giunge alla conclusione che il raggiungimento del desiderio non porti alla felicità. Se ha una predisposizione filosofica, conclude che la vita umana è essenzialmente infelice, poiché anche chi ha tutto ciò che desidera è infelice. Dimentica che essere privi di alcune delle cose che si desiderano è parte integrante della felicità.

Questo per quanto riguarda l'atmosfera. Nell'Ecclesiaste, tuttavia, si trovano anche argomentazioni intellettuali. I fiumi sfociano nel mare, eppure il mare non è pieno.

Non c'è niente di nuovo sotto il sole.

Non c'è ricordo delle cose passate. Ho odiato tutta la fatica che avevo fatto sotto il sole: perché

Lo lascerei in mano a chi verrà dopo di me.

Se si volesse esporre queste argomentazioni nello stile di un filosofo moderno, si giungerebbe a qualcosa del genere: l'uomo lavora incessantemente e la materia è in perenne movimento, eppure nulla permane, sebbene ciò che viene dopo non sia in alcun modo diverso da ciò che l'ha preceduto. Un uomo muore e

il suo erede raccoglie i frutti del suo lavoro; i fiumi sfociano nel mare, ma le loro acque non vi rimangono. In un ciclo infinito e senza scopo, uomini e cose nascono e muoiono senza miglioramento, senza traguardi permanenti, giorno dopo giorno, anno dopo anno. I fiumi, se fossero saggi, rimarrebbero dove sono. Salomone, se fosse stato saggio, non avrebbe piantato alberi da frutto di cui suo figlio avrebbe poi goduto.

Ma con un altro stato d'animo, quanto diverso appare tutto questo. Non c'è niente di nuovo sotto il sole? Che dire dei grattacieli, degli aeroplani e dei discorsi radiofonici dei politici? Cosa ne sapeva Salomone di queste cose? (L'Ecclesiaste, ovviamente, non fu scritto da Salomone, ma è comodo alludere all'autore con questo nome). Se avesse potuto ascoltare alla radio il discorso della Regina di Saba ai suoi sudditi al suo ritorno dai suoi domini, non si sarebbe forse consolato tra i suoi vani alberi e stagni? Se avesse avuto un'agenzia di stampa che lo informasse di ciò che i giornali dicevano sulla bellezza della sua architettura, sui comfort del suo harem e sulle disavventure dei saggi rivali che discutevano con lui, avrebbe potuto continuare a dire che non c'è niente di nuovo sotto il sole? Forse queste cose non avrebbero curato del tutto il suo pessimismo, ma avrebbe dovuto dargli una nuova espressione. In effetti, una delle lamentele del signor Krutch riguardo ai nostri tempi è che ci sono troppe cose nuove sotto il sole. Se l'assenza o la presenza di novità risultassero ugualmente fastidiose, sembrerebbe improbabile che una delle due possa essere la vera causa della disperazione. Si consideri, ad esempio, il fatto che "tutti i fiumi sfociano nel mare, eppure il

mare non è mai pieno; al luogo da cui i fiumi provengono, là ritornano". Considerato un motivo di pessimismo, questo presuppone che viaggiare sia spiacevole. D'estate le persone vanno alle terme, ma poi ritornano al luogo di partenza. Ciò non dimostra che sia inutile andare alle terme d'estate. Se le acque fossero dotate di sentimenti, probabilmente apprezzerebbero il ciclo avventuroso, come la Nuvola di Shelley. Quanto alla sofferenza di lasciare i propri beni in eredità, si tratta di una questione che può essere vista da due punti di vista: dal punto di vista dell'erede è decisamente meno disastrosa. Né il fatto che tutto passi di per sé costituisce un motivo di pessimismo. Se a queste cose succedessero cose peggiori, sarebbe un motivo di preoccupazione, ma se succedessero cose migliori, sarebbe motivo di ottimismo. Cosa dovremmo pensare se, come sostiene Salomone, a queste cose succedessero cose esattamente uguali a loro? Non renderebbe forse l'intero processo vano? Assolutamente no, a meno che le varie fasi del ciclo non siano di per sé dolorose. L'abitudine di guardare al futuro e pensare che tutto il significato del presente risieda in ciò che porterà è perniciosa. Non può esserci valore nel tutto se non c'è valore nelle parti. La vita non va concepita come un melodramma in cui l'eroe e l'eroina subiscono incredibili sventure per le quali vengono ricompensati da un lieto fine. Io vivo e ho il mio giorno, mio figlio mi succede e ha il suo giorno, suo figlio a sua volta gli succede. Cosa c'è in tutto questo da trasformare in una tragedia? Al contrario, se vivessi per sempre, le gioie della vita inevitabilmente

alla fine perderebbero il loro sapore. Così come sono, rimangono perennemente attuali.

Ho scaldato entrambe le mani davanti al fuoco; si abbassa e sono pronto a partire.

Questo atteggiamento è altrettanto razionale quanto l'indignazione per la morte. Se, dunque, gli stati d'animo fossero determinati dalla ragione, ci sarebbero altrettanti motivi per essere allegri quanto per disperare.

L'Ecclesiaste è tragico; il Modern Temper del signor Krutch è patetico. Il signor Krutch, in fondo, è triste perché le vecchie certezze medievali sono crollate, e anche alcune di origine più recente. "Quanto a questo infelice tempo presente", dice, "perseguitato dai fantasmi di un mondo morto e non ancora a suo agio nel proprio, la sua situazione non è dissimile da quella dell'adolescente che non ha ancora imparato a orientarsi senza fare riferimento alla mitologia in cui ha trascorso la sua infanzia". Questa affermazione è del tutto corretta se applicata a una certa parte degli intellettuali, ovvero coloro che, avendo ricevuto un'educazione letteraria, non conoscono il mondo moderno e, essendo stati educati per tutta la giovinezza a basare le proprie convinzioni sulle emozioni, non riescono a liberarsi di quel desiderio infantile di sicurezza e protezione che il mondo della scienza non può soddisfare. Il signor Krutch, come la maggior parte degli altri letterati, è ossessionato dall'idea che la scienza non abbia mantenuto le sue promesse. Naturalmente, non ci dice quali fossero queste promesse, ma sembra pensare che

sessant'anni fa uomini come Darwin e Huxley si aspettassero dalla scienza qualcosa che essa non ha dato. Credo che questa sia una completa illusione, alimentata da quegli scrittori e da quegli ecclesiastici che non vogliono che le loro specializzazioni vengano considerate di scarso valore.

È vero che al momento il mondo è pieno di pessimisti. Ci sono sempre stati molti pessimisti ogni volta che il reddito di molte persone è diminuito. È vero che il signor Krutch è americano, e i redditi americani, nel complesso, sono aumentati grazie alla guerra, ma in tutto il continente europeo le classi intellettuali hanno sofferto terribilmente, mentre la guerra stessa ha generato in tutti un senso di instabilità. Tali cause sociali hanno molto più a che fare con lo stato d'animo di un'epoca che con la sua teoria sulla natura del mondo. Poche epoche sono state più disperate del XIII secolo, sebbene quella fede che il signor Krutch tanto rimpiange fosse allora saldamente radicata in tutti, tranne che nell'Imperatore e in pochi grandi nobili italiani. Così dice Ruggero Bacone: "Infatti, ai nostri giorni regnano più peccati che in qualsiasi epoca passata, e il peccato è incompatibile con la saggezza". Osserviamo tutte le condizioni del mondo e consideriamole attentamente ovunque: troveremo una corruzione senza limiti, e prima di tutto nel Capo... La lussuria disonora l'intera corte, e la gola regna sovrana... Se dunque questo accade nel Capo, come mai accade nei membri? Osservate i prelati: come inseguono il denaro e trascurano la cura delle anime... Consideriamo gli Ordini Religiosi: non ne escludo nessuno da ciò che dico. Guardate come sono decaduti, tutti quanti, dal loro

giusto stato; e i nuovi Ordini (dei Frati) sono già orribilmente decaduti dalla loro prima dignità. Tutto il clero è intento all'orgoglio, alla lussuria e all'avarizia: e ovunque i chierici si riuniscano, come a Parigi e a Oxford, scandalizzano tutti i laici con le loro guerre, litigi e altri vizi... A nessuno importa cosa si faccia, o come, con le buone o con le cattive, purché ognuno possa soddisfare la propria lussuria. Riguardo ai saggi pagani dell'antichità, egli afferma: "Le loro vite erano incomparabilmente migliori delle nostre, sia per la loro onestà che per il disprezzo del mondo, con tutte le sue delizie, ricchezze e onori; come tutti possono leggere nelle opere di Aristotele, Seneca, Tullio, Avicenna, Alfarabi, Platone, Socrate e altri; e così giunsero ai segreti della saggezza e scoprirono tutta la conoscenza". L'opinione di Ruggero Bacone era quella di tutti i suoi contemporanei letterati, nessuno dei quali apprezzava l'epoca in cui si trovava. Non credo minimamente che questo pessimismo avesse una causa metafisica. Le sue cause erano la guerra, la povertà e la violenza.

Uno dei capitoli più patetici del signor Krutch tratta il tema dell'amore. Sembra che i vittoriani lo considerassero un sentimento di grande valore, mentre noi, con la nostra moderna sofisticazione, siamo arrivati a comprenderne la vera natura.

Per i vittoriani più scettici, l'amore svolgeva alcune delle funzioni del Dio che avevano perduto. Di fronte ad esso, molti, anche i più ostinati, si aprivano, almeno per un momento, al misticismo. Si trovavano in presenza di qualcosa che risvegliava in loro quel

senso di riverenza che nessun'altra cosa pretendeva, e qualcosa a cui sentivano, fin nel profondo del loro essere, di dover una lealtà incondizionata. Per loro l'amore, come Dio, esigeva ogni sacrificio; ma come Lui, ricompensava anche il credente investendo tutti i fenomeni della vita di un significato non ancora analizzato a fondo. Noi ci siamo abituati più di loro a un universo senza Dio, ma non ci siamo ancora abituati a uno che sia anche privo d'amore, e solo quando lo saremo, comprenderemo veramente cosa significhi l'ateismo.

È curioso quanto diversa appaia l'epoca vittoriana ai giovani di oggi rispetto a come sembrava quando la si viveva. Ricordo due anziane signore, entrambe tipiche di certi aspetti del periodo, che conobbi bene in gioventù. Una era puritana, l'altra voltalitana. La prima si rammaricava che tanta poesia trattasse d'amore, che, sosteneva, è un argomento poco interessante. La seconda osservò:

«Nessuno può dire nulla contro di me, ma io dico sempre che non è poi così grave infrangere il settimo comandamento come il sesto, perché in ogni caso richiede il consenso dell'altra parte.»

Nessuna di queste visioni corrispondeva esattamente a ciò che il signor Krutch presenta come tipicamente vittoriano. Le sue idee derivano evidentemente da certi scrittori che non erano affatto in sintonia con il loro ambiente. L'esempio migliore, suppongo, è Robert Browning. Non posso tuttavia fare a meno di pensare che ci sia qualcosa di antiquato nell'amore così come lo concepiva lui.

Sia ringraziato Dio, la più umile delle Sue creature Vanta due lati dell'anima, uno per affrontare il mondo con,

Un gesto per dimostrare a una donna quanto la ama!

Questo presuppone che la combattività sia l'unico atteggiamento possibile nei confronti del mondo in generale. Perché?

Perché il mondo è crudele, direbbe Browning. Perché non ti accetta per quello che sei, dovremmo dire. Una coppia può formare, come fecero i Browning, un circolo di reciproca ammirazione. È molto piacevole avere qualcuno a portata di mano che sicuramente loderà il tuo lavoro, che lo meriti o meno. E Browning senza dubbio si sentiva un uomo distinto e virile quando denunciò Fitzgerald senza mezzi termini per aver osato non ammirare Aurora Leigh. Non riesco a pensare che questa completa sospensione della facoltà critica da entrambe le parti sia davvero ammirevole. È legata alla paura e al desiderio di trovare un rifugio dai freddi colpi della critica imparziale. Molti vecchi scapoli imparano a trarre la stessa soddisfazione dal calore del proprio focolare.

Ho vissuto troppo a lungo nell'epoca vittoriana per poter essere considerato moderno secondo i criteri del signor Krutch. Non ho affatto perso la fede nell'amore, ma il tipo di amore in cui credo io non è quello ammirato dai vittoriani; è avventuroso e aperto, e, pur portando alla conoscenza del bene, non implica la dimenticanza del male, né pretende di essere santificato o sacro. L'attribuzione di queste qualità al tipo di amore ammirato era una

conseguenza del tabù sessuale. Il vittoriano era profondamente convinto che la maggior parte del sesso fosse malvagio, e doveva attribuire aggettivi esagerati a quel tipo di sesso che poteva approvare. C'era più desiderio sessuale di quanto ce ne sia ora, e questo senza dubbio ha portato le persone a esagerare l'importanza del sesso, proprio come hanno sempre fatto gli asceti. Attualmente stiamo attraversando un periodo alquanto confuso, in cui molte persone hanno abbandonato i vecchi valori senza acquisirne di nuovi. Questo li conduce a vari problemi e, poiché il loro inconscio di solito crede ancora nei vecchi valori, i problemi, quando arrivano, producono disperazione, rimorso e cinismo. Non credo che il numero di persone a cui ciò accade sia molto elevato, ma sono tra le persone più rumorose del nostro tempo. Credo che se si facesse un confronto tra i giovani benestanti di oggi e quelli dell'epoca vittoriana, si scoprirebbe che ora c'è molta più felicità legata all'amore e molta più autentica fede nel valore dell'amore rispetto a sessant'anni fa. Le ragioni che portano certe persone al cinismo sono legate alla tirannia dei vecchi ideali sull'inconscio e all'assenza di un'etica razionale che permetta alle persone di oggi di regolare la propria condotta. La cura non sta nel lamentarsi e nella nostalgia del passato, ma in un'accettazione più coraggiosa della mentalità moderna e nella determinazione a sradicare le superstizioni nominalmente abbandonate dai loro oscuri nascondigli.

Non è facile spiegare in breve perché si apprezzi l'amore; ciononostante, ci proverò. L'amore va apprezzato innanzitutto – e

questo, pur non essendo il suo valore più grande, è essenziale per tutti gli altri – in quanto fonte di gioia in sé.

Oh amore! ti hanno fatto tanto torto

Quelli che dicono che il tuo dolce è amaro, quando il tuo ricco frutto è tale che nulla può essere più dolce.

L'autore anonimo di questi versi non cercava una soluzione all'ateismo, né una chiave per comprendere l'universo; si limitava a godersi il momento. E l'amore non è solo fonte di gioia, ma la sua assenza è fonte di dolore.

In secondo luogo, l'amore va apprezzato perché esalta tutti i piaceri più belli, come la musica, l'alba in montagna e il mare sotto la luna piena. Un uomo che non ha mai goduto delle cose belle in compagnia di una donna amata non ha sperimentato appieno il potere magico di cui tali cose sono capaci.

Ancora una volta, l'amore è in grado di infrangere il duro guscio dell'ego, poiché è una forma di cooperazione biologica in cui le emozioni di ciascuno sono necessarie al compimento degli scopi istintivi dell'altro. Nel corso della storia sono esistite diverse filosofie solitarie, alcune molto nobili, altre meno. Gli stoici e i primi cristiani credevano che l'uomo potesse realizzare il sommo bene di cui la vita umana è capace solo per mezzo della propria volontà, o comunque senza l'aiuto umano; altri ancora consideravano il potere come fine ultimo della vita, e altri ancora come mero piacere personale. Tutte queste sono filosofie solitarie nel senso che il bene è considerato qualcosa di realizzabile in

ogni singolo individuo, non solo in una società più o meno ampia. A mio avviso, tutte queste visioni sono errate, non solo in teoria etica, ma anche come espressione della parte migliore dei nostri istinti. L'uomo dipende dalla cooperazione ed è stato dotato dalla natura, seppur in modo alquanto inadeguato, dell'apparato istintivo da cui può scaturire la cordialità necessaria alla cooperazione. L'amore è la prima e più comune forma di emozione che conduce alla cooperazione, e coloro che hanno sperimentato l'amore con una certa intensità non si accontenteranno di una filosofia che presuppone che il loro sommo bene sia indipendente da quello della persona amata. A questo proposito, il sentimento genitoriale è ancora più potente, ma il sentimento genitoriale nella sua forma migliore è il risultato dell'amore tra i genitori. Non pretendo che l'amore nella sua forma più elevata sia comune, ma sostengo che nella sua forma più elevata rivela valori che altrimenti rimarrebbero sconosciuti, e ha di per sé un valore che non è intaccato dallo scetticismo, sebbene gli scettici che ne sono incapaci possano erroneamente attribuire la loro incapacità al loro scetticismo.

Il vero amore è un fuoco duraturo,

Nella mente sempre ardente,

Mai malato, mai morto, mai freddo, mai allontanato da sé stesso.

Passo ora a ciò che il signor Krutch ha da dire sulla tragedia. Sostiene, e in questo non posso che essere d'accordo con lui, che Spettri di Ibsen sia inferiore a Re Leer. 'Nessuna maggiore

capacità espressiva, nessun dono più grande per le parole, avrebbe potuto trasformare Ibsen in Shakespeare. I materiali da cui quest'ultimo ha creato le sue opere - la sua concezione della dignità umana, il suo senso dell'importanza delle passioni umane, la sua visione dell'ampiezza della vita umana - semplicemente non esistevano e non potevano esistere per Ibsen, così come non esistevano e non potevano esistere per i suoi contemporanei. Dio, l'uomo e la natura si erano in qualche modo affievoliti nel corso del tempo intercorso.

secoli, non perché il credo realista dell'arte moderna ci abbia portato a cercare persone meschine, ma perché questa meschinità della vita umana ci è stata in qualche modo imposta dall'azione di quello stesso processo che ha portato allo sviluppo di teorie realistiche dell'arte con cui la nostra visione poteva essere giustificata:' È indubbio che il tipo di tragedia vecchio stile che trattava di principi e dei loro dolori non sia adatto alla nostra epoca, e quando cerchiamo di trattare allo stesso modo i dolori di un individuo oscuro l'effetto non è lo stesso. La ragione di ciò non è, tuttavia, un deterioramento della nostra visione della vita, ma esattamente il contrario. È dovuto al fatto che non possiamo più considerare certi individui come i grandi della terra, che hanno diritto alle passioni tragiche, mentre tutti gli altri devono solo faticare e sgobbare per produrre la magnificenza di quei pochi. Shakespeare dice:

Quando muoiono i mendicanti, non si vedono comete; sono i cieli stessi a far risplendere la morte dei principi.

Ai tempi di Shakespeare, questo sentimento, se non letteralmente creduto, esprimeva quantomeno una visione pressoché universale e profondamente condivisa dallo stesso Shakespeare. Di conseguenza, la morte del poeta Cinna è comica, mentre le morti di Cesare, Bruto e Cassio sono tragiche. Il significato cosmico di una morte individuale ci è sfuggito perché siamo diventati democratici, non solo nelle apparenze, ma anche nelle nostre convinzioni più profonde. La grande tragedia, quindi, ai giorni nostri deve concentrarsi più sulla comunità che sull'individuo.

Vorrei citare come esempio di ciò che intendo il romanzo "Massemensch" di Ernst Toller. Non affermo che quest'opera sia pari ai migliori capolavori del passato, ma sostengo che sia giustamente paragonabile: è nobile, profonda e attuale, incentrata sull'azione eroica e capace di "purificare il lettore attraverso la pietà e il terrore", come diceva Aristotele. Esistono ancora pochi esempi di questo tipo di tragedia moderna, poiché le vecchie tecniche e le vecchie tradizioni devono essere abbandonate senza essere sostituite da mera banalità colta. Per scrivere una tragedia, bisogna sentirla. Per sentirla, bisogna essere consapevoli del mondo in cui si vive, non solo con la mente, ma con il sangue e i muscoli. Il signor Krutch, nel corso del suo libro, parla a tratti di disperazione, e si rimane colpiti dalla sua eroica accettazione di un mondo desolato, ma questa desolazione è dovuta al fatto che lui e la maggior parte degli intellettuali non hanno ancora imparato a provare le vecchie emozioni in risposta a nuovi stimoli. Gli stimoli esistono, ma non negli ambienti letterari. Gli ambienti

letterari non hanno alcun contatto vitale con la vita della comunità, e tale contatto è necessario affinché i sentimenti degli uomini acquisiscano la serietà e la profondità in cui si sviluppano sia la tragedia che la vera felicità.

A tutti i giovani talentuosi che vagano senza meta sentendo di non avere nulla da fare al mondo, direi: "Smettete di cercare di scrivere e, invece, cercate di non scrivere. Andate nel mondo; diventate pirati, re nel Borneo, operai nella Russia sovietica; datevi un'esistenza in cui la soddisfazione dei bisogni fisici elementari occupi tutte le vostre energie". Non consiglio questa strada a tutti, ma solo a coloro che soffrono della malattia diagnosticata dal signor Krutch. Credo che, dopo alcuni anni di un'esistenza simile, l'ex intellettuale si renderà conto che, nonostante i suoi sforzi, non potrà più astenersi dallo scrivere, e quando arriverà quel momento la sua scrittura non gli sembrerà vana.

Capitolo 3: La competizione

Se chiedete a un uomo qualsiasi in America, o a un uomo d'affari in Inghilterra, cosa interferisca maggiormente con il suo godimento dell'esistenza, vi risponderà: "La lotta per la sopravvivenza". Lo dirà con tutta sincerità; ci crederà. In un certo senso è vero; eppure in un altro, e questo è un senso molto importante, è profondamente falso. La lotta per la sopravvivenza è una cosa che, naturalmente, accade. Può capitare a chiunque di noi se siamo sfortunati. Accadde, ad esempio, all'eroe di Conrad, Falk, che si trovò su una nave abbandonata, uno dei due uomini dell'equipaggio in possesso di armi da fuoco, senza altro da

mangiare che gli altri due uomini. Quando i due uomini ebbero finito i pasti su cui erano riusciti a mettersi d'accordo, iniziò una vera e propria lotta per la sopravvivenza. Falk vinse, ma da quel momento in poi divenne vegetariano.

Non è questo che intende l'uomo d'affari quando parla di "lotta per la sopravvivenza". È un'espressione imprecisa che ha adottato per dare dignità a qualcosa di essenzialmente insignificante. Chiedetegli quanti uomini del suo ceto sociale ha conosciuto morti di fame. Chiedetegli cosa è successo ai suoi amici dopo essere stati rovinati. Tutti sanno che un uomo d'affari rovinato sta meglio, in termini di agi materiali, di un uomo che non è mai stato abbastanza ricco da rischiare la rovina. Ciò che la gente intende, quindi, con "lotta per la sopravvivenza" è in realtà la lotta per il successo. La paura che le persone provano quando si impegnano in questa lotta non è quella di non riuscire a procurarsi la colazione la mattina dopo, ma quella di non riuscire a superare i propri vicini.

È davvero singolare quanto poco gli uomini sembrino rendersi conto di non essere intrappolati nella morsa di un meccanismo senza via d'uscita, ma di rimanere bloccati su quel tapis roulant semplicemente perché non si accorgono che non li porta a un livello superiore. Penso, naturalmente, agli uomini che occupano posizioni di rilievo nel mondo degli affari, uomini che hanno già un buon reddito e che potrebbero, se lo volessero, vivere con quello che hanno. Farlo sembrerebbe loro vergognoso, come disertare dall'esercito di fronte al nemico, anche se, se si chiede loro quale

causa pubblica stiano servendo con il loro lavoro, non saprebbero rispondere non appena avranno esaurito le banalità che si trovano nelle pubblicità di una vita frenetica.

Consideriamo la vita di un uomo simile. Possiamo supporre che abbia una casa affascinante, una moglie affascinante e figli affascinanti. Si sveglia presto la mattina mentre dormono ancora e si affretta in ufficio. Lì è suo dovere ostentare le qualità di un grande dirigente; coltiva una mascella ferma, un modo di parlare deciso e un'aria di sagace riservatezza calcolata per impressionare tutti tranne il fattorino. Detta lettere, conversa al telefono con varie persone importanti, studia il mercato e poco dopo pranza con qualcuno con cui sta conducendo o spera di concludere un affare. La stessa cosa si ripete per tutto il pomeriggio. Arriva a casa, stanco, giusto in tempo per vestirsi per cena. A cena lui e un certo numero di altri uomini stanchi devono fingere di apprezzare la compagnia di signore che non hanno occasione di...

Si sente ancora stanco. È impossibile prevedere quante ore ci vorranno al pover'uomo per fuggire. Finalmente si addormenta e per qualche ora la tensione si allenta.

La vita lavorativa di quest'uomo ha la psicologia di una corsa di cento metri, ma poiché la corsa in cui è impegnato è una il cui unico obiettivo è la tomba, la concentrazione, che è sufficiente per cento metri, alla fine diventa un po' eccessiva.

Cosa sa dei suoi figli? Nei giorni feriali è in ufficio; la domenica è al campo da golf. Cosa sa di sua moglie? Quando la lascia la mattina, lei dorme.

Per tutta la sera lui e lei sono impegnati in doveri sociali che impediscono una conversazione intima. Probabilmente non ha amici uomini che siano importanti per lui, sebbene ne abbia alcuni con cui ostenta una cordialità che vorrebbe provare. Della primavera e del raccolto conosce solo gli effetti sul mercato; paesi stranieri li ha probabilmente visti, ma con occhi di totale noia. I libri gli sembrano futili e la musica elitaria. Anno dopo anno si sente sempre più solo; la sua attenzione si concentra sempre di più e la sua vita al di fuori degli affari si fa più arida. Ho visto un americano di questo tipo in tarda età, in Europa, con la moglie e le figlie. Evidentemente avevano convinto il poveretto che era ora di prendersi una vacanza e dare alle figlie l'opportunità di visitare il Vecchio Continente. Madre e figlie in estasi lo circondano e richiamano la sua attenzione su ogni nuovo dettaglio che sembra loro caratteristico. Il capofamiglia, completamente esausto, completamente annoiato, si chiede cosa stiano facendo in ufficio in quel momento, o cosa stia succedendo nel mondo del baseball. Le donne del suo popolo, alla fine, lo abbandonano e concludono che gli uomini sono dei filistei. Non si rendono mai conto che egli è vittima della loro avidità; né, in realtà, questa è del tutto la verità, così come il sati non era esattamente ciò che appariva a un osservatore europeo. Probabilmente in nove casi su dieci la vedova era una vittima consenziente, pronta a essere bruciata per la gloria e perché così prescritto dalla religione. La

religione e la gloria dell'uomo d'affari esigono che egli guadagni molto denaro; perciò, come la vedova indù, sopporta volentieri il tormento.

Se si vuole rendere più felice l'uomo d'affari americano, deve prima cambiare religione. Finché non solo desidera il successo, ma è anche fermamente convinto che sia dovere dell'uomo perseguirlo e che chi non lo fa sia una creatura miserabile, la sua vita rimarrà troppo concentrata e troppo ansiosa per poter essere felice.

Prendiamo un esempio semplice, come gli investimenti. Quasi ogni americano preferirebbe ottenere l'8% da un investimento rischioso piuttosto che il 4% da uno sicuro. La conseguenza è che si verificano frequenti perdite di denaro e continue preoccupazioni e ansie. Personalmente, ciò che desidererei ottenere dal denaro sarebbe una vita agiata e sicura. Ma ciò che l'uomo moderno medio desidera è ottenere più denaro, con l'obiettivo di ostentazione, sfarzo e di superare coloro che fino ad allora erano suoi pari. La gerarchia sociale in America è indefinita e in continua fluttuazione. Di conseguenza, tutte le emozioni snobistiche diventano più irrequiete rispetto a dove l'ordine sociale è fisso, e sebbene il denaro di per sé non sia sufficiente a rendere una persona ricca, è difficile essere ricchi senza denaro. Inoltre, il denaro guadagnato è la misura comunemente accettata dell'intelligenza. Un uomo che guadagna molto denaro è un tipo intelligente; un uomo che non ne guadagna, non lo è. A nessuno piace essere considerato uno sciocco. Pertanto, quando il

mercato è in una situazione delicata, un uomo si sente come si sentono i giovani durante un esame.

Penso che si debba ammettere che un elemento di paura genuina, seppur irrazionale, riguardo alle conseguenze della rovina si insinua spesso nelle ansie di un uomo d'affari. Arnold Bennett

Clayhanger, per quanto ricco fosse diventato, continuava ad avere paura di morire nell'ospizio dei poveri. Non ho dubbi che coloro che hanno sofferto molto a causa della povertà durante l'infanzia siano tormentati dal terrore che i loro figli possano soffrire allo stesso modo, e sentano che è quasi impossibile accumulare abbastanza milioni per proteggersi da questa calamità. Tali timori sono probabilmente inevitabili nella prima generazione, ma è meno probabile che affliggano coloro che non hanno mai conosciuto la grande povertà. In ogni caso, rappresentano un fattore minore e alquanto eccezionale del problema.

La radice del problema risiede nell'eccessiva enfasi posta sul successo competitivo come principale fonte di felicità. Non nego che la sensazione di successo renda più facile godersi la vita. Un pittore, per esempio, che è rimasto sconosciuto durante la sua giovinezza, sarà probabilmente più felice se il suo talento otterrà riconoscimento. Né nego che il denaro, fino a un certo punto, sia in grado di aumentare la felicità; oltre tale limite, non credo che lo faccia. Ciò che sostengo è che il successo può essere solo un ingrediente della felicità, e che il suo prezzo è troppo alto se per ottenerlo si sacrificano tutti gli altri ingredienti.

La fonte di questo problema risiede nella filosofia di vita prevalente negli ambienti imprenditoriali. In Europa, è vero, esistono altri ambienti che godono di prestigio. In alcuni paesi c'è un'aristocrazia; in tutti ci sono le professioni intellettuali, e in quasi tutti i paesi, tranne alcuni di quelli più piccoli, l'esercito e la marina godono di grande rispetto. Ora, sebbene sia vero che il successo implichi una componente competitiva a prescindere dalla professione, ciò che viene rispettato non è solo il successo in sé, ma l'eccellenza, qualunque essa sia, a cui il successo è dovuto. Uno scienziato può guadagnare o meno; di certo non è più rispettato se guadagna rispetto a se non guadagna. Nessuno si stupisce di trovare un eminente generale o ammiraglio povero; anzi, in tali circostanze, la povertà è, in un certo senso, di per sé un onore. Per queste ragioni, in Europa, la lotta competitiva puramente monetaria è confinata a certi ambienti, forse non i più influenti o i più rispettati.

In America la situazione è diversa. Le Forze Armate svolgono un ruolo troppo marginale nella vita nazionale perché i loro standard possano avere un'influenza significativa. Quanto alle professioni intellettuali, nessun estraneo può dire se un medico conosca davvero la medicina o se un avvocato conosca davvero il diritto; è quindi più facile giudicarne il merito dal reddito che si può dedurre dal loro tenore di vita. Quanto ai professori, sono al servizio degli imprenditori e, come tali, godono di meno rispetto di quanto ne venga loro tributato nei paesi più antichi. La conseguenza di tutto ciò è che in America il professionista imita l'imprenditore e non costituisce una tipologia a sé stante come in Europa. Pertanto, in

tutte le classi benestanti non c'è nulla che mitighi la pura e semplice lotta per il successo finanziario.

Fin dalla più tenera età, i ragazzi americani pensano che questa sia l'unica cosa che conti e non desiderano essere disturbati da alcun tipo di istruzione priva di valore pecuniario. Un tempo, l'istruzione era concepita in gran parte come un addestramento alla capacità di godere – intendo dire, di quei piaceri più raffinati che non sono accessibili alle persone completamente incolte. Nel XVIII secolo, uno dei segni distintivi di un "gentiluomo" era quello di apprezzare con gusto la letteratura, la pittura e la musica. Oggi potremmo non condividere i suoi gusti, ma erano quantomeno autentici. L'uomo ricco dei giorni nostri tende ad essere di tutt'altro tipo. Non legge mai. Se sta allestendo una galleria d'arte con l'obiettivo di accrescere la sua fama, si affida a esperti per la scelta dei quadri; il piacere che ne ricava non è quello di guardarli, ma quello di impedire a qualche altro uomo ricco di possederli. Per quanto riguarda la musica, se per caso è ebreo, potrebbe avere un autentico apprezzamento; altrimenti, sarà incolto come lo è nei confronti delle altre arti. Il risultato di tutto ciò è che non sa cosa fare del tempo libero. Man mano che si arricchisce, diventa sempre più facile guadagnare denaro, finché alla fine bastano cinque minuti al giorno per fargli guadagnare più di quanto sappia spendere. Il pover'uomo si ritrova così senza nulla da fare a causa del suo successo. Questo accadrà inevitabilmente finché il successo stesso verrà considerato lo scopo della vita. A meno che a un uomo non venga insegnato

cosa fare del successo dopo averlo ottenuto, il suo raggiungimento lo renderà inevitabilmente preda della noia.

La mentalità competitiva si insinua facilmente in ambiti che non le appartengono. Prendiamo, ad esempio, la questione della lettura. Ci sono due motivi per leggere un libro: il primo è il piacere della lettura; il secondo è la possibilità di vantarsene. In America è diventata consuetudine per le signore leggere (o fingere di leggere) determinati libri ogni mese; alcune li leggono, altre ne leggono solo il primo capitolo, altre ancora leggono le recensioni, ma tutte hanno questi libri sui loro tavoli. Non leggono, tuttavia, alcun capolavoro. Non c'è mai stato un mese in cui i circoli di lettura abbiano scelto Amleto o Re Lear; non c'è mai stato un mese in cui sia stato necessario conoscere Dante. Di conseguenza, le letture si limitano a libri moderni mediocri e mai a capolavori. Anche questo è un effetto della competizione, forse non del tutto negativo, dato che la maggior parte delle signore in questione, se lasciate a se stesse, lungi dal leggere capolavori, leggerebbe libri persino peggiori di quelli scelti per loro dai loro pastori e maestri letterari.

L'enfasi sulla competizione nella vita moderna è legata a un generale declino dei valori della civiltà, simile a quello che deve essersi verificato a Roma dopo l'età augustea. Uomini e donne sembrano essere diventati incapaci di godere dei piaceri più intellettuali. L'arte della conversazione, ad esempio, portata alla perfezione nei salotti francesi del XVIII secolo, era ancora una tradizione viva quarant'anni fa. Era un'arte squisita, che metteva in

gioco le facoltà più elevate per il bene di qualcosa di completamente effimero. Ma chi, nella nostra epoca, si interessa a qualcosa di così superficiale? In Cina quest'arte fioriva ancora in tutto il suo splendore dieci anni fa, ma immagino che l'ardore missionario dei nazionalisti l'abbia da allora completamente spazzata via. La conoscenza della buona letteratura, che era universale tra le persone istruite cinquanta o cento anni fa, è ora appannaggio di pochi professori. Tutti i piaceri più tranquilli sono stati abbandonati.

Alcuni studenti americani mi portarono a fare una passeggiata primaverile in un bosco ai margini del loro campus; era pieno di fiori selvatici squisiti, ma nessuna delle mie guide ne conosceva il nome. A cosa servirebbe una simile conoscenza? Non contribuirebbe certo al reddito di nessuno.

Il problema non risiede semplicemente nel singolo individuo, né un singolo individuo può prevenirlo nel suo caso isolato. Il problema nasce dalla filosofia di vita generalmente accettata, secondo la quale la vita è una lotta, una competizione, in cui il rispetto va accordato al vincitore. Questa visione porta a un'eccessiva coltivazione della volontà a scapito dei sensi e dell'intelletto. O forse, dicendo questo, stiamo mettendo il carro davanti ai buoi. I moralisti puritani hanno sempre enfatizzato la volontà in epoca moderna, sebbene originariamente fosse la fede a essere al centro della loro attenzione. Può darsi che secoli di puritanesimo abbiano prodotto una razza in cui la volontà si è sviluppata eccessivamente, mentre i sensi e l'intelletto sono stati

trascurati, e che tale razza abbia adottato una filosofia della competizione come quella più adatta alla propria natura.

Comunque sia, il prodigioso successo di questi dinosauri moderni, che, come i loro prototipi preistorici, preferiscono il potere all'intelligenza, sta portando a una loro imitazione universale: sono diventati il modello dell'uomo bianco ovunque, e questo probabilmente aumenterà nei prossimi cento anni. Coloro che, tuttavia, non seguono questa moda possono consolarsi pensando che i dinosauri alla fine non hanno trionfato; si sono sterminati a vicenda, e degli osservatori intelligenti hanno ereditato il loro regno. I nostri dinosauri moderni si stanno autodistruggendo. In media non hanno nemmeno due figli per matrimonio; non si godono la vita abbastanza da desiderare di procreare. A questo punto, la filosofia eccessivamente rigida che hanno ereditato dai loro antenati puritani si dimostra inadatta al mondo. Coloro la cui visione della vita li porta a provare così poca felicità da non desiderare di procreare sono biologicamente condannati. Presto dovranno essere sostituiti da qualcosa di più allegro e spensierato.

Considerare la competizione come l'elemento centrale della vita è un'idea troppo cupa, troppo tenace, troppo incentrata su muscoli tesi e volontà ferrea, per poter costituire un fondamento di vita per più di una o due generazioni al massimo. Dopo un periodo così lungo, non può che generare affaticamento nervoso, vari fenomeni di evasione, una ricerca di piaceri tanto tesa e faticosa quanto il lavoro (poiché il relax diventa impossibile) e,

infine, la scomparsa della stirpe per sterilità. Non è solo il lavoro ad essere avvelenato dalla filosofia della competizione; anche il tempo libero ne risente allo stesso modo. Quel tipo di tempo libero tranquillo e rigenerante per i nervi finisce per essere percepito come noioso. È inevitabile un'accelerazione continua, la cui naturale conclusione sarebbe la droga e il collasso. La cura sta nell'ammettere il ruolo di un sano e tranquillo godimento in un ideale di vita equilibrato.

Capitolo 4: Noia ed eccitazione

La noia, come fattore del comportamento umano, ha ricevuto, a mio parere, molta meno attenzione di quanta ne meriti. Credo sia stata una delle principali forze motrici di tutta l'epoca storica, e lo è oggi più che mai. La noia sembra essere un'emozione prettamente umana. È vero che gli animali in cattività diventano apatici, camminano avanti e indietro e sbadigliano, ma in natura non credo che provino qualcosa di analogo alla noia. Il più delle volte sono alla ricerca di nemici, o di cibo, o di entrambi; a volte si accoppiano, a volte cercano di tenersi al caldo. Ma anche quando sono infelici, non credo che si annoino. Forse le scimmie antropoidi ci assomigliano sotto questo aspetto, come in molti altri, ma non avendo mai vissuto con loro non ho avuto l'opportunità di fare l'esperimento. Uno degli elementi essenziali della noia consiste nel contrasto tra le circostanze presenti e altre circostanze più piacevoli che si impongono irresistibilmente all'immaginazione. Uno degli elementi essenziali della noia è anche che le proprie facoltà non siano completamente occupate.

Scappare da nemici che cercano di toglierti la vita è, immagino, spiacevole, ma certamente non noioso. Un uomo non si annoierebbe durante un'esecuzione, a meno che non avesse un coraggio quasi sovrumano. Allo stesso modo, nessuno ha mai sbadigliato durante il suo primo discorso alla Camera dei Lord, con l'eccezione del defunto Duca di Devonshire, che per questo motivo era venerato dai Lord. La noia è essenzialmente un desiderio frustrato di eventi, non necessariamente piacevoli, ma semplicemente di avvenimenti che permettano a chi ne è affetto di distinguere un giorno dall'altro. L'opposto della noia, in una parola, non è il piacere, ma l'eccitazione.

Il desiderio di emozioni forti è profondamente radicato negli esseri umani, soprattutto nei maschi. Suppongo che nella fase di caccia fosse più facile soddisfarlo di quanto non lo sia stato in seguito. L'inseguimento era emozionante, la guerra era emozionante, il corteggiamento era emozionante. Un selvaggio riuscirà a commettere adulterio con una donna mentre il marito dorme accanto a lei, sapendo che se il marito si svegliasse, morirebbe all'istante. Questa situazione, immagino, non sia noiosa.

Ma con l'avvento dell'agricoltura la vita iniziò a diventare monotona, fatta eccezione, naturalmente, per gli aristocratici, che rimasero, e rimangono tuttora, nella fase della caccia. Si parla molto della noia del lavoro meccanizzato, ma credo che la noia dell'agricoltura con metodi tradizionali sia almeno altrettanto grande. Anzi, contrariamente a quanto sostengono la maggior parte dei filantropi, direi che l'era delle macchine ha

enormemente ridotto la noia nel mondo. Per i lavoratori salariati le ore di lavoro non sono solitarie, mentre le ore serali possono essere dedicate a una varietà di svaghi impossibili in un villaggio rurale di un tempo. Consideriamo ancora una volta il cambiamento nella vita della piccola borghesia. Ai vecchi tempi, dopo cena, quando moglie e figlie avevano sparecchiato, tutti si sedevano intorno e trascorrevano quello che veniva chiamato "un felice momento in famiglia". Ciò significava che il capofamiglia andava a dormire, la moglie lavorava a maglia e le figlie desideravano essere morte o a Timbuctù. Non era loro permesso leggere, né uscire dalla stanza, perché si riteneva che in quel periodo il padre conversasse con loro, cosa che doveva essere un piacere per tutti. Con un po' di fortuna, alla fine si sposarono e ebbero la possibilità di infliggere ai loro figli un'infanzia altrettanto squallida della loro. Se non ebbero fortuna, si trasformarono in zitelle, forse infine in signore decadute – un destino orribile quanto quello inflitto dai selvaggi alle loro vittime.

Bisogna tenere a mente tutto questo peso della noia quando si valuta il mondo di cento anni fa, e andando ancora più indietro nel tempo, la noia si fa ancora più insopportabile. Immaginate la monotonia dell'inverno in un villaggio medievale. La gente non sapeva leggere né scrivere, aveva solo candele per illuminare le serate, il fumo del loro unico fuoco riempiva l'unica stanza che non era gelida. Le strade erano praticamente impraticabili, quindi era raro incontrare qualcuno di un altro villaggio. Dev'essere stata soprattutto la noia a spingere alla pratica della caccia alle streghe come unico passatempo per ravvivare le serate invernali.

Siamo meno annoiati dei nostri antenati, ma abbiamo più paura della noia. Siamo giunti a sapere, o meglio a credere, che la noia non faccia parte del destino naturale dell'uomo, ma possa essere evitata ricercando con sufficiente vigore emozioni forti.

Oggi le ragazze si guadagnano da vivere, soprattutto perché questo permette loro di cercare emozioni la sera e di sfuggire alla "tranquilla routine familiare" che le loro nonne erano costrette a sopportare. Chiunque possa permetterselo vive in città; in America, chi non può, ha un'auto, o almeno una moto, per andare al cinema. E naturalmente hanno la radio in casa. I giovani si incontrano con molta meno difficoltà rispetto al passato, e ogni domestica si aspetta almeno una volta alla settimana un'esperienza emozionante quanto quella che avrebbe bastato a un'eroina di Jane Austen per un intero romanzo.

Man mano che si sale nella scala sociale, la ricerca di emozioni si fa sempre più intensa. Chi se lo può permettere si sposta continuamente da un luogo all'altro, portando con sé allegria, balli e bevute, ma per qualche ragione aspettandosi sempre di goderne di più in un posto nuovo. Chi deve guadagnarsi da vivere si ritrova inevitabilmente a dover affrontare la noia durante le ore lavorative, ma chi ha abbastanza denaro da non dover lavorare ha come ideale una vita completamente libera dalla noia. È un ideale nobile, e lungi da me il volerlo denigrare, ma temo che, come altri ideali, sia più difficile da raggiungere di quanto gli idealisti credano. Dopotutto, le mattine sono noiose nella stessa misura in cui le serate precedenti erano divertenti. Ci sarà la mezza età,

forse anche la vecchiaia. A vent'anni gli uomini pensano che la vita finirà a trenta.

Io, all'età di cinquantotto anni, non posso più condividere questa opinione. Forse è altrettanto imprudente spendere il proprio capitale vitale quanto quello finanziario. Forse una certa dose di noia è un ingrediente necessario nella vita. Il desiderio di sfuggire alla noia è naturale; in effetti, tutte le razze umane lo hanno manifestato quando se ne è presentata l'occasione. Quando i selvaggi hanno assaggiato per la prima volta l'alcol per mano degli uomini bianchi, hanno finalmente trovato una via di fuga dalla tediosità secolare e, salvo quando il governo è intervenuto, si sono ubriacati fino a morire in modo violento. Guerre, pogrom e persecuzioni sono stati tutti parte della fuga dalla noia; persino i litigi con i vicini sono stati considerati meglio di niente. La noia è dunque un problema vitale per il moralista, poiché almeno metà dei peccati dell'umanità sono causati dalla paura di essa.

La noia, tuttavia, non va considerata del tutto negativa. Ne esistono due tipi: uno fecondo, l'altro soporifero. Il primo nasce dall'assenza di droghe, mentre il secondo dall'assenza di attività vitali. Non intendo affermare che le droghe non possano avere alcun ruolo positivo nella vita. Ci sono momenti, ad esempio, in cui un medico saggio prescrive un oppiaceo, e credo che questi momenti siano più frequenti di quanto i proibizionisti suppongano. Ma la dipendenza dalle droghe è certamente qualcosa che non può essere lasciata al libero arbitrio dell'istinto naturale. E la noia che prova chi è abituato alle droghe quando ne

viene privato è qualcosa per cui non posso suggerire altro rimedio se non il tempo.

Ciò che vale per le droghe vale anche, entro certi limiti, per ogni tipo di eccitazione. Una vita troppo eccitante è una vita estenuante, in cui sono necessari stimoli sempre più forti per provare quel brivido che ormai è considerato parte essenziale del piacere. Una persona abituata a troppe eccitazioni è come una persona con una morbosa dipendenza dal pepe, che è l'ultima a non riuscire nemmeno ad assaporare una quantità di pepe che farebbe soffocare chiunque altro. C'è un elemento di noia inseparabile dall'evitare troppe eccitazioni, e troppe eccitazioni non solo minano la salute, ma ottundiscono il palato per ogni tipo di piacere, sostituendo le solleticazioni superficiali alle profonde soddisfazioni organiche, l'astuzia alla saggezza e le sorprese inaspettate alla bellezza. Non voglio spingere all'estremo l'obiezione alle eccitazioni. Una certa quantità è salutare, ma, come quasi tutto il resto, la questione è quantitativa. Troppo poche possono generare una dipendenza morbosa, troppe produrranno spossatezza. Una certa capacità di sopportare la noia è dunque essenziale per una vita felice, ed è una delle cose che andrebbero insegnate ai giovani.

Tutti i grandi libri contengono parti noiose, e tutte le grandi vite hanno avuto dei momenti poco interessanti. Immaginate un editore americano moderno che si trovasse di fronte all'Antico Testamento come a un nuovo manoscritto che gli viene

presentato per la prima volta. Non è difficile immaginare quali sarebbero i suoi commenti, ad esempio, sulle genealogie.

«Mio caro signore», diceva, «questo capitolo è privo di brio; non può pretendere che il lettore si interessi a una semplice sequenza di nomi propri di persone di cui gli dice così poco. Ammetto che ha iniziato la sua storia con uno stile eccellente, e inizialmente ne sono rimasto molto favorevolmente colpito, ma lei ha troppa voglia di raccontarla tutta. Selezioni i punti salienti, elimini il superfluo e mi restituisca il manoscritto quando lo avrà ridotto a una lunghezza ragionevole.»

Così parlerebbe l'editore moderno, conoscendo la paura della noia del lettore moderno. Direbbe la stessa cosa dei classici confuciani, del Corano, del Capitale di Marx e di tutti gli altri libri sacri che si sono rivelati bestseller. E questo non vale solo per i libri sacri. Tutti i migliori romanzi contengono passaggi noiosi. Un romanzo che brilla dalla prima all'ultima pagina non sarà quasi certamente un grande libro. Né le vite dei grandi uomini sono state emozionanti se non in pochi grandi momenti. Socrate poteva godersi un banchetto di tanto in tanto, e deve aver tratto notevole soddisfazione dalle sue conversazioni mentre la cicuta faceva effetto, ma per la maggior parte della sua vita visse tranquillamente con Santippe, facendo una passeggiata nel pomeriggio e forse incontrando qualche amico lungo la strada. Si dice che Kant non abbia mai avuto più di dieci anni.

Rimase a chilometri di distanza da Königsberg per tutta la vita. Darwin, dopo aver fatto il giro del mondo, trascorse il resto della

sua vita nella propria casa. Marx, dopo aver fomentato alcune rivoluzioni, decise di trascorrere il resto dei suoi giorni al British Museum. In definitiva, si scoprirà che una vita tranquilla è caratteristica dei grandi uomini e che i loro piaceri non sono stati di quelli che apparirebbero eccitanti all'apparenza. Nessuna grande impresa è possibile senza un lavoro costante, così impegnativo e difficile da lasciare poca energia per divertimenti più faticosi, ad eccezione di quelli che servono a recuperare le energie fisiche durante le vacanze, di cui l'alpinismo può essere il miglior esempio.

La capacità di sopportare una vita più o meno monotona è una dote che si acquisisce durante l'infanzia. I genitori moderni sono in gran parte responsabili di questo: offrono ai figli troppi svaghi passivi, come spettacoli e cibi prelibati, e non comprendono l'importanza per un bambino di avere un giorno uguale all'altro, salvo, ovviamente, rare eccezioni.

I piaceri dell'infanzia dovrebbero essere principalmente quelli che il bambino ricava dal suo ambiente con un certo impegno e inventiva. I piaceri che sono eccitanti e allo stesso tempo non richiedono alcuno sforzo fisico, come ad esempio il teatro, dovrebbero essere molto rari. L'eccitazione è come una droga, di cui si avrà sempre più bisogno, e la passività fisica durante l'eccitazione è contraria all'istinto. Un bambino si sviluppa al meglio quando, come una giovane pianta, viene lasciato indisturbato nello stesso terreno. Troppi viaggi, troppe impressioni

diverse, non fanno bene ai piccoli e li rendono, crescendo, incapaci di sopportare una monotonia proficua.

Non intendo dire che la monotonia abbia dei meriti in sé; intendo solo dire che certe cose buone non sono possibili se non in presenza di un certo grado di monotonia. Prendiamo, ad esempio, il Preludio di Wordsworth. Sarà evidente a ogni lettore che qualsiasi cosa avesse un valore nei pensieri e nei sentimenti di Wordsworth sarebbe stata impossibile per un giovane urbano sofisticato. Un ragazzo o un giovane che abbia un serio scopo costruttivo sopporterà volontariamente molta noia se scopre che è necessaria lungo il cammino. Ma gli scopi costruttivi non si formano facilmente nella mente di un ragazzo se vive una vita di distrazioni e dissolutezze, perché in tal caso i suoi pensieri saranno sempre rivolti al piacere successivo piuttosto che al lontano traguardo. Per tutte queste ragioni, una generazione che non sa sopportare la noia sarà una generazione di uomini meschini, di uomini eccessivamente distaccati dai lenti processi della natura, di uomini in cui ogni impulso vitale appassisce lentamente, come fiori recisi in un vaso.

Non amo il linguaggio mistico, eppure faccio fatica a esprimere ciò che intendo senza ricorrere a frasi che suonano più poetiche che scientifiche. Qualunque cosa si voglia pensare, siamo creature della Terra; la nostra vita è parte della vita della Terra e da essa traiamo nutrimento, proprio come le piante e gli animali. Il ritmo della vita terrestre è lento; l'autunno e l'inverno sono essenziali quanto la primavera e l'estate, il riposo è essenziale

quanto il movimento. Per il bambino, ancor più che per l'adulto, è necessario preservare un certo contatto con il flusso e riflusso della vita terrestre. Il corpo umano si è adattato nel corso dei secoli a questo ritmo e la religione ne ha incarnato qualcosa nella festa della Pasqua.

Ho visto un bambino di due anni, che era stato tenuto a Londra, portato fuori per la prima volta a passeggiare in campagna. Era inverno e tutto era bagnato e fangoso. Agli occhi di un adulto non c'era nulla che potesse suscitare gioia, ma nel bambino sbocciò una strana estasi; si inginocchiò nella terra bagnata, affondò il viso nell'erba e lasciò uscire grida di gioia appena udibili. La gioia che provava era primitiva, semplice e immensa. Il bisogno organico che veniva soddisfatto è così profondo che coloro a cui viene negato raramente sono completamente sani di mente.

Molti piaceri, di cui possiamo trarre il gioco d'azzardo

Ad esempio, non contengono alcun elemento di questo contatto con la Terra. Tali piaceri, nell'istante in cui cessano, lasciano l'uomo con una sensazione di polvere e insoddisfazione, affamato di non sapere cosa. Tali piaceri non portano nulla che si possa definire gioia. Quelli, invece, che ci mettono in contatto con la vita della Terra hanno qualcosa di profondamente appagante; quando cessano, la felicità che hanno portato rimane, sebbene la loro intensità, mentre esistevano, possa essere stata inferiore a quella di distrazioni più eccitanti.

La meta che ho in mente spazia dalle occupazioni più semplici a quelle più civilizzate. Il bambino di due anni di cui ho parlato poco fa ha mostrato la forma più primitiva possibile di unione con la vita della Terra. Ma in una forma più elevata, la stessa cosa si ritrova nella poesia. Ciò che rende suprema la lirica di Shakespeare è che è pervasa dalla stessa gioia che ha spinto il bambino di due anni ad abbracciare l'erba. Pensate a "Hark, hark, the lark" o a "Come unto these yellow sands"; in queste poesie troverete l'espressione civilizzata della stessa emozione che nel nostro bambino di due anni poteva trovare solo espressione in grida inarticolate. Oppure, ancora, considerate la differenza tra amore e mera attrazione sessuale. L'amore è un'esperienza in cui tutto il nostro essere viene rinnovato e rinvigorito, come quello delle piante dalla pioggia dopo la siccità. Nel rapporto sessuale senza amore non c'è nulla di tutto ciò. Quando il piacere momentaneo finisce, subentrano stanchezza, disgusto e la sensazione che la vita sia vuota. L'amore è parte della vita della Terra; Il sesso senza amore non è tale.

La particolare forma di noia di cui soffrono le popolazioni urbane moderne è intimamente legata alla loro separazione dalla vita terrena. Rende la vita calda, polverosa e arida, come un pellegrinaggio nel deserto. Tra coloro che sono abbastanza ricchi da poter scegliere il proprio stile di vita, la particolare e insopportabile forma di noia di cui soffrono è dovuta, per quanto paradossale possa sembrare, alla loro paura della noia stessa. Fuggendo dalla noia appagante, cadono preda di un'altra forma di noia, ben peggiore. Una vita felice deve essere in gran parte una

vita tranquilla, perché solo in un'atmosfera di quiete può vivere la vera gioia.

Capitolo 5: Affaticamento

La stanchezza si manifesta in molti modi, e alcune di esse rappresentano un ostacolo alla felicità ben più grave di altre. La stanchezza puramente fisica, purché non eccessiva, tende semmai ad essere fonte di felicità: favorisce un sonno ristoratore e un buon appetito, e ravviva i piaceri che si possono godere durante le vacanze. Ma quando è eccessiva, diventa un male gravissimo. Le contadine, in tutte le comunità tranne quelle più avanzate, invecchiano a trent'anni, sfinite da un lavoro eccessivo. I bambini agli albori dell'industrializzazione presentavano ritardi nella crescita e spesso morivano per eccesso di lavoro nei primi anni di vita. La stessa cosa accade ancora oggi in Cina e in Giappone, dove l'industrializzazione è relativamente recente; e in una certa misura anche negli Stati del Sud degli Stati Uniti. Il lavoro fisico protratto oltre un certo limite è una tortura atroce, e molto spesso è stato spinto a tal punto da rendere la vita quasi insopportabile. Nelle parti più avanzate del mondo moderno, tuttavia, la stanchezza fisica è stata notevolmente ridotta grazie al miglioramento delle condizioni industriali.

La forma di stanchezza più grave oggigiorno nelle società avanzate è la stanchezza nervosa. Questa, stranamente, è più pronunciata tra i benestanti e tende ad essere molto meno diffusa

tra i lavoratori dipendenti rispetto agli imprenditori e ai professionisti che svolgono lavori intellettuali.

Sfuggire alla stanchezza nervosa nella vita moderna è un'impresa ardua. In primo luogo, per tutta la durata dell'orario lavorativo, e ancor più nel tempo trascorso tra il lavoro e casa, il lavoratore urbano è esposto al rumore, gran parte del quale, è vero, impara a non sentire consapevolmente, ma che nondimeno lo logora, tanto più a causa dello sforzo inconscio necessario per non percepirlo. Un altro fattore che causa stanchezza senza che ce ne rendiamo conto è la costante presenza di estranei. L'istinto naturale dell'uomo, come di altri animali, è quello di esaminare ogni estraneo della sua specie, al fine di decidere se comportarsi nei suoi confronti in modo amichevole o ostile. Questo istinto deve essere represso da chi viaggia in metropolitana nelle ore di punta, e il risultato di questa repressione è una rabbia diffusa e generalizzata verso tutti gli estranei con cui si trova involontariamente a contatto. Infine, c'è la fretta di prendere il treno del mattino, con la conseguente dispepsia. Di conseguenza, quando finalmente si arriva in ufficio e inizia la giornata lavorativa, l'operaio in camice nero ha già i nervi a fior di pelle e la tendenza a considerare il genere umano un fastidio. Il suo datore di lavoro, arrivando con lo stesso umore, non fa nulla per dissiparlo nel dipendente. La paura del licenziamento impone un comportamento rispettoso, ma questa condotta innaturale non fa che aumentare la tensione nervosa. Se una volta alla settimana ai dipendenti fosse permesso di tirare il naso al datore di lavoro e di manifestare in altro modo la loro opinione su di lui, la tensione

nervosa per loro si allevierebbe, ma per il datore di lavoro, che pure ha i suoi problemi, questo non risolverebbe la situazione. Ciò che la paura del licenziamento rappresenta per il dipendente, la paura del fallimento lo è per il datore di lavoro. Alcuni, è vero, sono abbastanza grandi da essere al di sopra di questa paura, ma per raggiungere una posizione di rilievo di questo tipo hanno generalmente dovuto attraversare anni di strenua lotta, durante i quali hanno dovuto essere attivamente consapevoli degli eventi in corso.

in ogni parte del mondo e sventando costantemente le macchinazioni dei loro concorrenti. Il risultato di tutto ciò è che quando arriva un vero successo, un uomo è già un relitto nervoso, così abituato all'ansia da non riuscire a liberarsene quando non ce n'è più bisogno. Esistono, è vero, figli di uomini ricchi, ma generalmente riescono a crearsi ansie il più possibile simili a quelle che avrebbero sofferto se non fossero nati ricchi. Con le scommesse e il gioco d'azzardo, si attirano il dispiacere dei padri; sacrificando il sonno per i loro divertimenti, indeboliscono il loro fisico; e quando finalmente si sistemano, sono diventati incapaci di essere felici come lo erano i loro padri prima di loro. Volontariamente o involontariamente, per scelta o per necessità, la maggior parte degli uomini moderni conduce una vita snervante ed è continuamente troppo stanca per essere in grado di godersi la vita senza l'aiuto dell'alcol.

Lasciando da parte quei ricchi che sono semplicemente degli stolti, consideriamo il caso più comune di coloro la cui

stanchezza è associata a un lavoro estenuante per vivere. In larga misura, in questi casi, la stanchezza è dovuta alle preoccupazioni, e le preoccupazioni potrebbero essere evitate con una migliore filosofia di vita e un po' più di disciplina mentale. La maggior parte degli uomini e delle donne ha una grave carenza di controllo sui propri pensieri. Intendo dire che non riescono a smettere di pensare a cose che li preoccupano nei momenti in cui non possono fare nulla al riguardo. Gli uomini si portano a letto le preoccupazioni lavorative e, nelle ore della notte, quando dovrebbero recuperare le forze per affrontare i problemi del giorno dopo, continuano a rimuginare su problemi sui quali al momento non possono intervenire, pensandoci non in modo da elaborare una solida linea di condotta per il giorno dopo, ma in quel modo quasi folle che caratterizza le tormentate meditazioni dell'insonnia. Qualcosa della follia della notte scorsa aleggia ancora su di loro al mattino, offuscando il loro giudizio, inasprendo il loro umore e rendendo ogni ostacolo insopportabile.

L'uomo saggio pensa ai suoi problemi solo quando c'è uno scopo nel farlo; in altri momenti pensa ad altre cose, o, se è notte, al nulla. Non intendo suggerire che in una grave crisi, ad esempio, quando la rovina è imminente, o quando un uomo ha motivo di sospettare che la moglie lo stia ingannando, sia possibile, salvo per poche menti eccezionalmente disciplinate, escludere il problema nei momenti in cui non si può fare nulla al riguardo. Ma è perfettamente possibile escludere i problemi ordinari della vita quotidiana, tranne quando è necessario affrontarli. È sorprendente quanto la felicità e l'efficienza possano aumentare

coltivando una mente ordinata, che pensa a una questione in modo adeguato al momento giusto, piuttosto che in modo inadeguato in ogni momento. Quando si deve prendere una decisione difficile o preoccupante, non appena si hanno a disposizione tutti i dati, riflettete attentamente sulla questione e prendete la vostra decisione; una volta presa la decisione, non rivedetela a meno che non veniate a conoscenza di qualche nuovo fatto. Nulla è così estenuante come l'indecisione, e nulla è così futile.

Molte preoccupazioni possono essere attenuate rendendosi conto dell'irrilevanza della questione che causa l'ansia. Nella mia vita ho tenuto molti discorsi in pubblico; all'inizio ogni pubblico mi terrorizzava e il nervosismo mi faceva parlare molto male; temevo così tanto la prova che speravo sempre di rompermi una gamba prima di dover fare un discorso, e quando finiva ero esausto per la tensione nervosa. Gradualmente ho imparato a pensare che non importava se parlavo bene o male, l'universo sarebbe rimasto più o meno lo stesso in entrambi i casi. Ho scoperto che meno mi importava se parlavo bene o male, meno male parlavo, e gradualmente la tensione nervosa si è ridotta quasi a scomparire. Molta stanchezza nervosa può essere affrontata in questo modo. Le nostre azioni non sono così importanti come naturalmente supponiamo; i nostri successi e fallimenti, dopotutto, non contano poi molto. Anche i grandi dolori possono essere superati; I problemi che sembrano destinati a porre fine alla felicità per la vita svaniscono con il passare del tempo fino a diventare quasi impossibile ricordarne la struggente intensità. Ma al di là di

queste considerazioni egocentriche c'è il fatto che l'ego non è una parte molto grande del mondo. L'uomo che riesce a centrarsi

I suoi pensieri e le sue speranze, rivolti a qualcosa che trascende il sé, possono trovare una certa pace nelle normali difficoltà della vita, cosa impossibile per il puro egoista.

Quella che potremmo definire l'igiene dei nervi è stata studiata fin troppo poco. La psicologia industriale, è vero, ha condotto approfondite ricerche sulla fatica, dimostrando con precisione statistica che, continuando a svolgere un'attività per un tempo sufficientemente lungo, si finisce inevitabilmente per stancarsi – un risultato che si sarebbe potuto intuire anche senza tanta ostentazione scientifica. Lo studio della fatica da parte degli psicologi si concentra principalmente sulla fatica muscolare, sebbene esistano anche alcuni studi sulla fatica nei bambini in età scolare. Nessuno di questi, tuttavia, affronta il problema fondamentale.

Nella vita moderna, la stanchezza più importante è sempre quella emotiva; la stanchezza puramente intellettuale, come quella puramente muscolare, trova nel sonno il suo rimedio naturale. Chiunque svolga un lavoro intellettuale intenso, privo di coinvolgimento emotivo – ad esempio, calcoli complessi – riuscirà a smaltire la stanchezza accumulata durante la giornata dormendo. I danni attribuiti al superlavoro raramente sono dovuti a questa causa, ma piuttosto a preoccupazioni o ansie. Il problema della stanchezza emotiva è che interferisce con il riposo. Più una persona è stanca, più le risulta difficile fermarsi.

Uno dei sintomi di un imminente esaurimento nervoso è la convinzione che il proprio lavoro sia di fondamentale importanza e che prendersi una vacanza porterebbe ogni sorta di disastro. Se fossi un medico, prescriverei una vacanza a qualsiasi paziente che consideri il proprio lavoro così importante. L'esaurimento nervoso che sembra essere causato dal lavoro è, in realtà, in tutti i casi che ho conosciuto personalmente, causato da un disagio emotivo dal quale il paziente cerca di fuggire attraverso il lavoro. È restio ad abbandonare il lavoro perché, se lo facesse, non avrebbe più nulla che lo distragga dai pensieri sulla sua sventura, qualunque essa sia. Certo, il problema potrebbe essere la paura del fallimento, e in tal caso il suo lavoro è direttamente collegato alla sua preoccupazione, ma anche in questo caso la preoccupazione probabilmente lo porterà a lavorare così a lungo da annebbiare il suo giudizio e far sì che il fallimento arrivi prima di quanto non accadrebbe se lavorasse di meno. In ogni caso è il disagio emotivo, non il lavoro, a causare il crollo.

La psicologia della preoccupazione è tutt'altro che semplice. Ho già parlato di disciplina mentale, ovvero dell'abitudine di pensare alle cose al momento giusto. Questo è importante, in primo luogo perché permette di affrontare la giornata lavorativa con minore dispendio di energie mentali, in secondo luogo perché offre una cura per l'insonnia e in terzo luogo perché promuove efficienza e saggezza nelle decisioni. Ma metodi di questo tipo non toccano il subconscio o l'inconscio, e quando un problema è grave nessun metodo è di grande utilità se non penetra al di sotto del livello di coscienza. Gli psicologi hanno studiato a fondo l'azione

dell'inconscio sulla coscienza, ma molto meno l'azione della coscienza sull'inconscio. Eppure quest'ultima è di enorme importanza nell'ambito dell'igiene mentale e deve essere compresa se si vogliono che le convinzioni razionali operino nel regno dell'inconscio. Ciò vale in particolare per la questione della preoccupazione. È facile convincersi che una simile sventura non sarebbe poi così terribile se accadesse, ma finché questa rimane una mera convinzione cosciente, non avrà alcun effetto durante la notte né impedirà la comparsa degli incubi. Personalmente, credo che un pensiero cosciente possa essere impiantato nell'inconscio se vi si infonde sufficiente vigore e intensità. Gran parte dell'inconscio è costituito da pensieri coscienti, un tempo fortemente emotivi, che ora sono stati sepolti. È possibile compiere questo processo di seppellimento deliberatamente, e in questo modo l'inconscio può essere indotto a svolgere un lavoro molto utile. Ho scoperto, ad esempio, che se devo scrivere su un argomento piuttosto difficile, il metodo migliore è quello di pensarci con grande intensità – la massima intensità di cui sono capace – per alcune ore o giorni, e al termine di questo periodo dare, per così dire, l'ordine di procedere "sottoterra". Dopo alcuni mesi, ritorno consapevolmente all'argomento e scopro che il lavoro è stato completato. Prima di scoprire questa tecnica, trascorrevo i mesi intercorrenti a preoccuparmi perché non facevo progressi; questa preoccupazione non mi aiutava ad arrivare alla soluzione prima, e quei mesi erano sprecati, mentre ora posso dedicarli ad altre attività. Un processo per molti versi analogo può essere adottato anche per quanto riguarda le ansie. Quando si

profila una disgrazia, considerate seriamente e consapevolmente quale sia la cosa peggiore che potrebbe accadere. Dopo aver affrontato questa possibile disgrazia, datevi delle valide ragioni per pensare che, in fin dei conti, non sarebbe poi una catastrofe così terribile. Queste ragioni esistono sempre, poiché, nella peggiore delle ipotesi, nulla di ciò che accade a noi stessi ha un'importanza cosmica. Quando avrete considerato a lungo e con attenzione la peggiore delle possibilità e vi sarete detti con vera convinzione: "Beh, dopotutto, non sarebbe poi così importante", scoprirete che la vostra preoccupazione diminuirà in modo straordinario.Potrebbe essere necessario ripetere il processo più volte, ma alla fine, se non vi sarete sottratti ad affrontare nemmeno il problema più difficile, scoprirete che la vostra preoccupazione svanirà del tutto, sostituita da una sorta di euforia.

Questa è parte di una tecnica più generale per evitare la paura. La preoccupazione è una forma di paura, e tutte le forme di paura producono stanchezza. Chi ha imparato a non provare paura vedrà la stanchezza della vita quotidiana enormemente ridotta. Ora, la paura, nella sua forma più dannosa, sorge quando c'è un pericolo che non siamo disposti ad affrontare. In momenti inopportuni pensieri orribili si insinuano nella nostra mente; la natura di questi pensieri dipende dalla persona, ma quasi tutti hanno avuto una qualche forma di paura latente. Per qualcuno è il cancro, per un altro la rovina finanziaria, per un terzo la scoperta di qualche segreto vergognoso, un quarto è tormentato da sospetti di gelosia, un quinto è perseguitato di notte dal pensiero

che forse i racconti di fuoco infernale che gli venivano narrati da giovane possano essere veri. Probabilmente tutte queste persone usano la tecnica sbagliata per affrontare la loro paura: ogni volta che si presenta alla loro mente, cercano di pensare ad altro; distraggono i loro pensieri con il divertimento, il lavoro o chissà cos'altro. Ora, ogni tipo di paura peggiora se non viene affrontata. Lo sforzo di distogliere i propri pensieri è un tributo all'orrore dello spettro da cui si cerca di allontanare lo sguardo; il modo corretto di affrontare ogni tipo di paura è pensarci razionalmente e con calma, ma con grande concentrazione, finché non diventi completamente familiare. Alla fine, la familiarità ne smusserà i terrori; l'intero argomento diventerà noioso e i nostri pensieri si allontaneranno da esso, non, come prima, per uno sforzo di volontà, ma per semplice mancanza di interesse. Quando ci si accorge di essere inclini a rimuginare su qualcosa, qualunque essa sia, il piano migliore è sempre quello di pensarci ancora più di quanto si farebbe naturalmente, finché alla fine il suo morboso fascino non si esaurisca.

Uno degli aspetti in cui la morale moderna è più carente è la questione della paura. È vero che ci si aspetta coraggio fisico dagli uomini, soprattutto in guerra, ma non ci si aspetta da loro altre forme di coraggio, e nessuna forma di coraggio è richiesta alle donne. Una donna coraggiosa deve nasconderlo se vuole piacere agli uomini. Anche l'uomo coraggioso, in qualsiasi ambito che non sia il pericolo fisico, è visto negativamente. L'indifferenza all'opinione pubblica, ad esempio, è considerata una sfida, e la

società fa tutto il possibile per punire chi osa sfidarne l'autorità. Tutto ciò è l'esatto contrario di come dovrebbe essere.

Ogni forma di coraggio, sia negli uomini che nelle donne, dovrebbe essere ammirata tanto quanto il coraggio fisico di un soldato. La diffusione del coraggio fisico tra i giovani dimostra che il coraggio può essere generato in risposta a un'opinione pubblica che lo esige. Con più coraggio ci sarebbero meno preoccupazioni e quindi meno stanchezza; poiché una gran parte della stanchezza nervosa di cui soffrono attualmente uomini e donne è dovuta a paure, consapevoli o inconsce.

Una fonte molto frequente di stanchezza è la ricerca di emozioni forti. Se un uomo potesse trascorrere il suo tempo libero dormendo, si manterrebbe in forma, ma le sue ore di lavoro sono monotone e sente il bisogno di piacere durante le ore libere. Il problema è che i piaceri più facili da ottenere e superficialmente attraenti sono per lo più di quelli che logorano i nervi. Il desiderio di emozioni forti, quando supera un certo limite, è segno di una predisposizione distorta o di una qualche insoddisfazione istintiva. Nei primi tempi di un matrimonio felice, la maggior parte degli uomini non sente il bisogno di emozioni forti, ma nel mondo moderno il matrimonio spesso deve essere rimandato per così tanto tempo che, quando finalmente diventa economicamente possibile, le emozioni forti sono diventate un'abitudine che si può tenere a bada solo per breve tempo. Se l'opinione pubblica permettesse agli uomini di sposarsi a ventun anni senza dover affrontare gli oneri finanziari che attualmente comporta il

matrimonio, molti uomini non si sognerebbero mai di cercare piaceri tanto estenuanti quanto il loro lavoro. Suggerire che ciò sia possibile è tuttavia immorale, come si può evincere dalla sorte del giudice Lindsey, che ha subito un'onta, nonostante una lunga e onorevole carriera, per il solo crimine di aver voluto salvare i giovani dalle sventure che incorrono a causa del bigottismo dei loro anziani. Non approfondirò ulteriormente questo argomento per il momento, poiché rientra nella categoria dell'invidia, di cui ci occuperemo in un capitolo successivo.

Per il singolo individuo, che non può modificare le leggi e le istituzioni in cui vive, è difficile affrontare la situazione creata e perpetuata da moralisti oppressivi. Vale tuttavia la pena rendersi conto che i piaceri effimeri non conducono alla felicità, sebbene finché gioie più appaganti rimangono irraggiungibili, un uomo possa trovare quasi impossibile sopportare la vita se non con l'aiuto di tali piaceri. In una situazione del genere, l'unica cosa che un uomo prudente può fare è razionarsi e non concedersi una quantità di piaceri estenuanti tale da compromettere la sua salute o interferire con il suo lavoro. La cura radicale per i problemi dei giovani risiede in un cambiamento della morale pubblica. Nel frattempo, un giovane farebbe bene a riflettere sul fatto che prima o poi si troverà nella posizione di sposarsi, e che sarebbe imprudente vivere in modo tale da rendere impossibile un matrimonio felice, cosa che può facilmente accadere a causa di nervi a fior di pelle e di un'acquisita incapacità di apprezzare i piaceri più delicati.

Uno degli aspetti peggiori della stanchezza nervosa è che agisce come una sorta di schermo tra l'uomo e il mondo esterno. Le impressioni gli giungono, per così dire, ovattate e attutite; non nota più le persone se non per irritarsi di fronte a piccoli scherzi o manierismi; non trae più piacere dai pasti o dalla luce del sole, ma tende a concentrarsi tesamente su pochi oggetti e a essere indifferente a

tutto il resto. Questa situazione rende impossibile riposare, cosicché la stanchezza aumenta continuamente fino a raggiungere un punto in cui è necessario un trattamento medico. Tutto ciò è in fondo una punizione per aver perso quel contatto con la Terra di cui abbiamo parlato nel capitolo precedente. Ma come preservare tale contatto nelle nostre grandi e moderne agglomerazioni urbane non è affatto facile da capire. Tuttavia, anche qui ci troviamo ai margini di grandi questioni sociali che in questo volume non intendo trattare.

Capitolo 6: L'invidia

Dopo la preoccupazione, probabilmente una delle cause più potenti di infelicità è l'invidia. L'invidia è, oserei dire, una delle passioni umane più universali e radicate. È molto evidente nei bambini prima che compiano un anno e deve essere trattata con il massimo rispetto da ogni educatore. Il minimo accenno di favoritismo verso un bambino a scapito di un altro viene immediatamente notato e respinto. La giustizia distributiva, assoluta, rigida e immutabile, deve essere rispettata da chiunque abbia figli. Ma i bambini sono solo leggermente più aperti

nell'esprimere l'invidia, e la gelosia (che è una forma particolare di invidia), rispetto agli adulti. Questa emozione è altrettanto diffusa tra gli adulti quanto tra i bambini. Prendiamo ad esempio le domestiche: ricordo quando una delle nostre domestiche, che era sposata, rimase incinta e le dicemmo che non doveva sollevare pesi; il risultato immediato fu che nessuna delle altre voleva sollevare pesi e qualsiasi lavoro di quel tipo che si rendesse necessario dovevamo farlo noi.

L'invidia è alla base della democrazia. Eraclito afferma che i cittadini di Efeso avrebbero dovuto essere tutti impiccati perché avevano detto: "Non ci sarà nessuno primo tra noi". Il movimento democratico negli stati greci deve essere stato quasi interamente ispirato da questa passione. E lo stesso vale per la democrazia moderna. Esiste, è vero, una teoria idealistica secondo la quale la democrazia è la migliore forma di governo. Personalmente credo che questa teoria sia vera. Ma non esiste ambito della politica pratica in cui le teorie idealistiche siano abbastanza forti da provocare grandi cambiamenti; quando si verificano grandi cambiamenti, le teorie che li giustificano sono sempre un camuffamento per la passione. E la passione che ha dato impulso alle teorie democratiche è senza dubbio la passione dell'invidia. Leggete le memorie di Madame Roland, spesso descritta come una nobildonna animata dalla devozione al popolo. Scoprirete che ciò che la rese una democratica così veemente fu l'esperienza di essere ammessa nella sala della servitù quando ebbe l'occasione di visitare un castello aristocratico.

Tra le donne comuni e rispettabili, l'invidia gioca un ruolo straordinariamente importante. Se vi trovate in metropolitana e una donna ben vestita vi passa accanto, osservate gli sguardi delle altre donne. Noterete che ognuna di loro, forse con l'eccezione di quelle vestite meglio, la guarderà con occhiate malevole, cercando di trarre conclusioni denigratorie nei suoi confronti. L'amore per lo scandalo è espressione di questa generale malevolenza: qualsiasi storia contro un'altra donna viene creduta all'istante, anche sulla base delle prove più inconsistenti. Una morale elevata serve allo stesso scopo: coloro che hanno la possibilità di peccare contro di essa sono invidiati, ed è considerato virtuoso punirli per i loro peccati. Questa particolare forma di virtù è certamente la sua stessa ricompensa.

La stessa identica cosa si osserva anche tra gli uomini, con la differenza che le donne considerano tutte le altre donne come concorrenti, mentre gli uomini, di norma, nutrono questo sentimento solo verso altri uomini della stessa professione. Lettore, ti è mai capitato di essere così imprudente da lodare un artista a un altro artista? Hai mai lodato un politico a un altro politico dello stesso partito? Hai mai lodato un egittologo a un altro egittologo? Se sì, è quasi certo che avrai scatenato un'ondata di gelosia.

Nella corrispondenza di Leibniz e Huyghens si trovano numerose lettere in cui si lamenta la presunta follia di Newton. «Non è triste», si scrivono l'un l'altro, «che l'incomparabile genio del signor Newton sia stato offuscato dalla perdita della ragione?». E

questi due eminenti uomini, in una lettera dopo l'altra, versavano lacrime di coccodrillo con evidente compiacimento. In realtà, l'evento che ipocritamente lamentavano non si era verificato, sebbene alcuni episodi di comportamento eccentrico avessero dato origine alla voce.

Di tutte le caratteristiche della natura umana ordinaria, l'invidia è la più nefasta; non solo la persona invidiosa desidera infliggere sventura e lo fa ogni volta che può impunemente, ma è anche resa infelice dall'invidia stessa. Invece di trarre piacere da ciò che possiede, trae dolore da ciò che hanno gli altri. Se può, priva gli altri dei loro vantaggi, cosa che per lui è altrettanto desiderabile quanto ottenere gli stessi vantaggi per sé. Se si lascia che questa passione dilaghi, diventa fatale per ogni eccellenza, e persino per il più utile esercizio di un'abilità eccezionale. Perché un medico dovrebbe andare a visitare i suoi pazienti in macchina quando un operaio deve andare a piedi al lavoro? Perché a un ricercatore scientifico dovrebbe essere permesso di trascorrere il suo tempo in una stanza calda quando altri devono affrontare l'inclemenza degli elementi? Perché un uomo che possiede un talento raro di grande importanza per il mondo dovrebbe essere risparmiato dalla fatica delle faccende domestiche? A tali domande l'invidia non trova risposta. Fortunatamente, però, nella natura umana esiste una passione compensativa, ovvero quella dell'ammirazione. Chiunque desideri accrescere la felicità umana deve desiderare di accrescere l'ammirazione e diminuire l'invidia.

Qual è la cura per l'invidia? Per il santo la cura è l'altruismo, sebbene anche nel caso dei santi l'invidia verso altri santi non sia affatto impossibile. Dubito che San Simeone Stilita sarebbe stato pienamente contento se avesse saputo di qualche altro santo che era rimasto in piedi ancora più a lungo su una colonna ancora più stretta. Ma, tralasciando i santi, l'unica cura per l'invidia nel caso di uomini e donne comuni è la felicità, e la difficoltà sta nel fatto che l'invidia stessa è un terribile ostacolo alla felicità. Credo che l'invidia sia enormemente alimentata dalle disgrazie dell'infanzia. Il bambino che vede un fratello o una sorella preferiti a sé stesso acquisisce l'abitudine all'invidia e, quando esce nel mondo, cerca ingiustizie di cui è vittima, le percepisce immediatamente se si verificano e le immagina se non si verificano. Un uomo del genere è inevitabilmente infelice e diventa un peso per i suoi amici, che non possono sempre ricordarsi di evitare offese immaginarie. Avendo iniziato credendo di non piacere a nessuno, finisce per confermare questa convinzione con il suo comportamento. Un'altra sventura infantile che ha lo stesso effetto è avere genitori privi di affetto. Senza un fratello o una sorella particolarmente prediletti, un bambino può percepire che i figli delle altre famiglie sono più amati dai genitori di quanto lo sia lui. Questo lo porterà a odiare gli altri bambini e i propri genitori, e crescendo si sentirà un Ismaele. Alcuni tipi di felicità sono un diritto naturale di nascita per tutti, ed esserne privati porta quasi inevitabilmente a diventare persone distorte e amareggiate.

Ma l'uomo invidioso potrebbe dire: "A che serve dirmi che la cura per l'invidia è la felicità? Non posso trovare la felicità finché

continuo a provare invidia, e tu mi dici che non posso smettere di essere invidioso finché non trovo la felicità". Ma la vita reale non è mai così logica. Il semplice fatto di rendersi conto delle cause dei propri sentimenti di invidia è già un grande passo verso la guarigione. L'abitudine di pensare in termini di paragoni è fatale. Quando accade qualcosa di piacevole, bisognerebbe goderselo appieno, senza fermarsi a pensare che non sia altrettanto piacevole quanto qualcos'altro che potrebbe accadere a qualcun altro.

«Sì», dice l'uomo invidioso, «oggi è una giornata di sole, è primavera, gli uccelli cantano e i fiori sono in fiore, ma so che la primavera in Sicilia è mille volte più bella, che gli uccelli cantano in modo più squisito nei boschetti dell'Elicona e che la rosa di Sharon è più bella di qualsiasi altra nel mio giardino». E mentre pensa queste cose, il sole si affievolisce, il canto degli uccelli diventa un cinguettio senza senso e i fiori sembrano non meritare nemmeno un istante di attenzione. Tratta allo stesso modo tutte le altre gioie della vita. «Sì», dirà a se stesso, «la donna del mio cuore è incantevole, io la amo e lei ama me, ma quanto più squisita doveva essere la Regina di Saba! Ah, se solo avessi avuto le opportunità di Salomone!»

Tutti questi paragoni sono inutili e sciocchi; che la causa del malcontento sia la Regina di Saba o il nostro vicino di casa, entrambi sono ugualmente futili. Per l'uomo saggio, ciò che possiede non cessa di essere fonte di piacere solo perché qualcun altro lo possiede.

C'è qualcos'altro. L'invidia, infatti, è una forma di vizio, in parte morale, in parte intellettuale, che consiste nel vedere le cose mai in sé stesse, ma solo nelle loro relazioni. Supponiamo che io guadagni uno stipendio sufficiente per le mie necessità. Dovrei essere contento, ma vengo a sapere che qualcun altro, che non ritengo in alcun modo superiore a me, guadagna il doppio del mio. Immediatamente, se sono di indole invidiosa, la soddisfazione che potrei trarre da ciò che ho si affievolisce e comincio a essere divorato da un senso di ingiustizia.

Per tutto questo, la cura adeguata è la disciplina mentale, l'abitudine di non avere pensieri inutili. Dopotutto, cosa c'è di più invidiabile della felicità? E se riesco a liberarmi dall'invidia, posso raggiungere la felicità e diventare invidiabile. L'uomo che guadagna il doppio del mio stipendio è senza dubbio tormentato dal pensiero che qualcun altro a sua volta abbia il doppio di lui, e così via. Se desiderate la gloria, potreste invidiare Napoleone. Ma Napoleone invidiava Cesare, Cesare invidiava Alessandro Magno, e Alessandro, oserei dire, invidiava Ercole, che non è mai esistito. Non potete quindi liberarvi dall'invidia solo con il successo, perché nella storia o nella leggenda ci sarà sempre qualcuno ancora più fortunato di voi. Potete liberarvi dall'invidia godendovi i piaceri che vi capitano, svolgendo il lavoro che dovete fare ed evitando i paragoni con coloro che immaginate, forse del tutto erroneamente, più fortunati di voi.

L'eccessiva modestia ha molto a che fare con l'invidia. La modestia è considerata una virtù, ma personalmente dubito

fortemente che, nelle sue forme più estreme, meriti tale riconoscimento. Le persone modeste hanno bisogno di molte rassicurazioni e spesso non osano cimentarsi in compiti che sarebbero perfettamente in grado di svolgere. Le persone modeste credono di essere messe in ombra da coloro con cui sono abitualmente in contatto. Sono quindi particolarmente inclini all'invidia e, attraverso l'invidia, all'infelicità e al risentimento.

Da parte mia, credo che ci sia molto da dire sull'educare un ragazzo a considerarsi un bravo ragazzo. Non credo che un pavone invidi la coda di un altro pavone, perché ogni pavone è convinto che la propria coda sia la più bella del mondo. La conseguenza di ciò è che i pavoni sono uccelli pacifici. Immaginate quanto infelice sarebbe la vita di un pavone se gli fosse stato insegnato che è malvagio avere una buona opinione di sé. Ogni volta che vedesse un altro pavone che allarga la coda, direbbe a se stesso:

«Non devo illudermi che la mia coda sia migliore di quella, perché sarebbe presuntuoso, ma oh, quanto vorrei che lo fosse! Quell'odioso uccello è così convinto della propria magnificenza! Dovrei strappargli qualche piuma? E forse allora non dovrei più temere il confronto con lui.»

O forse gli avrebbe teso una trappola, dimostrando che era un pavone malvagio, colpevole di un comportamento non degno di un pavone, e lo avrebbe denunciato all'assemblea dei capi. Gradualmente avrebbe stabilito il principio che i pavoni con code particolarmente belle sono quasi sempre malvagi, e che il saggio

sovrano del regno dei pavoni avrebbe cercato l'umile uccello con solo poche piume della coda arruffate. Una volta che questo principio fosse stato accettato, avrebbe fatto uccidere tutti i pavoni più belli, e alla fine una coda davvero splendida sarebbe diventata solo un vago ricordo del passato. Tale è la vittoria dell'invidia mascherata da moralità. Ma dove ogni pavone si crede più splendido di tutti gli altri, non c'è bisogno di tutta questa repressione. Ogni pavone si aspetta di vincere il primo premio nella competizione, e ognuno, poiché tiene alla propria pavona, crede di averlo già fatto.

L'invidia è, naturalmente, strettamente connessa alla competizione. Non invidiamo una buona fortuna che consideriamo irrimediabilmente fuori dalla nostra portata. In un'epoca in cui la gerarchia sociale è fissa, le classi inferiori non invidiano quelle superiori finché si pensa che la divisione tra ricchi e poveri sia voluta da Dio. I mendicanti non invidiano i milionari, sebbene ovviamente invidieranno altri mendicanti più fortunati. L'instabilità dello status sociale nel mondo moderno e la dottrina egualitaria della democrazia e del socialismo hanno notevolmente ampliato la portata dell'invidia. Per il momento questo è un male, ma è un male che bisogna sopportare per giungere a un sistema sociale più giusto. Non appena le disuguaglianze vengono considerate razionalmente, si percepisce che sono ingiuste, a meno che non si basino su una qualche superiorità di merito. E non appena si percepisce che sono ingiuste, non c'è rimedio all'invidia che ne deriva se non l'eliminazione dell'ingiustizia. La nostra è quindi un'epoca in cui

l'invidia gioca un ruolo particolarmente rilevante. I poveri invidiano i ricchi, le nazioni più povere invidiano quelle più ricche, le donne invidiano gli uomini, le donne virtuose invidiano coloro che, pur non essendo virtuose, restano impunite. Se è vero che l'invidia è la principale forza motrice che conduce alla giustizia tra classi sociali, nazioni e sessi diversi, è altrettanto vero che il tipo di giustizia che ci si può aspettare come risultato dell'invidia è probabilmente il peggiore possibile, ovvero quello che consiste più nel diminuire i piaceri dei fortunati che nell'aumentare quelli degli sfortunati. Le passioni che seminano scompiglio nella vita privata seminano scompiglio anche nella vita pubblica. Non si può supporre che da qualcosa di così malvagio come l'invidia possano scaturire risultati positivi. Coloro che, pertanto, per ragioni idealistiche desiderano profondi cambiamenti nel nostro sistema sociale e un grande incremento della giustizia sociale, devono sperare che altre forze, oltre all'invidia, contribuiscano a realizzare tali cambiamenti.

Tutte le cose negative sono interconnesse e ognuna di esse può essere la causa di qualsiasi altra; in particolare, la stanchezza è una causa molto frequente di invidia. Quando un uomo si sente inadeguato al lavoro che deve svolgere, prova un malcontento generale che può facilmente assumere la forma di invidia verso coloro il cui lavoro è meno impegnativo. Uno dei modi per diminuire l'invidia, quindi, è diminuire la stanchezza. Ma di gran lunga la cosa più importante è assicurarsi una vita che soddisfi i propri istinti. Molta invidia che sembra puramente professionale ha in realtà un'origine sessuale. Un uomo felice nel suo

matrimonio e con i suoi figli difficilmente proverà molta invidia verso altri uomini per la loro maggiore ricchezza o il loro successo, purché abbia abbastanza per crescere i suoi figli nel modo che ritiene giusto. Gli elementi essenziali della felicità umana sono semplici, così semplici che le persone sofisticate non riescono ad ammettere ciò che realmente manca loro. Le donne di cui abbiamo parlato prima, che guardano con invidia ogni donna ben vestita, non sono certo felici nella loro vita istintiva. La felicità istintiva è rara nel mondo anglofono, soprattutto tra le donne. La civiltà, sotto questo aspetto, sembra essersi smarrita. Se si vuole ridurre l'invidia, bisogna trovare dei mezzi per porre rimedio a questa situazione, e se non si trovano tali mezzi la nostra civiltà rischia di precipitare nella distruzione in un'orgia di odio.

Anticamente, le persone invidiavano solo i propri vicini, perché conoscevano poco gli altri. Ora, grazie all'istruzione e alla stampa, conoscono in modo astratto ampie fasce dell'umanità, di cui non hanno mai avuto la minima conoscenza diretta. Attraverso il cinema credono di sapere come vivono i ricchi, attraverso i giornali conoscono molte delle nefandezze delle nazioni straniere, attraverso la propaganda conoscono le pratiche nefaste di chiunque abbia una pigmentazione della pelle diversa dalla propria. I gialli odiano i bianchi, i bianchi odiano i neri, e così via. Tutto questo odio, si potrebbe dire, è fomentato dalla propaganda, ma questa è una spiegazione piuttosto superficiale. Perché la propaganda ha molto più successo quando fomenta l'odio piuttosto che quando cerca di suscitare sentimenti di amicizia? La ragione è chiaramente che il cuore umano, così come è stato

plasmato dalla civiltà moderna, è più incline all'odio che all'amicizia. Ed è incline all'odio perché è insoddisfatta, perché sente profondamente, forse anche inconsciamente, di aver in qualche modo mancato il senso della vita, che forse altri, ma non noi stessi, si sono assicurati i beni che la natura offre all'uomo. La somma totale dei piaceri nella vita di un uomo moderno è indubbiamente maggiore di quella che si trovava nelle comunità più primitive, ma la consapevolezza di ciò che potrebbe essere è aumentata ancor di più.

Ogni volta che ti capita di portare i tuoi figli al

Nello zoo, quando le scimmie non sono impegnate in acrobazie o a rompere noci, si può scorgere negli occhi una strana e tesa tristezza. Si potrebbe quasi immaginare che sentano di dover diventare uomini, ma non riescano a scoprire il segreto per farlo. Hanno smarrito la strada dell'evoluzione; i loro cugini sono andati avanti e loro sono rimasti indietro. Qualcosa di simile, di simile tensione e angoscia, sembra essersi insinuato nell'anima dell'uomo civilizzato. Sa che c'è qualcosa di migliore di sé, quasi a portata di mano, eppure non sa dove cercarlo né come trovarlo. Nella disperazione, si scaglia contro i suoi simili, altrettanto smarriti e infelici.

Abbiamo raggiunto una fase dell'evoluzione che non è quella finale. Dobbiamo attraversarla in fretta, perché se non lo facciamo, la maggior parte di noi perirà lungo il cammino, e gli altri si perderanno in una foresta di dubbi e paure. L'invidia, dunque, per quanto malvagia e per quanto terribili siano i suoi

effetti, non è interamente opera del diavolo. È in parte l'espressione di un dolore eroico, il dolore di coloro che camminano ciecamente nella notte, forse verso un luogo di riposo migliore, forse solo verso la morte e la distruzione. Per trovare la giusta via d'uscita da questa disperazione, l'uomo civilizzato deve allargare il suo cuore come ha allargato la sua mente. Deve imparare a trascendere se stesso e, così facendo, acquisire la libertà dell'Universo.

Capitolo 7: Il senso del peccato

Riguardo al senso del peccato, di cui abbiamo già avuto modo di parlare nel Capitolo I, dobbiamo ora approfondirlo, poiché rappresenta una delle cause psicologiche più importanti dell'infelicità nella vita adulta. Esiste una psicologia religiosa tradizionale del peccato che nessuno psicologo moderno può accettare. Si supponeva, soprattutto tra i protestanti, che la coscienza rivelasse a ogni uomo quando un atto a cui è tentato è peccaminoso, e che dopo aver commesso tale atto egli potesse provare uno di due sentimenti dolorosi: uno chiamato rimorso, privo di merito, e l'altro chiamato pentimento, capace di cancellare la sua colpa. Nei paesi protestanti, persino molti di coloro che avevano perso la fede continuarono per un certo periodo ad accettare, con maggiori o minori modifiche, la visione ortodossa del peccato. Ai giorni nostri, in parte grazie alla psicoanalisi, ci troviamo nella situazione opposta: non solo i non ortodossi rifiutano l'antica dottrina del peccato, ma anche molti di

coloro che si considerano ancora ortodossi fanno lo stesso. La coscienza ha cessato di essere qualcosa di misterioso che, proprio perché misterioso, poteva essere considerato la voce di Dio. Sappiamo che la coscienza impone azioni diverse in diverse parti del mondo e che, in linea generale, è ovunque in accordo con le consuetudini tribali. Cosa accade, dunque, realmente quando la coscienza di un uomo lo tormenta?

La parola "coscienza" racchiude, di fatto, diversi sentimenti; il più semplice di questi è la paura di essere scoperti. Sono certo che voi, lettori, abbiate condotto una vita del tutto irreprensibile, ma se chiedeste a qualcuno che in passato ha agito in modo tale da essere punito qualora la cosa venisse scoperta, scoprireste che, quando la scoperta sembrava imminente, quella persona si è pentita del suo crimine. Non dico che questo valga per il ladro professionista che si aspetta una certa pena detentiva come rischio del mestiere, ma vale per quello che potremmo definire il delinquente rispettabile, come il direttore di banca che ha sottratto denaro in un momento di stress, o il religioso che si è lasciato tentare dalla passione in qualche eccesso sensuale. Questi uomini possono dimenticare il loro crimine quando le probabilità di essere scoperti sembrano scarse, ma quando vengono scoperti, o sono in grave pericolo di esserlo, desiderano di essere stati più virtuosi, e questo desiderio può dare loro una vivida consapevolezza dell'enormità del loro peccato. Strettamente legata a questo sentimento è la paura di essere emarginati dal gruppo. Un uomo che bara a carte o non onora i suoi debiti d'onore non ha in sé alcuna forza per opporsi alla

disapprovazione del gruppo quando viene scoperto. In questo si differenzia dall'innovatore religioso, dall'anarchico e dal rivoluzionario, i quali sentono che, qualunque sia il loro destino nel presente, il futuro è con loro e li onorerà tanto quanto vengono disprezzati nel presente. Questi uomini, nonostante l'ostilità del gruppo, non si sentono peccatori, mentre l'uomo che accetta pienamente la morale del gruppo pur agendo contro di essa soffre grande infelicità quando perde il suo status, e la paura di questa calamità, o il dolore che ne deriva quando si verifica, può facilmente indurlo a considerare le proprie azioni come peccaminose.

Ma il senso del peccato, nelle sue forme più importanti, è qualcosa di più profondo. Ha le sue radici nell'inconscio e non si manifesta nella coscienza come timore della disapprovazione altrui. Nella coscienza, certi tipi di azioni vengono etichettati come peccato senza una ragione visibile all'introspezione. Quando un uomo commette queste azioni, si sente a disagio senza comprenderne appieno il motivo. Desidera essere il tipo di uomo capace di astenersi da ciò che crede essere peccato. Nutre ammirazione morale solo per coloro che ritiene puri di cuore. Riconosce, con maggiore o minore rammarico, di non essere destinato alla santità; anzi, la sua concezione di santità è probabilmente quasi impossibile da realizzare nella vita quotidiana. Di conseguenza, attraversa la vita con un senso di colpa, sentendo che il meglio non gli spetta e che i suoi momenti più alti sono quelli di una sdolcinata penitenza.

La fonte di tutto ciò, praticamente in ogni caso, risiede nell'insegnamento morale ricevuto dall'uomo prima dei sei anni, per mano della madre o della nutrice. Prima di quell'età, imparava che bestemmiare è malvagio, che usare un linguaggio che non sia quello più signorile non è affatto carino, che solo gli uomini cattivi bevono e che il tabacco è incompatibile con la virtù più elevata. Imparava che non si deve mai mentire. E soprattutto imparava che qualsiasi interesse per le parti sessuali è un abominio. Sapeva che queste erano le opinioni di sua madre e credeva che fossero anche quelle del suo Creatore. Essere trattato con affetto dalla madre, o, se lei era negligente, dalla nutrice, era il più grande piacere della sua vita, e poteva ottenerlo solo se non aveva mai peccato contro il codice morale. Perciò, finiva per associare qualcosa di vagamente orribile a qualsiasi comportamento che la madre o la nutrice disapprovassero. Con il passare degli anni, dimenticò gradualmente da dove provenisse il suo codice morale e quale fosse stata in origine la punizione per chi lo disobbediva, ma non lo abbandonò del tutto né smise di sentire che qualcosa di terribile gli sarebbe accaduto se lo avesse infranto.

Gran parte di questo insegnamento morale infantile è privo di qualsiasi fondamento razionale e non può essere applicato al comportamento ordinario degli uomini comuni. Un uomo che usa quello che viene definito "linguaggio scurrile", ad esempio, non è da un punto di vista razionale peggiore di un uomo che non lo fa. Ciononostante, praticamente chiunque cerchi di immaginare un santo considererebbe essenziale l'astinenza dalle bestemmie. Considerato alla luce della ragione, questo è semplicemente

assurdo. Lo stesso vale per l'alcol e il tabacco. Per quanto riguarda l'alcol, questo sentimento non esiste nei paesi del Sud, e anzi c'è un elemento di empietà in esso, poiché è noto che Nostro Signore e gli Apostoli bevevano vino. Per quanto riguarda il tabacco, è più facile mantenere una posizione negativa poiché tutti i più grandi santi vissero prima che il suo uso fosse conosciuto. Ma anche in questo caso non è possibile alcun argomento razionale. L'idea che nessun santo avrebbe fumato si basa, in ultima analisi, sull'idea che nessun santo avrebbe fatto qualcosa solo perché gli procurava piacere. Questo elemento ascetico nella morale comune è diventato quasi inconscio, ma opera in svariati modi che rendono irrazionale il nostro codice morale. In un'etica razionale, sarebbe lodevole dare piacere a chiunque, persino a se stessi, a patto che non vi sia un danno contrapposto per sé o per gli altri. L'uomo idealmente virtuoso, se ci fossimo liberati dell'ascetismo, sarebbe colui che permette il godimento di un bene ogniqualvolta non vi siano conseguenze negative che ne superino il piacere. Riprendiamo la questione della menzogna. Non nego che ci sia troppa menzogna nel mondo e che tutti noi trarremmo grande beneficio da un aumento della sincerità, ma nego, come credo debba fare ogni persona razionale, che mentire non sia mai giustificato. Una volta, durante una passeggiata in campagna, vidi una volpe esausta, allo stremo delle forze, che si sforzava ancora di correre. Pochi minuti dopo vidi la caccia. Mi chiesero se avessi visto la volpe e io risposi di sì. Mi chiesero in che direzione fosse andata e io mentii. Non credo che sarei stato una persona migliore se avessi detto la verità.

Ma è soprattutto nell'ambito della sessualità che l'educazione morale precoce arreca danno. Se un bambino è stato educato in modo convenzionale da genitori o balie piuttosto severi, l'associazione tra peccato e organi sessuali si radica così profondamente entro i sei anni che è improbabile che venga completamente smantellata nel corso della sua vita. Questa sensazione è, naturalmente, rafforzata dal complesso di Edipo, poiché la donna più amata nell'infanzia è quella con cui ogni libertà sessuale è impossibile. Il risultato è che molti uomini adulti percepiscono le donne come degradate dal sesso e non riescono a rispettare le proprie mogli a meno che queste non detestino i rapporti sessuali. Ma l'uomo la cui moglie è fredda sarà spinto dall'istinto a cercare altrove una soddisfazione istintiva. Questa soddisfazione istintiva, tuttavia, anche se la trova momentaneamente, sarà avvelenata dal senso di colpa, cosicché non potrà essere felice in nessuna relazione con una donna, sia nel matrimonio che al di fuori di esso. Lo stesso accade anche per la donna, se le è stato insegnato con molta enfasi a essere ciò che viene definito "pura". Istintivamente, lei si trattiene nei rapporti sessuali con il marito, temendo di trarne piacere. Oggi, tuttavia, questo atteggiamento è molto meno diffuso tra le donne rispetto a cinquant'anni fa. Direi che attualmente, tra le persone istruite, la vita sessuale degli uomini è più contorta e più contaminata dal senso di peccato rispetto a quella delle donne.

Sta iniziando a diffondersi una maggiore consapevolezza, sebbene non da parte delle autorità pubbliche, dei mali dell'educazione sessuale tradizionale nei confronti dei bambini

molto piccoli. La regola giusta è semplice: fino a quando un bambino non si avvicina alla pubertà, non bisogna insegnargli alcuna morale sessuale ed evitare accuratamente di instillare l'idea che ci sia qualcosa di disgustoso nelle naturali funzioni corporee. Quando si avvicina il momento in cui diventa necessario impartire un'istruzione morale, bisogna assicurarsi che sia razionale e che in ogni punto si possano fornire valide motivazioni per ciò che si dice. Ma in questo libro non intendo parlare di educazione. In questo libro mi interessa piuttosto ciò che l'adulto può fare per minimizzare gli effetti nefasti di un'educazione inadeguata, che può generare un irrazionale senso del peccato.

Il problema qui è lo stesso che abbiamo affrontato nei capitoli precedenti, ovvero quello di costringere l'inconscio a prendere atto delle credenze razionali che governano il nostro pensiero cosciente. Gli uomini non devono lasciarsi influenzare dai loro stati d'animo, credendo una cosa in un momento e un'altra in un altro. Il senso di peccato è particolarmente evidente nei momenti in cui la volontà cosciente è indebolita dalla stanchezza, dalla malattia, dall'alcol o da qualsiasi altra causa. Ciò che un uomo prova in questi momenti (a meno che non sia causato dall'alcol) si suppone sia una rivelazione del suo sé superiore. "Il diavolo era malato, il diavolo sarebbe un santo". Ma è assurdo supporre che i momenti di debolezza offrano maggiore intuizione dei momenti di forza. Nei momenti di debolezza è difficile resistere ai suggerimenti infantili, ma non c'è alcuna ragione per considerare tali suggerimenti preferibili alla convinzione dell'uomo adulto

quando è nel pieno possesso delle sue facoltà. Al contrario, ciò in cui un uomo crede deliberatamente con tutta la sua ragione quando è in forze dovrebbe essere per lui la norma, ciò in cui farebbe meglio a credere in ogni momento. È del tutto possibile superare i suggerimenti infantili dell'inconscio, e persino modificarne il contenuto, impiegando la tecnica giusta. Ogni volta che inizi a provare rimorso per un'azione che la tua ragione ti dice non essere malvagia, esamina le cause del tuo rimorso e convinciti nel dettaglio della loro assurdità. Fai in modo che le tue convinzioni consapevoli siano così vivide ed enfatiche da imprimere nel tuo inconscio un'impressione abbastanza forte da competere con le impressioni suscitate dalla tua nutrice o da tua madre quando eri un neonato. Non accontentarti di un'alternanza tra momenti di razionalità e momenti di irrazionalità. Osserva attentamente l'irrazionalità, con la determinazione di non assecondarla e di non lasciarti dominare da essa. Ogni volta che essa insinua pensieri o sentimenti insensati nella tua coscienza, sradicali, esaminali e respingili. Non permettete a voi stessi di rimanere creature vacillanti, influenzate per metà dalla ragione e per metà dalla follia infantile. Non abbiate timore di essere irriverenti nei confronti della memoria di coloro che hanno controllato la vostra infanzia. Allora vi sembravano forti e saggi perché voi eravate deboli e sciocchi; ora che non lo siete più, è vostro compito esaminare la loro apparente forza e saggezza, valutare se meritano quella riverenza che per forza d'abitudine continuate a tributare loro. Chiedetevi seriamente se il mondo sia migliore grazie all'insegnamento morale tradizionalmente

impartito ai giovani. Considerate quanta pura superstizione contribuisca a formare l'uomo convenzionalmente virtuoso e riflettete sul fatto che, mentre ogni sorta di pericolo morale immaginario veniva scongiurato con divieti incredibilmente sciocchi, i pericoli morali reali a cui un adulto è esposto venivano praticamente ignorati.Quali sono le azioni veramente dannose a cui l'uomo medio è tentato? Pratiche commerciali scorrette non punite dalla legge, durezza verso i dipendenti, crudeltà verso moglie e figli, malevolenza verso i concorrenti, ferocia nei conflitti politici: questi sono i peccati veramente dannosi che sono comuni tra cittadini rispettabili e stimati. Attraverso questi peccati un uomo diffonde miseria nella sua cerchia ristretta e fa la sua parte per distruggere la civiltà. Eppure non sono queste le cose che lo portano, quando è malato, a considerarsi un emarginato che ha perso ogni diritto al favore divino. Non sono queste le cose che gli causano incubi, in cui vede visioni di sua madre che lo guarda con sguardi di rimprovero. Perché la sua moralità subconscia è così separata dalla ragione? Perché l'etica in cui credevano coloro che si sono presi cura della sua infanzia era sciocca; perché non derivava da alcuno studio del dovere dell'individuo verso la comunità; perché era composta da vecchi frammenti di tabù irrazionali; e perché conteneva in sé elementi di morbosa derivazione dalla malattia spirituale che affliggeva il morente Impero Romano. La nostra morale nominale è stata formulata da sacerdoti e donne mentalmente asservite. È ora che gli uomini che devono partecipare normalmente alla vita normale del mondo imparino a ribellarsi a queste sciocchezze malate.

Ma affinché la ribellione abbia successo nel portare felicità individuale e nel permettere a un uomo di vivere coerentemente secondo un unico principio, senza oscillare tra due, è necessario che egli rifletta e senta profondamente ciò che la sua ragione gli suggerisce. La maggior parte degli uomini, una volta liberati superficialmente dalle superstizioni dell'infanzia, pensa che non ci sia più nulla da fare. Non si rendono conto che queste superstizioni sono ancora latenti. Quando si giunge a una convinzione razionale, è necessario soffermarsi su di essa, seguirne le conseguenze, ricercare in sé stessi eventuali credenze incompatibili con la nuova convinzione che potrebbero altrimenti sopravvivere, e quando il senso del peccato si fa forte, come a volte accade, trattarlo non come una rivelazione e una chiamata a cose superiori, ma come una malattia e una debolezza, a meno che, naturalmente, non sia causato da qualche atto che un'etica razionale condannerebbe. Non sto suggerendo che un uomo debba essere privo di moralità, sto solo suggerendo che debba essere privo di moralità superstiziosa, che è una cosa ben diversa.

Ma anche quando un uomo ha tradito il proprio codice razionale, dubito che il senso di peccato sia il metodo migliore per giungere a una vita migliore.

Nel concetto di peccato c'è qualcosa di abietto, qualcosa di privo di rispetto per se stessi. La perdita del rispetto per se stessi non ha mai portato alcun beneficio a nessuno. L'uomo razionale considererà le proprie azioni indesiderabili come considera quelle altrui, ovvero come azioni prodotte da determinate circostanze, e

da evitare o attraverso una più piena consapevolezza della loro indesiderabilità, o, laddove possibile, evitando le circostanze che le hanno generate.

In realtà, il senso di peccato, lungi dall'essere causa di una vita felice, è proprio il contrario. Rende l'uomo infelice e lo fa sentire inferiore. Essendo infelice, è probabile che pretenda dagli altri cose in modo eccessivo, il che gli impedisce di godere della felicità nelle relazioni personali. Sentendosi inferiore, nutrirà rancore verso coloro che gli sembrano superiori. Troverà difficile l'ammirazione e facile l'invidia. Diventerà una persona generalmente sgradevole e si ritroverà sempre più solo. Un atteggiamento espansivo e generoso verso gli altri non solo dona felicità a chi lo possiede, ma è anche un'immensa fonte di felicità per chi lo manifesta, poiché lo rende generalmente benvoluto. Ma un tale atteggiamento è quasi impossibile per l'uomo tormentato dal senso di peccato. È il risultato di equilibrio e autosufficienza; richiede quella che si potrebbe definire integrazione mentale; con ciò intendo che i vari strati della natura umana, conscio, subconscio e inconscio, lavorano insieme in armonia e non sono impegnati in una perenne lotta. Raggiungere tale armonia è possibile nella maggior parte dei casi attraverso un'educazione saggia, ma laddove l'educazione sia stata inadeguata, il processo risulta più difficile. È il processo che gli psicoanalisti tentano di attuare, ma credo che in moltissimi casi il paziente stesso possa svolgere il lavoro che, nei casi più estremi, richiede l'aiuto di un esperto. Non dite: "Non ho tempo per tali fatiche psicologiche; la mia vita è piena di impegni e devo lasciare che il mio inconscio

faccia i suoi giochetti". Nulla diminuisce tanto la felicità quanto l'efficienza quanto una personalità divisa in conflitto con se stessa. Il tempo impiegato per creare armonia tra le diverse parti della propria personalità è tempo utilmente impiegato. Non suggerisco che una persona debba dedicare, ad esempio, un'ora al giorno all'autoanalisi. A mio avviso, questo non è affatto il metodo migliore, poiché aumenta l'egocentrismo, che è parte della malattia da curare, perché una personalità armoniosa è orientata verso l'esterno. Ciò che suggerisco è che un uomo dovrebbe formarsi con fermezza su ciò in cui crede razionalmente e non dovrebbe mai permettere che convinzioni irrazionali contrarie rimangano incontrastate o prendano il sopravvento, per quanto brevemente. Si tratta di ragionare con se stessi in quei momenti in cui si è tentati di comportarsi in modo infantile, ma il ragionamento, se sufficientemente deciso, può essere molto breve. Il tempo impiegato, quindi, dovrebbe essere trascurabile.

Molte persone nutrono un'avversione per la razionalità, e laddove questa persiste, ciò che ho affermato sembrerà irrilevante e insignificante. Esiste l'idea che la razionalità, se lasciata libera di agire, soffochi tutte le emozioni più profonde. Questa convinzione, a mio avviso, deriva da una concezione del tutto errata della funzione della ragione nella vita umana.

Non è compito della ragione generare emozioni, sebbene possa rientrare tra le sue funzioni scoprire modi per prevenire quelle emozioni che ostacolano il benessere. Trovare modi per minimizzare l'odio e l'invidia è senza dubbio parte della funzione

di una psicologia razionale. Ma è un errore supporre che, minimizzando queste passioni, si possa al contempo diminuire l'intensità di quelle passioni che la ragione non condanna. Nell'amore passionale, nell'affetto genitoriale, nell'amicizia, nella benevolenza, nella dedizione alla scienza o all'arte, non c'è nulla che la ragione dovrebbe desiderare di diminuire. L'uomo razionale, quando prova una o più di queste emozioni, sarà lieto di provarle e non farà nulla per attenuarne l'intensità, poiché tutte queste emozioni sono parte di una vita buona, quella vita che, cioè, genera felicità sia in sé stessi che negli altri. Non c'è nulla di irrazionale nelle passioni in quanto tali, e molte persone irrazionali provano solo le passioni più banali. Nessuno deve temere che, diventando razionale, renderà la propria vita noiosa. Al contrario, poiché la razionalità consiste principalmente nell'armonia interiore, l'uomo che la raggiunge è più libero nella contemplazione del mondo e nell'impiego delle proprie energie per raggiungere scopi esterni rispetto all'uomo perennemente ostacolato da conflitti interiori. Nulla è così noioso come essere rinchiusi in se stessi, nulla è così esaltante come avere attenzione ed energia dirette verso l'esterno.

La nostra morale tradizionale è stata eccessivamente egocentrica, e il concetto di peccato fa parte di questa imprudente focalizzazione dell'attenzione su se stessi. Per coloro che non hanno mai attraversato gli stati d'animo soggettivi indotti da questa morale fallace, la ragione può essere superflua. Ma per coloro che hanno contratto questa malattia, la ragione è necessaria per ottenere la guarigione. E forse la malattia è una

tappa necessaria nello sviluppo mentale. Sono incline a pensare che l'uomo che l'ha superata con l'aiuto della ragione abbia raggiunto un livello superiore rispetto all'uomo che non ha mai sperimentato né la malattia né la guarigione. L'odio per la ragione, così diffuso ai nostri tempi, è in gran parte dovuto al fatto che le operazioni della ragione non sono concepite in modo sufficientemente fondamentale. L'uomo diviso contro se stesso cerca eccitazione e distrazione; ama le passioni intense, non per ragioni valide, ma perché per un momento lo portano fuori da sé e gli impediscono la dolorosa necessità del pensiero. Ogni passione è per lui una forma di ebbrezza, e poiché non riesce a concepire la felicità fondamentale, ogni sollievo dal dolore gli appare possibile solo sotto forma di ebbrezza. Questo, tuttavia, è il sintomo di un malessere profondo. Laddove non vi sia tale malessere, la felicità più grande deriva dal pieno possesso delle proprie facoltà. È nei momenti in cui la mente è più attiva e si dimenticano meno cose che si sperimentano le gioie più intense. Questa, in effetti, è una delle migliori pietre di paragone della felicità. La felicità che richiede l'ebbrezza di qualsiasi tipo è una felicità illusoria e insoddisfacente. La felicità che è veramente appagante è accompagnata dal pieno esercizio delle nostre facoltà e dalla piena realizzazione del mondo in cui viviamo.

Capitolo 8: La mania della persecuzione

Nelle sue forme più estreme, la mania di persecuzione è una forma riconosciuta di follia. Alcune persone immaginano che altri vogliano ucciderle, imprigionarle o infliggere loro qualche altro

grave danno. Spesso il desiderio di proteggersi da persecutori immaginari le spinge ad atti di violenza che rendono necessaria la limitazione della loro libertà. Questa, come molte altre forme di follia, è solo un'esagerazione di una tendenza tutt'altro che rara tra le persone considerate normali. Non intendo trattare le forme estreme, che sono di competenza di uno psichiatra. Desidero invece esaminare le forme più lievi, perché sono una causa molto frequente di infelicità e perché, non arrivando a produrre una vera e propria follia, possono comunque essere gestite dal paziente stesso, a patto che sia indotto a diagnosticare correttamente il proprio problema e a comprendere che la sua origine risiede in se stesso e non nella presunta ostilità o cattiveria altrui.

Tutti conosciamo quel tipo di persona, uomo o donna, che, a suo dire, è perennemente vittima di ingratitudine, scortesia e tradimento. Queste persone sono spesso straordinariamente credibili e suscitano la simpatia di chi non le conosce da molto tempo. Di norma, non c'è nulla di intrinsecamente improbabile in ciascuna delle storie che raccontano. Il tipo di maltrattamenti di cui si lamentano a volte si verificano indubbiamente. Ciò che alla fine desta i sospetti di chi ascolta è la molteplicità dei malfattori che la vittima ha avuto la sfortuna di incontrare. Secondo il principio della probabilità, è probabile che persone diverse che vivono in una data società, nel corso della loro vita, subiscano all'incirca la stessa quantità di maltrattamenti. Se una persona in un dato gruppo, secondo il suo racconto, subisce un trattamento universalmente ingiusto, è probabile che la causa risieda in lei stessa, e che si immagini torti che in realtà non ha subito, oppure

che si comporti inconsciamente in modo tale da suscitare un'irritazione incontrollabile. Le persone esperte, quindi, diventano sospettose nei confronti di coloro che, secondo il loro racconto, vengono invariabilmente maltrattati dal mondo; tendono, per la loro mancanza di empatia, a confermare a queste sfortunate persone la convinzione che tutti siano contro di loro. Il problema, in realtà, è difficile da affrontare, poiché è alimentato sia dalla compassione che dalla mancanza di compassione. La persona incline alla mania di persecuzione, quando scopre che una storia di ingiustizia è creduta, la abbellirà fino a raggiungere il limite della credibilità; quando, d'altra parte, scopre che non è creduta, ha semplicemente un altro esempio della peculiare insensibilità dell'umanità verso se stessa. La malattia è una di quelle che si possono affrontare con la comprensione, e questa comprensione deve essere trasmessa al paziente affinché sia efficace. In questo capitolo, il mio scopo è quello di suggerire alcune riflessioni generali attraverso le quali ogni individuo possa individuare in sé gli elementi della mania di persecuzione (di cui quasi tutti soffrono in misura maggiore o minore) e, una volta individuati, eliminarli. Questo è un passo importante verso la conquista della felicità, poiché è assolutamente impossibile essere felici se si ha la sensazione di essere maltrattati da tutti.

Una delle forme più universali di irrazionalità è l'atteggiamento che praticamente tutti assumono nei confronti dei pettegolezzi malevoli. Pochissime persone riescono a resistere alla tentazione di dire cose cattive sui propri conoscenti, e a volte persino sui propri amici; eppure, quando sentono che qualcuno ha detto

qualcosa contro di loro, sono pervase da un'indignazione e uno stupore indignati. A quanto pare, non gli è mai venuto in mente che, così come loro spettegolano su tutti gli altri, anche tutti gli altri spettegolano su di loro. Questa è una forma lieve di quell'atteggiamento che, se esagerato, sfocia in una vera e propria mania di persecuzione. Ci aspettiamo che tutti gli altri provino per noi lo stesso tenero amore e lo stesso profondo rispetto che proviamo per noi stessi. Non ci viene in mente che non possiamo aspettarci che gli altri abbiano una migliore opinione di noi di quanta ne abbiamo noi di loro, e il motivo per cui non ci viene in mente è che i nostri meriti sono grandi ed evidenti, mentre quelli degli altri, se esistono, sono visibili solo a un occhio molto benevolo. Quando senti che Tizio ha detto qualcosa di orribile su di te, ti ricordi delle novantanove volte in cui ti sei astenuto dal pronunciare la critica più giusta e meritata nei suoi confronti, e dimentichi la centesima volta in cui, in un momento di disattenzione, hai dichiarato quella che credevi essere la verità su di lui. Ti chiedi se questa sia la ricompensa per tutta la tua lunga pazienza? Eppure, dal suo punto di vista, il tuo comportamento appare esattamente come appare il suo a te; non sa nulla delle volte in cui non hai parlato, sa solo della centesima volta in cui hai parlato. Se per magia ci venisse dato il potere di leggere i pensieri altrui, suppongo che il primo effetto sarebbe la dissoluzione di quasi tutte le amicizie; il secondo effetto, tuttavia, potrebbe essere eccellente, perché un mondo senza amici sarebbe considerato intollerabile, e impareremmo ad apprezzarci a vicenda senza bisogno di un velo di illusione per nascondere a noi

stessi il fatto che non ci consideriamo assolutamente perfetti. Sappiamo che i nostri amici hanno i loro difetti, eppure, nel complesso, sono persone piacevoli che ci piacciono. Troviamo tuttavia intollerabile che abbiano lo stesso atteggiamento nei nostri confronti. Ci aspettiamo che pensino che, a differenza del resto dell'umanità, noi non abbiamo difetti. Quando siamo costretti ad ammettere di avere dei difetti, prendiamo questo fatto ovvio fin troppo sul serio. Nessuno dovrebbe aspettarsi di essere perfetto, né essere eccessivamente turbato dal fatto di non esserlo.

La mania di persecuzione affonda sempre le sue radici in una concezione eccessivamente esagerata dei propri meriti. Diciamo che sono un drammaturgo; per chiunque sia imparziale dovrebbe essere ovvio che io sia il drammaturgo più brillante della mia epoca. Ciononostante, per qualche ragione, le mie opere vengono rappresentate raramente e, quando lo sono, non riscuotono successo. Qual è la spiegazione di questa strana situazione? Ovviamente che impresari, attori e critici si siano coalizzati contro di me per un motivo o per l'altro. Il motivo, naturalmente, è di mia grande merito: mi sono rifiutato di inchinarmi ai grandi del mondo teatrale; non ho adulato i critici; le mie opere contengono verità scomode che risultano insopportabili per chi le subisce. E così il mio trascendente merito langue nell'oblio.

Poi c'è l'inventore che non è mai riuscito a convincere nessuno a esaminare i meriti della sua invenzione; i produttori sono radicati nelle loro abitudini e non prendono in considerazione alcuna

innovazione, mentre i pochi progressisti mantengono i propri inventori, che riescono a tenere a bada le intrusioni di geni non autorizzati; le società scientifiche, stranamente, perdono i manoscritti o li restituiscono senza averli letti; le persone a cui ci si rivolge sono inspiegabilmente non rispondenti. Come si spiega una simile situazione? Evidentemente esiste una ristretta cerchia di uomini che desiderano spartirsi i frutti dell'invenzione; chi non appartiene a questa cerchia non verrà ascoltato.

Poi c'è l'uomo che ha un'autentica lamentela fondata su fatti concreti, ma che generalizza alla luce della sua esperienza e giunge alla conclusione che la sua sfortuna personale offra la chiave dell'universo; scopre, diciamo, qualche scandalo sui servizi segreti che è nell'interesse del governo tenere nascosto. Non riesce a ottenere quasi nessuna pubblicità per la sua scoperta, e gli uomini apparentemente più nobili si rifiutano di muovere un dito per porre rimedio al male che lo riempie di indignazione. Fin qui i fatti sono come lui li descrive. Ma i suoi rifiuti lo hanno colpito a tal punto da fargli credere che gli uomini potenti siano interamente e unicamente impegnati a insabbiare i crimini a cui devono il loro potere. Casi di questo tipo sono particolarmente ostinati, a causa della parzialità della loro visione; ciò che li ha toccati personalmente ha fatto loro, com'è naturale, un'impressione maggiore rispetto al ben più ampio numero di questioni di cui non hanno avuto esperienza diretta. Questo dà loro un senso delle proporzioni errato e li porta ad attribuire un'importanza eccessiva a fatti che sono forse eccezionali piuttosto che tipici.

Un'altra vittima non rara della mania di persecuzione è un certo tipo di filantropo che fa sempre del bene agli altri contro la loro volontà, e si stupisce e si inorridisce quando questi non mostrano gratitudine. Le nostre motivazioni nel fare del bene raramente sono pure come le immaginiamo. L'amore per il potere è insidioso; ha molti travestimenti ed è spesso la fonte del piacere che proviamo nel fare ciò che crediamo essere un bene per gli altri. Non di rado, entra in gioco un altro elemento. "Fare del bene" agli altri generalmente consiste nel privarli di qualche piacere: bere, giocare d'azzardo, oziare, o altro. In questo caso c'è un elemento tipico di gran parte della morale sociale, ovvero l'invidia per coloro che sono in grado di commettere peccati dai quali noi dobbiamo astenerci se vogliamo conservare il rispetto dei nostri amici. Coloro che votano, poniamo, a favore di una legge contro il fumo di sigaretta (tali leggi esistono, o esistevano, in diversi Stati americani) sono ovviamente non fumatori per i quali il piacere che altri traggono dal tabacco è fonte di dolore. Se si aspettano che coloro che prima erano dipendenti dal fumo si presentino in delegazione per ringraziarli di averli liberati da questo odioso vizio, è possibile che rimangano delusi. Potrebbero quindi iniziare a riflettere sul fatto di aver dedicato la propria vita al bene pubblico e che coloro che avrebbero più motivi per ringraziarli per le loro attività benefiche sembrano essere i meno consapevoli di qualsiasi occasione di gratitudine.

Un tempo si riscontrava lo stesso tipo di atteggiamento da parte delle padrone di casa nei confronti delle domestiche, di cui proteggevano la moralità. Ma oggigiorno il problema della servitù

è diventato così grave che questa forma di gentilezza verso le domestiche è diventata meno comune.

Anche negli ambienti più elevati della politica accade qualcosa di simile. Lo statista che ha gradualmente concentrato tutto il potere nelle proprie mani per poter perseguire gli alti e nobili obiettivi che lo hanno spinto a rinunciare alla comodità e a entrare nell'arena della vita pubblica, rimane sbalordito dall'ingratitudine del popolo quando questo gli si rivolta contro. Non gli viene mai in mente che il suo operato possa aver avuto un movente diverso da quello pubblico, o che il piacere di controllare gli affari possa aver in qualche modo ispirato le sue azioni. Le frasi di rito pronunciate in tribuna e sulla stampa di partito gli sembrano ormai verità, e scambia la retorica partigiana per un'autentica analisi delle motivazioni. Disgustato e disilluso, si ritira dalla vita pubblica dopo che il mondo si è ritirato da lui, e si rammarica di aver mai tentato un compito così ingrato come la ricerca del bene pubblico.

Queste illustrazioni suggeriscono quattro massime generali, che si riveleranno un valido deterrente contro la mania di persecuzione se la loro verità verrà pienamente compresa. La prima è: ricorda che le tue motivazioni non sono sempre così altruistiche come ti sembrano. La seconda è: non sopravvalutare i tuoi meriti. La terza è: non aspettarti che gli altri si interessino a te tanto quanto te ne interessi tu. E la quarta è: non immaginare che la maggior parte delle persone ti pensi abbastanza da avere un

particolare desiderio di perseguitarti. Esaminerò brevemente ciascuna di queste massime.

Il sospetto nei confronti delle proprie motivazioni è particolarmente necessario per il filantropo e il dirigente; queste persone hanno una visione di come il mondo, o una sua parte, dovrebbe essere, e credono, a volte a ragione, a volte a torto, che realizzando la loro visione arrecheranno un beneficio all'umanità o a una sua porzione. Non si rendono però pienamente conto che gli individui influenzati dalle loro azioni hanno tutti lo stesso diritto di avere la propria idea di mondo. Un dirigente è assolutamente certo che la sua visione sia giusta e che qualsiasi altra visione contraria sia sbagliata. Ma la sua convinzione soggettiva non fornisce certo alcuna prova della sua correttezza oggettiva. Inoltre, la sua convinzione è molto spesso solo una maschera per il piacere che trae dal contemplare i cambiamenti di cui è artefice. E oltre all'amore per il potere, vi è un'altra motivazione, ovvero la vanità, che in questi casi esercita una forte influenza. Parlo per esperienza personale: l'idealista di alto rango che si candida al Parlamento su questo tema rimane sbalordito dal cinismo dell'elettorato, il quale presume che egli desideri solo la gloria di apporre la sigla "Parlamentare" dopo il proprio nome. Quando la competizione è finita e ha tempo di riflettere, si rende conto che forse, dopotutto, gli elettori cinici avevano ragione. L'idealismo fa sì che le motivazioni semplici assumano strane maschere, e quindi un pizzico di realismo cinico non guasta nei nostri uomini pubblici. La morale convenzionale inculca un grado di altruismo di cui la natura umana è a malapena capace, e coloro che si

vantano della propria virtù spesso immaginano di raggiungere questo ideale irraggiungibile. La stragrande maggioranza delle azioni, anche delle persone più nobili, è motivata da interessi personali, e questo non è motivo di rammarico, poiché, se così fosse, la razza umana non potrebbe sopravvivere. Un uomo che dedicasse il suo tempo a provvedere al sostentamento degli altri e dimenticasse di provvedere a se stesso, perirebbe. Certo, si può nutrirsi anche solo per procurarsi la forza necessaria a rituffarsi nella lotta contro il male, ma è dubbio che il cibo consumato con questo intento possa essere adeguatamente digerito, poiché la salivazione non sarebbe sufficientemente stimolata. È quindi meglio che un uomo mangi perché apprezza il cibo, piuttosto che il tempo che trascorre a tavola sia motivato unicamente dal desiderio del bene comune.

E ciò che vale per il mangiare vale per tutto il resto. Qualunque cosa si debba fare può essere fatta adeguatamente solo con l'aiuto di un certo entusiasmo, e l'entusiasmo è difficile senza una motivazione egoistica. Da questo punto di vista, dovrei includere tra le motivazioni egoistiche quelle che riguardano persone biologicamente legate a sé, come l'impulso a difendere moglie e figli dai nemici. Questo grado di altruismo fa parte della normale natura umana, ma il grado inculcato nell'etica convenzionale non lo è, ed è molto raramente raggiunto in modo autentico. Le persone che desiderano avere un'alta opinione della propria eccellenza morale devono quindi convincersi di aver raggiunto un grado di altruismo che è molto improbabile che abbiano effettivamente raggiunto, e quindi la ricerca della santità finisce

per essere connessa a un autoinganno di un tipo che può facilmente sfociare nella mania di persecuzione.

La seconda delle nostre quattro massime, secondo cui è imprudente sopravvalutare i propri meriti, è già compresa, per quanto riguarda la morale, da quanto abbiamo detto. Ma anche i meriti diversi da quelli morali non dovrebbero essere sopravvalutati. Il drammaturgo le cui opere non hanno successo dovrebbe considerare con calma l'ipotesi che si tratti di opere scadenti; non dovrebbe respingerla a priori come palesemente insostenibile. Se constata che corrisponde ai fatti, dovrebbe, come un filosofo induttivo, adottarla. È vero che nella storia esistono casi di meriti non riconosciuti, ma sono di gran lunga meno numerosi dei casi di demeriti riconosciuti. Se un uomo è un genio che la sua epoca non riconosce, fa bene a perseverare nel suo cammino nonostante la mancanza di riconoscimento. Se, d'altra parte, è una persona priva di talento e gonfia di vanità, farebbe bene a non perseverare. Non c'è modo di sapere a quale di queste due categorie si appartenga se si è afflitti dall'impulso di produrre capolavori non riconosciuti. Se appartenete a una categoria, la vostra perseveranza è eroica; se all'altra, ridicola. Quando sarete morti da cento anni, sarà possibile intuire a quale categoria appartenevate. Nel frattempo, esiste un test, forse non infallibile, per chi sospetta di essere un genio mentre i propri amici non lo sono. Il test è questo: create perché sentite un'urgente necessità di esprimere certe idee o sentimenti, oppure siete mossi dal desiderio di applausi? Nell'artista autentico, il desiderio di applausi, pur essendo solitamente forte, è secondario, nel

senso che l'artista desidera produrre un certo tipo di opera e spera che questa venga applaudita, ma non modificherà il suo stile anche se non riceverà applausi. L'uomo, d'altra parte, per il quale il desiderio di applausi è la motivazione primaria, non ha in sé alcuna forza che lo spinga verso un particolare tipo di espressione e potrebbe quindi benissimo realizzare un'opera di tutt'altro genere. Un uomo del genere, se non riesce a ottenere applausi con la sua arte, farebbe meglio a rinunciarvi. E, parlando più in generale, qualunque sia la vostra professione, se scoprite che gli altri non apprezzano le vostre capacità quanto voi le apprezzate, non siate troppo sicuri che siano loro a sbagliarsi. Se vi lasciate convincere da questo, potreste facilmente cadere nella convinzione che esista una cospirazione per impedire il riconoscimento del vostro merito, e questa convinzione sarà quasi certamente la fonte di una vita infelice. Riconoscere che il vostro merito non è così grande come speravate può essere doloroso per un momento, ma è un dolore che ha una fine, oltre la quale una vita felice torna ad essere possibile.

La nostra terza massima era di non aspettarsi troppo dagli altri. Era consuetudine che le donne invalide si aspettassero che almeno una delle loro figlie si sacrificasse completamente nell'adempiere ai doveri di infermiera, anche fino al punto di rinunciare al matrimonio. Questo significa aspettarsi da un altro un grado di altruismo contrario alla ragione, poiché la perdita per l'altruista è maggiore del guadagno per l'egoista. In tutti i vostri rapporti con gli altri, specialmente con coloro che vi sono più vicini e cari, è importante e non sempre facile ricordare che essi

vedono la vita dal loro punto di vista e come tocca il loro ego, non dal vostro punto di vista e come tocca il vostro. Non ci si dovrebbe aspettare che una persona distorca le linee principali della propria vita per il bene di un altro individuo. A volte può esistere un affetto così forte che anche i più grandi sacrifici diventano naturali,

Ma se non sono naturali, non dovrebbero essere create, e nessuno dovrebbe essere ritenuto colpevole per non averle create. Molto spesso, il comportamento di cui le persone si lamentano negli altri non è altro che la sana reazione del naturale egoismo contro l'avidità rapace di una persona il cui ego si estende oltre i suoi limiti appropriati.

La quarta massima che abbiamo menzionato consiste nel rendersi conto che gli altri dedicano meno tempo a pensare a te di quanto tu ne dedichi a te stesso. La vittima folle della mania di persecuzione immagina che ogni sorta di persona, che in realtà ha i propri hobby e interessi, sia impegnata mattina, pomeriggio e sera a cercare di nuocere al povero malato di mente. Allo stesso modo, la vittima relativamente sana della mania di persecuzione vede in ogni tipo di azione un riferimento a sé stesso che, in realtà, non esiste. Quest'idea, naturalmente, lusinga la sua vanità. Se fosse un uomo abbastanza importante, potrebbe anche essere vera. Le azioni del governo britannico per molti anni furono principalmente volte a contrastare Napoleone. Ma quando una persona di nessuna particolare importanza immagina che gli altri stiano pensando personalmente a lei, è sulla strada della follia.

Supponiamo che tu tenga un discorso a una cena pubblica. Le fotografie di alcuni degli altri oratori appaiono sui giornali illustrati, ma non c'è nessuna tua foto. Come si spiega questo? Ovviamente non perché gli altri oratori fossero considerati più importanti; dev'essere perché i redattori dei giornali avevano dato ordine di ignorarti. E perché mai avrebbero dovuto dare un ordine del genere? Ovviamente perché ti temevano a causa della tua grande importanza. In questo modo l'omissione della tua foto si trasforma da un'offesa in un sottile complimento. Ma questo tipo di autoinganno non può portare a una felicità duratura. In fondo al tuo cuore saprai che i fatti sono diversi e, per nasconderli a te stesso il più possibile, dovrai inventare ipotesi sempre più fantasiose. La tensione di cercare di crederci diventerà, alla fine, insopportabile. E poiché, inoltre, implicano la convinzione di essere oggetto di un'ostilità diffusa, non faranno altro che salvaguardare la tua autostima infliggendoti la dolorosissima sensazione di essere in contrasto con il mondo. Nessuna soddisfazione basata sull'autoinganno è duratura e, per quanto spiacevole possa essere la verità, è meglio affrontarla una volta per tutte, abituarsi ad essa e procedere a costruire la propria vita di conseguenza.

Capitolo 9: La paura dell'opinione pubblica

Pochissime persone possono essere felici se, nel complesso, il loro stile di vita e la loro visione del mondo non sono approvati da coloro con cui intrattengono rapporti sociali, e soprattutto da

coloro con cui convivono. È una peculiarità delle società moderne essere divise in gruppi che differiscono profondamente per morale e credo. Questa situazione ebbe inizio con la Riforma, o forse si dovrebbe dire con il Rinascimento, e da allora si è accentuata sempre di più. C'erano protestanti e cattolici, che differivano non solo in teologia ma anche su molte questioni pratiche. C'erano gli aristocratici che permettevano vari tipi di azioni non tollerate dalla borghesia. Poi vennero i latitudinari e i liberi pensatori che non riconoscevano i doveri dell'osservanza religiosa. Ai giorni nostri, in tutto il continente europeo, esiste una profonda divisione tra socialisti e altri, che riguarda non solo la politica ma quasi ogni ambito della vita. Nei paesi anglofoni le divisioni sono particolarmente numerose. In alcuni ambienti l'arte è ammirata, mentre in altri è considerata opera del diavolo, soprattutto se moderna. In alcuni ambienti la devozione all'Impero è la virtù suprema, in altri è vista come un vizio, e in altri ancora come una forma di stupidità. Le persone convenzionali considerano l'adulterio uno dei peggiori crimini, ma ampie fasce della popolazione lo ritengono scusabile, se non addirittura lodevole. Tra i cattolici il divorzio è totalmente proibito, mentre la maggior parte dei non cattolici lo accetta come un necessario alleggerimento del vincolo matrimoniale.

A causa di tutte queste differenze di prospettiva, una persona con determinati gusti e convinzioni può ritrovarsi praticamente emarginata mentre vive in un certo ambiente, sebbene in un altro verrebbe accettata come un essere umano del tutto normale. Da

questo modo nasce molta infelicità, soprattutto tra i giovani. Un giovane o una giovane donna in qualche modo

Coglie le idee che aleggiano nell'aria, ma scopre che queste idee sono anatema nel particolare ambiente in cui vive. Ai giovani sembra facilmente che l'unico ambiente che conoscono sia rappresentativo del mondo intero. Faticano a credere che in un altro luogo o in un altro contesto le opinioni che non osano esprimere per timore di essere considerati completamente perversi verrebbero accettate come luoghi comuni dell'epoca. Così, a causa dell'ignoranza del mondo, si sopporta molta sofferenza inutile, a volte solo in gioventù, ma non di rado per tutta la vita. Questo isolamento non è solo fonte di dolore, ma causa anche una grande dispersione di energie nell'inutile compito di mantenere l'indipendenza mentale contro un ambiente ostile e, nel novantanove per cento dei casi, produce una certa timidezza nel portare le idee alle loro logiche conseguenze. Le sorelle Brontë non incontrarono mai persone con cui si trovassero in sintonia fino a dopo la pubblicazione dei loro libri. Questo non intaccò Emily, che si dimostrò eroica e di grande carattere, ma certamente influenzò Charlotte, la cui visione del mondo, nonostante il suo talento, rimase sempre in larga misura quella di una governante. Blake, come Emily Brontë, visse in un estremo isolamento mentale, ma come lei fu abbastanza grande da superarne gli effetti negativi, poiché non dubitò mai di avere ragione e che i suoi critici avessero torto. Il suo atteggiamento nei confronti dell'opinione pubblica è espresso nei versi:

Ma non sono molti coloro che possiedono questa forza interiore. Per quasi tutti, un ambiente favorevole è necessario alla felicità. Per la maggior parte delle persone, naturalmente, l'ambiente in cui si trovano è favorevole. Assorbono i pregiudizi del momento fin dalla giovinezza e si adattano istintivamente alle credenze e alle consuetudini che trovano intorno a sé. Ma per una grande minoranza, che comprende praticamente tutti coloro che possiedono un qualche merito intellettuale o artistico, questo atteggiamento di acquiescenza è impossibile. Una persona nata, poniamo, in una piccola città di provincia si ritrova fin dalla prima giovinezza circondata da ostilità verso tutto ciò che è necessario per l'eccellenza mentale. Se desidera leggere libri impegnativi, gli altri ragazzi lo disprezzano e gli insegnanti gli dicono che tali opere sono inquietanti. Se si interessa d'arte, i suoi coetanei lo considerano effeminato e gli anziani lo ritengono immorale. Se desidera intraprendere una carriera, per quanto rispettabile, che non sia comune nella cerchia a cui appartiene, gli viene detto che si sta creando da solo e che ciò che andava bene per suo padre dovrebbe andare bene anche per lui. Se mostra la minima tendenza a criticare i principi religiosi o le affiliazioni politiche dei genitori, rischia di trovarsi in seri guai. Per tutte queste ragioni, per la maggior parte dei giovani e delle giovani di eccezionale merito l'adolescenza è un periodo di grande infelicità. Per i loro coetanei più comuni può essere un periodo di allegria e divertimento, ma loro stessi desiderano qualcosa di più serio, che non riescono a trovare né tra gli adulti né tra i coetanei nel particolare contesto sociale in cui il caso li ha fatti nascere.

Quando questi giovani vanno all'università, probabilmente scoprono anime affini e godono di alcuni anni di grande felicità. Se sono fortunati, una volta terminati gli studi, potrebbero riuscire a trovare un lavoro che permetta loro di continuare a scegliere compagni con cui condividere interessi; un uomo intelligente che vive in una città grande come Londra o New York può generalmente trovare un ambiente affine in cui non è necessario ricorrere a restrizioni o ipocrisie. Ma se il suo lavoro lo obbliga a vivere in un luogo più piccolo, e in particolare se richiede di mantenere il rispetto della gente comune, come accade, ad esempio, a un medico o a un avvocato, potrebbe trovarsi praticamente costretto per tutta la vita a nascondere i suoi veri gusti e le sue convinzioni alla maggior parte delle persone che incontra quotidianamente. Questo è particolarmente vero in America, a causa della vastità del paese. Nei luoghi più improbabili, a nord, a sud, a est e a ovest, si trovano individui solitari che sanno, grazie ai libri, che esistono luoghi in cui non sarebbero soli, ma che non hanno la possibilità di viverci, e solo rarissime occasioni di conversazioni piacevoli. La vera felicità in tali circostanze è impossibile per coloro che non sono costruiti su una scala così grandiosa come quella di Blake ed Emily Brontë. Se si vuole che diventi possibile, bisogna trovare un modo per attenuare o eludere la tirannia dell'opinione pubblica, e per permettere ai membri della minoranza intelligente di conoscersi e godere della reciproca compagnia.

In molti casi, una timidezza inutile peggiora inutilmente la situazione. L'opinione pubblica è sempre più tirannica nei

confronti di chi la teme apertamente che di chi le è indifferente. Un cane abbaia più forte e morde più facilmente quando le persone lo temono rispetto a quando lo trattano con disprezzo, e la massa umana possiede una caratteristica simile. Se mostrate di aver paura di loro, date loro la promessa di una buona caccia, mentre se mostrate indifferenza, iniziano a dubitare del proprio potere e quindi tendono a lasciarvi in pace. Non mi riferisco, ovviamente, a forme estreme di sfida. Se a Kensington si condividono le opinioni convenzionali in Russia, o in Russia le opinioni convenzionali a Kensington, bisogna accettarne le conseguenze. Non mi riferisco a tali estremi, ma a deviazioni molto più lievi dalla convenzionalità, come il non vestirsi in modo appropriato, l'appartenere a una chiesa o l'astenersi dal leggere libri di cultura. Tali mancanze, se compiute con allegria e noncuranza, non in modo provocatorio ma spontaneo, saranno tollerate persino nella società più convenzionale. Gradualmente, si potrà acquisire la posizione di "pazzo autorizzato", a cui sono permesse cose che in un altro uomo sarebbero considerate imperdonabili. Questo dipende in gran parte da una certa indole bonaria e amichevole. Le persone convenzionali si infuriano di fronte alle deviazioni dalla convenzione, soprattutto perché le considerano una critica a se stesse. Perdoneranno molta non convenzionalità in un uomo che possiede sufficiente allegria e cordialità da far capire, anche al più ottuso, che non sta cercando di criticarli. Questo metodo per sfuggire alla censura è tuttavia impossibile per molti di coloro i cui gusti o opinioni li rendono in contrasto con la massa. La loro mancanza di simpatia li mette a

disagio e li porta ad assumere un atteggiamento combattivo, anche se esteriormente si conformano o riescono a evitare qualsiasi scontro. Le persone che non sono in armonia con le convenzioni del proprio gruppo tendono quindi ad essere scontrose, a disagio e prive di un umorismo espansivo. Queste stesse persone, trasportate in un altro gruppo dove il loro punto di vista non è considerato strano, sembrano cambiare completamente carattere. Da serie, timide e riservate possono diventare allegre e sicure di sé; da spigolose possono diventare affabili e disinvolte; da egocentriche possono diventare socievoli ed estroverse.

Ove possibile, quindi, i giovani che si trovano in disaccordo con l'ambiente circostante dovrebbero sforzarsi, nella scelta di una professione, di optare per una carriera che offra loro la possibilità di una compagnia piacevole, anche se ciò dovesse comportare una notevole perdita di reddito. Spesso non sanno nemmeno che ciò sia possibile, poiché la loro conoscenza del mondo è molto limitata e possono facilmente immaginare che i pregiudizi a cui si sono abituati in famiglia siano diffusi in tutto il mondo. In questo ambito, gli uomini più anziani potrebbero essere di grande aiuto ai giovani, poiché una considerevole esperienza del genere umano è essenziale.

Oggigiorno, nella psicoanalisi, è consuetudine presumere che, quando un giovane è in disarmonia con il suo ambiente, la causa risieda in qualche disturbo psicologico. A mio avviso, questo è un errore completo. Supponiamo, ad esempio, che un giovane abbia

genitori che credono che la dottrina dell'evoluzione sia malvagia. In un caso del genere, non serve altro che l'intelligenza per far sì che egli sia in disaccordo con loro. Essere in disarmonia con l'ambiente circostante è, naturalmente, una sfortuna, ma non è sempre una sfortuna da evitare a tutti i costi. Quando l'ambiente è stupido, pieno di pregiudizi o crudele, essere in disarmonia con esso è segno di merito. E in una certa misura queste caratteristiche sono presenti in quasi ogni ambiente. Galileo e Keplero avevano "pensieri pericolosi" (come vengono definiti in Giappone), e così anche gli uomini più intelligenti dei nostri giorni. Non è auspicabile che il senso sociale sia così fortemente sviluppato da indurre tali uomini a temere l'ostilità sociale che le loro opinioni potrebbero provocare. L'ideale è trovare il modo di rendere questa ostilità la più lieve e inefficace possibile.

Nel mondo moderno, la parte più importante di questo problema si manifesta in gioventù. Se un uomo viene avviato alla giusta carriera e si trova nel giusto ambiente, nella maggior parte dei casi può sfuggire alla persecuzione sociale, ma finché è giovane e i suoi meriti non sono ancora stati messi alla prova, rischia di essere alla mercé di persone ignoranti che si ritengono capaci di giudicare su questioni di cui non sanno nulla, e che si indignano al solo pensiero che una persona così giovane possa saperne più di loro, pur con tutta la loro esperienza del mondo. Molte persone che alla fine sono sfuggite alla tirannia dell'ignoranza hanno dovuto affrontare una lotta così dura e un periodo di repressione così lungo da risultare amareggiate e con le energie indebolite. Esiste una comoda dottrina secondo cui il genio troverà sempre la

sua strada, e sulla base di questa dottrina molti ritengono che la persecuzione dei giovani talenti non possa fare molto male. Ma non c'è alcun fondamento per accettare questa dottrina. È come la teoria secondo cui l'omicidio verrà sempre a galla. Ovviamente tutti gli omicidi di cui siamo a conoscenza sono stati scoperti, ma chissà quanti ce ne sono di cui non si è mai sentito parlare? Allo stesso modo, tutti gli uomini di genio di cui abbiamo mai sentito parlare hanno trionfato sulle avversità, ma ciò non significa che non ve ne siano stati innumerevoli altri che hanno ceduto in gioventù. Inoltre, non si tratta solo di genio, ma anche di talento, altrettanto necessario alla comunità. E non si tratta solo di emergere in qualche modo, ma anche di emergere senza amarezza e con energia intatta. Per tutte queste ragioni, il cammino della giovinezza non dovrebbe essere reso troppo difficile.

Sebbene sia auspicabile che gli anziani rispettino i desideri dei giovani, non è altrettanto auspicabile che i giovani rispettino i desideri degli anziani. La ragione è semplice: in entrambi i casi, è la vita dei giovani ad essere in gioco, non quella degli anziani. Quando i giovani tentano di regolamentare la vita degli anziani, ad esempio opponendosi al nuovo matrimonio di un genitore vedovo, sono altrettanto in torto quanto gli anziani che tentano di regolamentare la vita dei giovani. Sia gli anziani che i giovani, una volta raggiunta l'età della ragione, hanno diritto alle proprie scelte e, se necessario, ai propri errori. I giovani farebbero male a cedere alle pressioni degli anziani in questioni di vitale importanza. Supponiamo, ad esempio, che un giovane desideri andare a teatro

e che i suoi genitori si oppongano al suo desiderio, sostenendo che il teatro sia immorale o socialmente inferiore. Potrebbero esercitare ogni tipo di pressione; Potrebbero dirti che ti cacceranno via se ignorerai i loro ordini; potrebbero dirti che te ne pentirai sicuramente entro pochi anni; potrebbero citarti una serie di orribili esempi di giovani che sono stati così avventati da fare ciò che stai pensando di fare e ne hanno fatto una brutta fine. Potrebbero avere ragione, naturalmente, nel pensare che il teatro non sia la carriera adatta a te; potrebbe essere che tu non abbia talento per la recitazione, o che tu abbia una brutta voce. In tal caso, però, lo scoprirai presto grazie agli addetti ai lavori del teatro, e ci sarà ancora tutto il tempo per intraprendere una carriera diversa. Le argomentazioni dei genitori non dovrebbero essere una ragione sufficiente per rinunciare al tentativo. Se, nonostante tutto ciò che dicono, porterai avanti il tuo progetto, presto cambieranno idea, molto prima di quanto tu o loro immaginiate. Se, d'altra parte, trovi scoraggianti le opinioni degli esperti, questo è un altro discorso, perché le opinioni degli esperti vanno sempre trattate con rispetto dai principianti.

Credo che, in generale, a parte il parere degli esperti, si dia troppo peso alle opinioni altrui, sia nelle questioni importanti che in quelle di poco conto. Di norma, bisognerebbe rispettare l'opinione pubblica nella misura necessaria a evitare la fame e il carcere, ma qualsiasi cosa vada oltre rappresenta una sottomissione volontaria a una tirannia inutile, e rischia di compromettere la felicità in molti modi. Prendiamo, ad esempio, la questione delle spese. Moltissime persone spendono denaro in

modi ben diversi da quelli che i loro gusti naturali suggerirebbero, semplicemente perché credono che il rispetto dei vicini dipenda dal possesso di una bella macchina e dalla capacità di offrire cene raffinate. In realtà, chiunque possa permettersi un'auto ma preferisca sinceramente viaggiare o avere una buona biblioteca, alla fine sarà molto più rispettato di chi si comporta esattamente come tutti gli altri. Naturalmente, non ha senso ignorare deliberatamente l'opinione pubblica; anche in questo caso, si rimane comunque sotto il suo dominio, seppur in modo distorto. Ma essere genuinamente indifferenti alle convenzioni è al tempo stesso una forza e una fonte di felicità. E una società composta da uomini e donne che non si piegano troppo alle convenzioni è una società di gran lunga più interessante di una in cui tutti si comportano allo stesso modo. Laddove il carattere di ogni persona si sviluppa individualmente, le differenze di tipo si preservano, ed è gratificante incontrare nuove persone, perché non sono semplici repliche di quelle già conosciute. Questo è stato uno dei vantaggi dell'aristocrazia, poiché laddove lo status dipendeva dalla nascita, il comportamento era tollerato. Nel mondo moderno stiamo perdendo questa fonte di libertà sociale, e pertanto è diventata auspicabile una più consapevole consapevolezza dei pericoli dell'uniformità. Non intendo dire che le persone debbano essere intenzionalmente eccentriche, il che è altrettanto noioso quanto essere convenzionali. Intendo solo che le persone debbano essere naturali e seguire i propri gusti spontanei, nella misura in cui questi non siano decisamente antisociali.

Nel mondo moderno, grazie alla rapidità degli spostamenti, le persone dipendono meno di un tempo dai propri vicini geograficamente più prossimi. Chi possiede un'auto può considerare come vicino chiunque viva entro un raggio di trenta chilometri. Ha quindi un potere molto maggiore rispetto al passato nella scelta delle proprie compagnie. In qualsiasi quartiere popoloso, una persona è davvero sfortunata se non riesce a trovare anime affini entro un raggio di trenta chilometri. L'idea che si debbano conoscere i propri vicini immediati è scomparsa nei grandi centri abitati, ma persiste ancora nelle piccole città e nelle zone rurali. È diventata un'idea sciocca, poiché non c'è bisogno di dipendere dai vicini immediati per la vita sociale. Sempre più spesso è possibile scegliere le proprie compagnie in base alla simpatia piuttosto che alla mera prossimità. La felicità è favorita dalla frequentazione di persone con gusti e opinioni simili. Ci si può aspettare che le interazioni sociali si sviluppino sempre più in questa direzione e si può sperare che, in tal modo, la solitudine che affligge oggi tante persone non convenzionali si riduca gradualmente fino quasi a scomparire. Ciò aumenterà indubbiamente la loro felicità, ma diminuirà naturalmente il piacere sadico che i convenzionali traggono attualmente dall'avere i non convenzionali in loro potere. Non credo, tuttavia, che questo sia un piacere che dobbiamo preoccuparci di preservare a tutti i costi.

La paura dell'opinione pubblica, come ogni altra forma di paura, è opprimente e ostacola la crescita. È difficile raggiungere qualsiasi tipo di grandezza finché una paura di questo genere rimane forte,

ed è impossibile acquisire quella libertà di spirito in cui consiste la vera felicità, poiché è essenziale per la felicità che il nostro modo di vivere scaturisca dai nostri impulsi più profondi e non dai gusti e dai desideri casuali di coloro che si trovano ad essere i nostri vicini, o persino i nostri parenti. La paura dei vicini immediati è senza dubbio diminuita rispetto al passato, ma esiste un nuovo tipo di paura, ovvero la paura di ciò che i giornali potrebbero dire. Questa è altrettanto terrificante di qualsiasi cosa legata alla caccia alle streghe medievale. Quando un giornale sceglie di fare di una persona forse del tutto innocua un capro espiatorio, le conseguenze possono essere terribili.

Fortunatamente, finora la maggior parte delle persone sfugge a questo destino grazie alla propria oscurità, ma man mano che la pubblicità si perfeziona nei suoi metodi, aumenterà il pericolo di questa nuova forma di persecuzione sociale. Questa è una questione troppo grave per essere trattata con disprezzo dall'individuo che ne è vittima, e qualunque cosa si pensi del grande principio della libertà di stampa, credo che il confine dovrà essere tracciato in modo più netto di quanto non lo sia dalle attuali leggi sulla diffamazione, e qualsiasi cosa sarà

È vietato ciò che rende la vita intollerabile per individui innocenti, anche se questi dovessero aver fatto o detto cose che, pubblicate con malizia, possono renderli impopolari. L'unica cura definitiva per questo male è, tuttavia, un aumento della tolleranza da parte del pubblico. Il modo migliore per aumentare la tolleranza è moltiplicare il numero di individui che godono di una vera felicità e

che quindi non trovano il loro piacere principale nell'infliggere dolore ai propri simili.

Parte II: Cause della felicità

Capitolo 10: La felicità è ancora possibile?

Finora abbiamo preso in esame l'uomo infelice; ora ci attende il compito più piacevole di considerare l'uomo felice. Dalle conversazioni e dai libri di alcuni miei amici sono quasi giunto alla conclusione che la felicità nel mondo moderno sia diventata impossibile. Tuttavia, constato che questa convinzione tende a svanire con l'introspezione, i viaggi all'estero e le conversazioni del mio giardiniere. Ho già trattato l'infelicità dei miei amici letterati in un capitolo precedente; in questo capitolo desidero invece fare un'analisi delle persone felici che ho incontrato nel corso della mia vita.

La felicità è di due tipi, sebbene, naturalmente, esistano gradi intermedi. I due tipi a cui mi riferisco potrebbero essere distinti come semplice e fantastica, o animale e spirituale, o del cuore e della mente. La denominazione da scegliere tra queste alternative dipende, ovviamente, dalla tesi da dimostrare. Al momento non mi interessa dimostrare alcuna tesi, ma semplicemente descrivere. Forse il modo più semplice per descrivere la differenza

tra i due tipi di felicità è dire che un tipo è accessibile a qualsiasi essere umano, e l'altro solo a coloro che sanno leggere e scrivere. Quando ero ragazzo conobbi un uomo pieno di felicità che si occupava di scavare pozzi. Era di statura enorme e di muscoli incredibili; non sapeva né leggere né scrivere, e quando nel 1885 ottenne il diritto di voto per il Parlamento, apprese per la prima volta dell'esistenza di tale istituzione. La sua felicità non dipendeva da fonti intellettuali; Non si basava sulla fede nel diritto naturale, né sulla perfettibilità della specie, né sulla proprietà pubblica dei servizi pubblici, né sul trionfo finale degli Avventisti del Settimo Giorno, né su alcuno degli altri dogmi che gli intellettuali considerano necessari per godere appieno della vita. Si basava sul vigore fisico, su una sufficiente quantità di lavoro e sul superamento di ostacoli non insormontabili, come ad esempio la roccia. La felicità del mio giardiniere è della stessa natura: conduce una guerra perenne contro i conigli, di cui parla esattamente come Scotland Yard parla dei bolscevichi; li considera oscuri, astuti e feroci, ed è dell'opinione che si possano affrontare solo con un'astuzia pari alla loro. Come gli eroi del Valhalla che trascorrevano ogni giorno a caccia di un certo cinghiale, che uccidevano ogni sera ma che miracolosamente tornava in vita al mattino, il mio giardiniere può uccidere il suo nemico un giorno senza temere che il giorno dopo sia scomparso. Sebbene abbia ben più di settant'anni, lavora tutto il giorno e percorre in bicicletta sedici miglia collinari per andare e tornare dal lavoro, ma la fonte della gioia è inesauribile, e sono "i conigli" a fornirgliela.

Ma, direte voi, questi semplici piaceri non sono accessibili a persone superiori come noi. Che gioia possiamo provare nel fare guerra a creature così insignificanti come i conigli? A mio avviso, l'argomentazione è debole. Un coniglio è molto più grande di un bacillo della febbre gialla, eppure una persona superiore può trovare felicità nel combattere quest'ultimo. Piaceri esattamente simili a quelli del mio giardiniere, per quanto riguarda il loro contenuto emotivo, sono accessibili anche alle persone più istruite. La differenza apportata dall'istruzione sta solo nelle attività con cui questi piaceri si ottengono. I piaceri del successo richiedono difficoltà tali che inizialmente il successo appare dubbio, sebbene alla fine di solito venga raggiunto. Questa è forse la ragione principale per cui una stima non eccessiva delle proprie capacità è fonte di felicità. Chi si sottovaluta è continuamente sorpreso dal successo, mentre chi si sopravvaluta è altrettanto spesso sorpreso dal fallimento. Il primo tipo di sorpresa è piacevole, il secondo spiacevole. È dunque saggio non essere eccessivamente presuntuosi, ma nemmeno così modesti da rinunciare all'intraprendenza.

Tra le fasce più istruite della società, i più felici al giorno d'oggi sono gli scienziati. Molti dei più eminenti tra loro sono emotivamente semplici e traggono dal loro lavoro una soddisfazione così profonda da poter trovare piacere nel mangiare e persino nel sposarsi. Artisti e letterati considerano d'obbligo l'infelicità nel matrimonio, ma gli scienziati, con una certa frequenza, rimangono capaci di una felicità domestica tradizionale. La ragione di ciò risiede nel fatto che le parti più

elevate della loro intelligenza sono completamente assorbite dal lavoro e non possono interferire in ambiti in cui non hanno alcuna funzione. Sono felici nel loro lavoro perché nel mondo moderno la scienza è progressista e potente, e perché la sua importanza non è messa in dubbio né da loro stessi né dai profani. Non hanno quindi bisogno di emozioni complesse, poiché le emozioni più semplici non incontrano ostacoli. La complessità delle emozioni è come la schiuma in un fiume: è prodotta dagli ostacoli che interrompono il flusso regolare. Ma finché le energie vitali non sono ostacolate, non producono alcuna increspatura in superficie e la loro forza non è evidente a chi non osserva.

Tutte le condizioni per la felicità si realizzano nella vita dell'uomo di scienza. Egli svolge un'attività che sfrutta appieno le sue capacità e raggiunge risultati che appaiono importanti non solo per lui, ma anche per il grande pubblico, persino quando quest'ultimo non riesce minimamente a comprenderli. In questo è più fortunato dell'artista. Quando il pubblico non comprende un quadro o una poesia, conclude che si tratta di un brutto quadro o di una brutta poesia. Quando non comprende la teoria della relatività, conclude (a ragione) che la sua istruzione è stata insufficiente. Di conseguenza, Einstein è onorato mentre i migliori pittori sono costretti a morire di fame in soffitta, ed Einstein è felice mentre i pittori sono infelici. Pochissimi uomini possono essere veramente felici in una vita che implica una continua affermazione di sé contro lo scetticismo della massa, a meno che non si rinchiudano in una cerchia ristretta e dimentichino il freddo mondo esterno. L'uomo di scienza non ha bisogno di una cerchia

ristretta, poiché è stimato da tutti tranne che dai suoi colleghi. L'artista, al contrario, si trova nella dolorosa situazione di dover scegliere tra essere disprezzato ed essere spregevole. Se le sue capacità sono di prim'ordine, dovrà incorrere nell'una o nell'altra di queste sventure: la prima se usa le sue capacità, la seconda se non le usa. Non è sempre stato così, né ovunque. Ci sono stati tempi in cui persino i bravi artisti, anche in giovane età, godevano di buona reputazione. Giulio II, pur potendo maltrattare Michelangelo, non lo considerò mai incapace di dipingere. Il milionario moderno, pur potendo elargire ricchezze ad artisti anziani dopo che hanno perso le loro capacità, non immagina mai che la loro opera sia importante quanto la propria. Forse queste circostanze hanno a che fare con il fatto che gli artisti, in media, sono meno felici degli scienziati.

Bisogna ammettere, a mio avviso, che i giovani più brillanti nei paesi occidentali tendono a soffrire di quell'infelicità che deriva dal non trovare un'occupazione adeguata per i propri talenti. Questo, tuttavia, non accade nei paesi orientali. I giovani più brillanti, oggigiorno, sono probabilmente più felici in Russia che in qualsiasi altro luogo al mondo. Lì hanno un mondo nuovo da costruire e una fede ardente in cui realizzarlo.

I vecchi sono stati giustiziati, affamati, esiliati o in qualche altro modo disinfettati, cosicché non possono, come in ogni paese occidentale, costringere i giovani a scegliere tra fare del male e non fare nulla. Agli occhi dell'occidentale sofisticato, la fede del giovane russo può sembrare rozza, ma, in fin dei conti, cosa si può

dire contro di essa? Sta creando un mondo nuovo; il mondo nuovo gli piace; il mondo nuovo, quasi certamente, una volta creato, renderà il russo medio più felice di quanto non lo fosse prima della Rivoluzione. Potrebbe non essere un mondo in cui l'intellettuale occidentale sofisticato sarebbe felice, ma l'intellettuale occidentale sofisticato non è obbligato a viverci. Pertanto, secondo qualsiasi criterio pragmatico, la fede della giovane Russia è giustificata, e condannarla come rozza non può avere alcuna giustificazione se non su una base teorica.

In India, Cina e Giappone, circostanze esterne di natura politica interferiscono con la felicità della giovane intellighenzia, ma non esiste un ostacolo interno come quello presente in Occidente. Ci sono attività che appaiono importanti per i giovani e, nella misura in cui queste attività hanno successo, i giovani sono felici. Sentono di avere un ruolo importante da svolgere nella vita nazionale e perseguono obiettivi che, sebbene difficili, non sono impossibili da realizzare. Il cinismo che si riscontra molto frequentemente tra i giovani uomini e donne più istruiti in Occidente deriva dalla combinazione di agiatezza e impotenza. L'impotenza fa sì che le persone sentano che nulla valga la pena di essere fatto, e l'agiatezza rende sopportabile la sofferenza di questa sensazione. In tutto l'Oriente lo studente universitario può aspirare a una maggiore influenza sull'opinione pubblica rispetto a quanto possa averne nell'Occidente moderno, ma ha molte meno opportunità di assicurarsi un reddito consistente. Non essendo né impotente né agiato, diventa un riformatore o un rivoluzionario, non un cinico. La felicità del riformatore o del

rivoluzionario dipende dall'andamento degli affari pubblici, ma probabilmente, anche mentre viene giustiziato, gode di una felicità più autentica di quella possibile per un cinico a suo agio. Ricordo un giovane cinese in visita alla mia scuola che stava per tornare a casa per fondare una scuola simile in una regione reazionaria della Cina. Si aspettava che gli tagliassero la testa. Ciononostante, godeva di una serena felicità che io potevo solo invidiare.

Non intendo suggerire, tuttavia, che queste forme di felicità elevate siano le uniche possibili. In realtà, sono accessibili solo a una minoranza, poiché richiedono un tipo di abilità e un'ampiezza di interessi che non sono certo comuni. Non sono solo gli scienziati eminenti a poter trarre piacere dal lavoro, né sono solo i principali statisti a poter trarre piacere dalla difesa di una causa. Il piacere del lavoro è accessibile a chiunque sia in grado di sviluppare una competenza specialistica, a patto che possa trarre soddisfazione dall'esercizio di tale competenza senza pretendere l'approvazione universale. Conoscevo un uomo che aveva perso l'uso di entrambe le gambe in giovane età, ma che era rimasto serenamente felice per tutta la vita; aveva raggiunto questo risultato scrivendo un'opera in cinque volumi sulla malattia del roseto, di cui ho sempre saputo che era il massimo esperto. Non ho avuto il piacere di conoscere molti concologi, ma da quelli che ho conosciuto ho sempre capito che lo studio delle conchiglie porta appagamento a chi vi si dedica. Conobbi un uomo che era il miglior tipografo del mondo, ricercato da tutti coloro che si dedicavano all'invenzione di caratteri artistici; traeva gioia non

tanto dal sincero rispetto che gli veniva tributato da persone che non si facevano scrupoli a concederglielo, quanto dal piacere intrinseco nell'esercizio della sua arte, un piacere non dissimile da quello che i bravi ballerini provano nel danzare. Ho conosciuto anche tipografi esperti nella composizione di caratteri matematici, o di scrittura nestoriana, o cuneiforme, o di qualsiasi altro tipo di carattere insolito e difficile. Non ho mai scoperto se la vita privata di questi uomini fosse felice, ma durante le ore di lavoro il loro istinto creativo trovava piena soddisfazione.

Si dice spesso che nella nostra era delle macchine ci sia meno spazio rispetto al passato per la gioia dell'artigiano nel lavoro specializzato. Non sono affatto sicuro che sia vero: l'artigiano specializzato di oggi lavora, è vero, a cose ben diverse da quelle che impegnavano le corporazioni medievali, ma rimane comunque molto importante ed essenziale nell'economia delle macchine. Ci sono coloro che costruiscono strumenti scientifici e macchinari di precisione, ci sono i progettisti, i meccanici aeronautici, gli autisti e molti altri che svolgono un mestiere in cui l'abilità può essere sviluppata quasi a qualsiasi livello. Il bracciante agricolo e il contadino in comunità relativamente primitive non sono, per quanto ho potuto osservare, altrettanto felici di un autista o di un macchinista. È vero che il lavoro del contadino che coltiva la propria terra è vario: ara, semina, miete. Ma egli è in balia degli elementi ed è ben consapevole della sua dipendenza, mentre l'uomo che aziona un meccanismo moderno è consapevole del potere e acquisisce la consapevolezza di essere il padrone, non lo schiavo, delle forze naturali. È vero,

naturalmente, che il lavoro è molto poco interessante per la grande massa di semplici addetti alle macchine che ripetono un'operazione meccanica più e più volte con il minimo di variazione, ma più un lavoro diventa noioso, più è possibile farlo eseguire da una macchina. L'obiettivo ultimo della produzione meccanizzata – dal quale, è vero, siamo ancora lontani – è un sistema in cui tutto ciò che è poco interessante viene fatto dalle macchine e gli esseri umani sono riservati al lavoro che richiede varietà e iniziativa. In un mondo del genere il lavoro sarà meno noioso e meno deprimente di quanto non lo sia stato in qualsiasi altro momento dall'introduzione dell'agricoltura. Con l'avvento dell'agricoltura, l'umanità ha deciso di sottomettersi alla monotonia e alla tediosità per ridurre il rischio di carestia. Quando gli uomini si procuravano il cibo con la caccia, il lavoro era una gioia, come dimostra il fatto che i ricchi continuano a dedicarsi a queste attività ancestrali per puro svago. Ma con l'introduzione dell'agricoltura, l'umanità è entrata in un lungo periodo di meschinità, miseria e follia, dal quale solo ora si sta liberando grazie al benefico funzionamento della macchina. È facile per i sentimentalisti parlare del contatto con la terra e della saggezza matura dei contadini filosofi di Hardy, ma il desiderio di ogni giovane in campagna è quello di trovare lavoro in città, dove poter sfuggire alla schiavitù del vento e delle intemperie e alla solitudine delle buie serate invernali per rifugiarsi nell'atmosfera rassicurante e umana della fabbrica e del cinema. La compagnia e la cooperazione sono elementi essenziali per la felicità

dell'uomo medio, e si possono trovare nell'industria in misura ben maggiore che nell'agricoltura.

Credere in una causa è fonte di felicità per moltissime persone. Non mi riferisco solo a rivoluzionari, socialisti, nazionalisti di paesi oppressi e simili; penso anche a molte forme di fede più umili. Gli uomini che ho conosciuto, convinti che gli inglesi fossero le dieci tribù perdute, erano quasi sempre felici, mentre per coloro che credevano che gli inglesi fossero solo le tribù di Efraim e Manasse, la loro felicità era sconfinata. Non sto suggerendo al lettore di adottare questo credo, poiché non posso sostenere alcuna felicità basata su quelle che mi sembrano false credenze. Per lo stesso motivo non posso esortare il lettore a credere che gli uomini debbano vivere esclusivamente di noci, sebbene, per quanto ne so, questa convinzione garantisca invariabilmente la felicità perfetta. Ma è facile trovare una causa che non sia affatto fantasiosa, e coloro il cui interesse per una tale causa è genuino trovano un'occupazione per il loro tempo libero e un antidoto completo alla sensazione che la vita sia vuota.

Non molto distante dalla dedizione a cause oscure è l'assorbimento in un hobby. Uno dei più eminenti matematici viventi divide il suo tempo equamente tra la matematica e il collezionismo di francobolli. Immagino che quest'ultimo gli offra consolazione nei momenti in cui non riesce a fare progressi con la prima. La difficoltà di dimostrare proposizioni nella teoria dei numeri non è l'unico dolore che il collezionismo di francobolli può lenire, né i francobolli sono le uniche cose che si possono

collezionare. Pensate a quale immenso campo di estasi si apre davanti all'immaginazione quando si pensa a porcellane antiche, tabacchiere, monete romane, punte di freccia e utensili in selce. È vero che molti di noi sono troppo "superiori" per questi semplici piaceri. Li abbiamo tutti sperimentati da ragazzi, ma li abbiamo ritenuti, per qualche ragione, indegni di un uomo adulto. Questo è un errore madornale; qualsiasi piacere che non nuoccia agli altri va apprezzato. Da parte mia, colleziono fiumi: provo piacere nell'aver percorso il Volga e risalito lo Yangtze, e mi dispiace molto di non aver mai visto l'Amazzonia o l'Orinoco. Per quanto semplici siano queste emozioni, non me ne vergogno. O si pensi ancora alla gioia appassionata dell'appassionato di baseball: si avventa sul giornale con avidità e la radio gli regala le emozioni più intense. Ricordo il mio primo incontro con uno dei più importanti letterati americani, un uomo che, dai suoi libri, avevo supposto fosse pieno di malinconia. Ma accadde che proprio in quel momento alla radio arrivassero i risultati più importanti del baseball; si dimenticò di me, della letteratura e di tutte le altre tristezze della nostra vita terrena, e urlò di gioia quando i suoi beniamini vinsero. Da quell'episodio in poi, sono riuscito a leggere i suoi libri senza sentirmi depresso dalle disgrazie dei suoi personaggi.

Le mode e gli hobby, tuttavia, in molti casi, forse nella maggior parte, non sono fonte di felicità fondamentale, ma un mezzo per evadere dalla realtà, per dimenticare momentaneamente un dolore troppo difficile da affrontare. La felicità fondamentale

dipende più di ogni altra cosa da quello che si potrebbe definire un interesse sincero per le persone e le cose.

Un interesse amichevole per le persone è una forma di affetto, ma non quella avida e possessiva, che cerca sempre una risposta enfatica. Quest'ultima forma è molto spesso fonte di infelicità. Il tipo di affetto che porta alla felicità è quello che ama osservare le persone e trova piacere nelle loro caratteristiche individuali, che desidera dare spazio agli interessi e ai piaceri di coloro con cui entra in contatto, senza desiderare di acquisire potere su di loro o di assicurarsi la loro ammirazione entusiasta. La persona il cui atteggiamento verso gli altri è genuinamente di questo tipo sarà fonte di felicità e riceverà gentilezza reciproca. I suoi rapporti con gli altri, siano essi superficiali o seri, soddisferanno sia i suoi interessi che i suoi affetti; non sarà amareggiato dall'ingratitudine, poiché raramente la subirà e non se ne accorgerà nemmeno quando accade. Le stesse idiosincrasie che darebbero sui nervi a un altro fino all'esasperazione, saranno per lui fonte di piacevole divertimento. Egli raggiungerà senza sforzo risultati che un altro uomo, dopo lunghe lotte, riterrà irraggiungibili. Essendo felice di sé stesso, sarà una compagnia piacevole, e questo a sua volta accrescerà la sua felicità. Ma tutto ciò deve essere genuino; non deve scaturire da un'idea di sacrificio di sé ispirata dal senso del dovere. Il senso del dovere è utile nel lavoro, ma offensivo nelle relazioni personali. Le persone desiderano essere apprezzate, non sopportate con paziente rassegnazione. Apprezzare molte persone spontaneamente e senza sforzo è forse la più grande di tutte le fonti di felicità personale.

Nell'ultimo paragrafo ho parlato anche di quello che chiamo un interesse amichevole per le cose. Questa espressione potrebbe sembrare forzata; si potrebbe obiettare che è impossibile provare affetto per le cose. Tuttavia, c'è qualcosa di analogo all'affetto nell'interesse che un geologo nutre per le rocce, o un archeologo per le rovine, e questo interesse dovrebbe essere un elemento del nostro atteggiamento verso gli individui o le società. È possibile avere un interesse per le cose che sia ostile anziché amichevole. Un uomo potrebbe collezionare informazioni sugli habitat dei ragni perché li odia e desidera vivere in un luogo dove ce ne sono pochi. Questo tipo di interesse non gli darebbe la stessa soddisfazione che il geologo ricava dalle sue rocce. L'interesse per le cose impersonali, sebbene forse meno prezioso come ingrediente della felicità quotidiana rispetto a un atteggiamento amichevole verso le altre creature, è comunque molto importante. Il mondo è vasto e le nostre capacità sono limitate. Se tutta la nostra felicità è legata interamente alle nostre circostanze personali, è difficile non chiedere alla vita più di quanto essa possa dare. E chiedere troppo è il modo più sicuro per ottenere ancora meno di quanto sia possibile. L'uomo che riesce a dimenticare le proprie preoccupazioni grazie a un autentico interesse, ad esempio, per il Concilio di Trento o per la storia delle stelle, scoprirà che, al ritorno dalla sua escursione nel mondo impersonale, avrà acquisito una serenità e una calma che gli consentiranno di affrontare al meglio le proprie ansie, e nel frattempo avrà sperimentato una felicità autentica, seppur temporanea.

Il segreto della felicità è questo: ampliate il più possibile i vostri interessi e fate in modo che le vostre reazioni verso le cose e le persone che vi interessano siano, per quanto possibile, amichevoli piuttosto che ostili.

Questa indagine preliminare sulle possibilità di felicità verrà approfondita nei capitoli successivi, insieme a suggerimenti su come sfuggire alle fonti psicologiche di infelicità.

Capitolo 11: Zest

In questo capitolo mi propongo di trattare quello che mi sembra il segno più universale e distintivo degli uomini felici, ovvero l'entusiasmo.

Forse il modo migliore per comprendere cosa si intenda per "entusiasmo" è considerare i diversi comportamenti degli uomini quando si siedono a tavola. Ci sono coloro per i quali un pasto è semplicemente una noia; per quanto eccellente possa essere il cibo, lo trovano privo di interesse. Hanno mangiato benissimo in passato, probabilmente a quasi ogni pasto. Non hanno mai saputo cosa significasse rimanere senza cibo finché la fame non è diventata una passione insopportabile, e sono giunti a considerare i pasti come semplici avvenimenti convenzionali, dettati dalle mode della società in cui vivono. Come ogni altra cosa, i pasti sono faticosi, ma è inutile lamentarsi, perché niente sarà meno faticoso. Poi ci sono gli invalidi che mangiano per senso del dovere, perché il medico ha detto loro che è necessario assumere un po' di nutrimento per mantenersi in forze. Infine ci

sono i buongustai, che iniziano con speranza, ma scoprono che nulla è stato cucinato bene come avrebbe dovuto. Poi ci sono i golosi, che si avventano sul cibo con avida rapacità, mangiano troppo e diventano pletorici e chiassosi. Infine ci sono quelli che iniziano con un sano appetito, si rallegrano del cibo, mangiano finché non sono sazi e poi si fermano.

Coloro che si siedono di fronte al banchetto della vita hanno un atteggiamento simile verso i beni che essa offre. L'uomo felice corrisponde all'ultimo dei nostri mangiatori. Ciò che la fame è in relazione al cibo, l'entusiasmo lo è in relazione alla vita. L'uomo che si annoia dei suoi pasti corrisponde alla vittima dell'infelicità byroniana. L'infermo che mangia per senso del dovere corrisponde all'asceta, il goloso al voluttuoso. L'epicureo corrisponde alla persona schizzinosa che condanna metà dei piaceri della vita come antiestetici. Stranamente, tutti questi tipi, con la possibile eccezione del goloso, provano disprezzo per l'uomo dal sano appetito e si considerano superiori a lui. Sembra loro volgare godere del cibo perché si ha fame o godere della vita perché offre una varietà di spettacoli interessanti ed esperienze sorprendenti. Dall'apice della loro disillusione guardano dall'alto in basso coloro che disprezzano come anime semplici. Da parte mia, non ho alcuna simpatia per questa visione. Per me ogni disillusione è una malattia che, è vero, certe circostanze possono rendere inevitabile, ma che nondimeno, quando si manifesta, va curata il prima possibile, non considerata una forma superiore di saggezza.

Supponiamo che a un uomo piacciano le fragole e a un altro no; in che senso quest'ultimo è superiore? Non esiste una prova astratta e impersonale che le fragole siano buone o meno. Per chi le apprezza, sono buone; per chi non le apprezza, non lo sono. Ma chi le apprezza prova un piacere che l'altro non ha; in tal senso, la sua vita è più piacevole ed egli è più adatto al mondo in cui entrambi devono vivere. Ciò che è vero in questo caso banale è altrettanto vero in questioni più importanti. Chi si diverte a guardare il calcio è, in questo senso, superiore a chi non lo fa. Chi si diverte a leggere è ancora più superiore a chi non lo fa, poiché le opportunità di leggere sono più frequenti di quelle di guardare il calcio. Più cose interessano a un uomo, maggiori sono le sue opportunità di felicità e meno è in balia del destino, poiché se perde una cosa può sempre ripiegare su un'altra. La vita è troppo breve per interessarsi a tutto, ma è bene interessarsi a quante più cose sono necessarie per riempire le nostre giornate. Siamo tutti inclini al malessere dell'introverso, che, di fronte al multiforme spettacolo del mondo che si dispiega davanti a lui, si volta e fissa solo il vuoto interiore. Ma non immaginiamo che ci sia qualcosa di grandioso nell'infelicità dell'introverso.

C'erano una volta due macchine per salsicce, costruite con squisita maestria per trasformare il maiale nelle salsicce più deliziose. Una di queste conservò il suo entusiasmo per il maiale e produsse innumerevoli salsicce; l'altra disse: "Che cosa mi importa del maiale? Le mie opere sono molto più interessanti e meravigliose di qualsiasi maiale". Rifiutò il maiale e si mise al lavoro per studiare il proprio intestino. Privato del suo nutrimento

naturale, il suo intestino cessò di funzionare, e più lo studiava, più vuoto e sciocco gli sembrava. Tutto il raffinato apparato con cui fino ad allora era avvenuta la deliziosa trasformazione si fermò, e lui non riusciva a immaginare di cosa fosse capace. Questa seconda macchina per salsicce era come l'uomo che ha perso il suo entusiasmo, mentre la prima era come l'uomo che lo ha conservato. La mente è una strana macchina capace di combinare i materiali che le vengono offerti nei modi più sorprendenti, ma senza materiali provenienti dal mondo esterno è impotente e, a differenza della macchina per le salsicce, deve procurarsi da sé i materiali, poiché gli eventi diventano esperienze solo attraverso l'interesse che nutriamo per essi: se non ci interessano, non ne ricaviamo nulla. L'uomo, dunque, la cui attenzione è rivolta verso l'interno non trova nulla di degno della sua attenzione, mentre l'uomo la cui attenzione è rivolta verso l'esterno può trovare dentro di sé, in quei rari momenti in cui esamina la propria anima, il più vario e interessante assortimento di ingredienti che vengono sezionati e ricombinati in modelli belli o istruttivi.

Le forme di entusiasmo sono innumerevoli. Sherlock Holmes, si ricorderà, raccolse un cappello che trovò per caso per strada. Dopo averlo osservato per un attimo, commentò che il suo proprietario era caduto in disgrazia a causa dell'alcol e che sua moglie non lo amava più come un tempo. La vita non potrebbe mai essere noiosa per un uomo per il quale gli oggetti comuni offrono una tale ricchezza di spunti di interesse. Pensate alle diverse cose che si possono notare durante una passeggiata in

campagna. Un uomo può essere interessato agli uccelli, un altro alla vegetazione, un altro ancora alla geologia, un altro all'agricoltura, e così via. Ognuna di queste cose è interessante se interessa a voi e, a parità di altre condizioni, l'uomo interessato a una qualsiasi di esse è un uomo più adatto al mondo rispetto all'uomo che non lo è.

Quanto straordinariamente diversi sono, ancora una volta, gli atteggiamenti delle diverse persone verso i propri simili. Un uomo, durante un lungo viaggio in treno, non osserverà affatto nessuno dei suoi compagni di viaggio, mentre un altro li avrà già inquadrati tutti, analizzati i loro caratteri, formulato un'acuta ipotesi sulle loro circostanze e forse persino scoperto i segreti più reconditi di alcuni di loro. Le persone differiscono tanto nei sentimenti che provano verso gli altri quanto in ciò che deducono su di loro. Alcuni trovano quasi tutti noiosi, altri sviluppano rapidamente e facilmente un sentimento di amicizia verso coloro con cui entrano in contatto, a meno che non vi sia una ragione precisa per pensarla diversamente. Prendiamo di nuovo come esempio il viaggio: alcuni uomini viaggiano in molti paesi, soggiornando sempre nei migliori hotel, mangiando esattamente lo stesso cibo che mangerebbero a casa, incontrando gli stessi ricchi oziosi che incontrerebbero a casa, conversando sugli stessi argomenti di cui parlano a tavola. Al loro ritorno, l'unica sensazione che provano è quella di sollievo per essersi liberati della noia di un viaggio costoso. Altri uomini, ovunque vadano, osservano ciò che è caratteristico, fanno la conoscenza delle persone che incarnano il tipo di luogo, osservano tutto ciò che è interessante dal punto di

vista storico o sociale, assaggiano il cibo del posto, ne imparano i costumi e la lingua, e tornano a casa con un nuovo bagaglio di piacevoli pensieri per le serate invernali.

In tutte queste diverse situazioni, l'uomo che ha la gioia di vivere ha un vantaggio sull'uomo che non ne ha. Persino le esperienze spiacevoli gli sono utili. Sono contento di aver sentito l'odore di una folla cinese e di un villaggio siciliano, anche se non posso fingere che il mio piacere sia stato grande in quel momento. Gli uomini avventurosi si godono i naufragi, gli ammutinamenti, i terremoti, gli incendi e ogni sorta di esperienza spiacevole, purché non compromettano la salute. Dicono a se stessi durante un terremoto, ad esempio: "Ecco com'è un terremoto", e provano piacere nell'ampliare la loro conoscenza del mondo grazie a questa nuova esperienza. Non sarebbe vero dire che tali uomini non siano in balia del destino, perché se dovessero perdere la salute, molto probabilmente perderebbero anche la loro gioia di vivere, sebbene ciò non sia affatto certo. Ho conosciuto uomini morire dopo anni di lente sofferenze, eppure conservare la loro gioia di vivere quasi fino all'ultimo istante. Alcune malattie distruggono la gioia di vivere, altre no. Non so se i biochimici siano già in grado di distinguere tra questi tipi. Forse, quando la biochimica avrà fatto ulteriori progressi, potremo assumere pillole che ci garantiranno di provare interesse per ogni cosa, ma fino a quel giorno siamo costretti ad affidarci al buon senso e all'osservazione della vita per giudicare quali siano le cause che permettono ad alcuni uomini di interessarsi a tutto, mentre altri non si interessano a nulla.

L'entusiasmo a volte è generale, a volte specializzato. Può essere davvero molto specializzato. I lettori di

Borrow forse ricorderà un personaggio che compare in Romany Rye. Aveva perso la moglie, alla quale era devoto, e per un certo periodo sentì che la sua vita era diventata completamente sterile. Ma si interessò alle iscrizioni cinesi su teiere e casse da tè e, con l'aiuto di una grammatica cinese francese, dopo aver imparato il francese a tale scopo, riuscì gradualmente a decifrarle, acquisendo così un nuovo interesse per la vita, sebbene non usò mai la sua conoscenza del cinese per altri scopi. Ho conosciuto uomini completamente assorbiti dal tentativo di scoprire tutto sull'eresia gnostica, e altri il cui interesse principale era quello di confrontare i manoscritti e le prime edizioni di Hobbes. È assolutamente impossibile prevedere in anticipo cosa interesserà una persona, ma la maggior parte degli uomini è capace di un vivo interesse per qualcosa o qualcos'altro, e una volta che tale interesse si è risvegliato, la loro vita si libera dalla noia. Gli interessi molto specifici, tuttavia, sono una fonte di felicità meno appagante rispetto a un generale entusiasmo per la vita, poiché difficilmente possono riempire tutto il tempo di una persona, e c'è sempre il rischio che egli arrivi a sapere tutto ciò che c'è da sapere sull'argomento particolare che è diventato il suo hobby.

Si ricorderà che tra le diverse tipologie presenti al banchetto abbiamo incluso il goloso, che non eravamo disposti a lodare. Il lettore potrebbe pensare che l'uomo pieno di entusiasmo che abbiamo elogiato non differisca in alcun modo definibile dal

goloso. È giunto il momento di cercare di rendere più netta la distinzione tra le due tipologie.

Come tutti sanno, gli antichi consideravano la moderazione una delle virtù essenziali. Sotto l'influenza del romanticismo e della Rivoluzione francese, questa visione fu abbandonata da molti, e le passioni sfrenate vennero ammirate, anche se, come quelle degli eroi di Byron, erano di natura distruttiva e antisociale. Gli antichi, tuttavia, avevano chiaramente ragione. Nella vita virtuosa deve esserci un equilibrio tra le diverse attività, e nessuna di esse deve essere portata all'estremo al punto da rendere impossibili le altre. Il goloso sacrifica tutti gli altri piaceri al cibo, diminuendo così la felicità complessiva della sua vita. Molte altre passioni, oltre al cibo, possono essere portate a un simile eccesso. L'imperatrice Giuseppina era una golosa per quanto riguarda gli abiti. Inizialmente Napoleone pagava le fatture della sua sarta, sebbene con proteste sempre crescenti. Alla fine le disse che doveva davvero imparare la moderazione e che in futuro avrebbe pagato le sue fatture solo quando l'importo le fosse sembrato ragionevole. Quando arrivò la fattura della sarta, per un attimo fu disperata, ma subito dopo escogitò un piano. Andò dal Ministro della Guerra e pretese che pagasse il conto con i fondi stanziati per la guerra. Sapendo che lei aveva il potere di farlo licenziare, il Ministro acconsentì, e di conseguenza i francesi persero Genova. Almeno così raccontano alcuni libri, anche se non sono in grado di garantire l'esatta veridicità della storia. Ai nostri fini, è ugualmente pertinente sia che sia vera o un'esagerazione, poiché serve a mostrare fino a che punto può spingersi la passione per gli

abiti in una donna che ha la possibilità di assecondarla. Alcolisti e ninfomani sono esempi lampanti dello stesso fenomeno. Il principio in questi casi è piuttosto ovvio. Tutti i nostri gusti e desideri individuali devono inserirsi nel quadro generale della vita. Se devono essere fonte di felicità, devono essere compatibili con la salute, con l'affetto di coloro che amiamo e con il rispetto della società in cui viviamo. Alcune passioni possono essere assecondate quasi all'infinito senza oltrepassare certi limiti, altre no. L'uomo, per esempio, che ama gli scacchi, se è scapolo e indipendente, non ha bisogno di limitare la sua passione in alcun modo, mentre se ha moglie e figli e nessuna fonte di reddito, dovrà limitarla molto severamente. Il bevitore incallito e il goloso, anche se non hanno legami sociali, sono imprudenti dal punto di vista del proprio benessere, poiché la loro indulgenza compromette la salute e procura loro ore di sofferenza in cambio di minuti di piacere. Alcuni elementi costituiscono un quadro entro il quale qualsiasi passione, per non diventare fonte di infelicità, deve vivere. Tali elementi sono la salute, il pieno possesso delle proprie facoltà, un reddito sufficiente a provvedere ai bisogni primari e i doveri sociali più importanti, come quelli verso la moglie e i figli. L'uomo che sacrifica queste cose per gli scacchi è essenzialmente cattivo quanto il bevitore incallito.L'unica ragione per cui non lo condanniamo così severamente è che è molto meno comune, e che solo un uomo

Una persona con capacità alquanto rare rischia di lasciarsi assorbire completamente da un gioco intellettuale. La formula greca della moderazione si adatta perfettamente a questi casi.

L'uomo che ama gli scacchi al punto da attendere con impazienza, durante tutta la giornata lavorativa, la partita che giocherà la sera è fortunato, ma l'uomo che abbandona il lavoro per giocare a scacchi tutto il giorno ha perso la virtù della moderazione. Si narra che Tolstoj, in gioventù, quando era ancora immaturo, ricevette la Croce Militare per il valore dimostrato sul campo, ma quando giunse il momento della consegna, era talmente assorto in una partita a scacchi che decise di non presentarsi. Difficilmente possiamo biasimare Tolstoj per questo, dato che per lui poteva essere indifferente ricevere o meno decorazioni militari, ma in un uomo di minore levatura un simile gesto sarebbe stato una follia.

A titolo di limitazione della dottrina appena esposta, va ammesso che alcune azioni sono considerate talmente nobili da giustificare il sacrificio di ogni altra cosa in loro favore. L'uomo che perde la vita difendendo la patria non viene biasimato se, di conseguenza, la moglie e i figli rimangono in miseria. L'uomo che si dedica a esperimenti con l'obiettivo di una grande scoperta o invenzione scientifica non viene in seguito biasimato per la povertà che ha fatto sopportare alla sua famiglia, a patto che i suoi sforzi siano coronati dal successo finale. Se, tuttavia, non riesce mai a realizzare la scoperta o l'invenzione che si era prefissato, l'opinione pubblica lo condanna come un eccentrico, il che sembra ingiusto, poiché nessuno in un'impresa del genere può essere certo del successo in anticipo. Durante il primo millennio dell'era cristiana, un uomo che abbandonava la famiglia per una

vita santa veniva lodato, sebbene oggi si riterrebbe che avrebbe dovuto provvedere in qualche modo al loro sostentamento.

Credo che ci sia sempre una profonda differenza psicologica tra chi si abbuffa e chi ha un sano appetito. L'uomo in cui un desiderio diventa eccessivo a scapito di tutti gli altri è solitamente un uomo con qualche problema profondo, che cerca di sfuggire a uno spettro. Nel caso del bevitore compulsivo, questo è evidente: gli uomini bevono per dimenticare. Se non avessero spettri nella loro vita, non troverebbero l'ubriachezza più piacevole della sobrietà. Come disse il leggendario cinese: "Io non bevo per bevitore, io bevo per ubriaco". Questo è tipico di tutte le passioni eccessive e unilaterali. Non è il piacere dell'oggetto in sé che si cerca, ma l'oblio. C'è, tuttavia, una grande differenza a seconda che l'oblio venga ricercato in modo ubriaco o attraverso l'esercizio di facoltà di per sé desiderabili. L'amico di Borrow, che imparò il cinese da autodidatta per poter sopportare la perdita della moglie, cercava l'oblio, ma lo cercava in un'attività che non aveva effetti dannosi, anzi, accresceva la sua intelligenza e le sue conoscenze. Contro tali forme di evasione non c'è nulla da dire. È diverso per l'uomo che cerca l'oblio nel bere, nel gioco d'azzardo o in qualsiasi altra forma di eccitazione improduttiva. Ci sono, è vero, casi limite. Cosa dovremmo dire dell'uomo che si assume rischi folli in aereo o sulle cime delle montagne, perché la vita gli è diventata insopportabile? Se i suoi rischi servono a un fine pubblico, possiamo ammirarlo, ma in caso contrario, dovremo collocarlo solo leggermente al di sopra del giocatore d'azzardo e dell'ubriacone.

Il vero entusiasmo, non quello che è in realtà una ricerca dell'oblio, fa parte della natura umana, tranne nella misura in cui è stato distrutto da circostanze sfortunate. I bambini piccoli sono interessati a tutto ciò che vedono e sentono; il mondo è pieno di sorprese per loro, e sono perennemente impegnati con ardore nella ricerca della conoscenza, non, ovviamente, di quella scolastica.

conoscenza, ma del tipo che consiste nell'acquisire familiarità con gli oggetti che attraggono la loro attenzione. Gli animali, anche da adulti, conservano il loro entusiasmo finché sono in salute. Un gatto in una stanza sconosciuta non si siederà finché non avrà annusato ogni angolo, nella remota possibilità che da qualche parte ci sia odore di topo. L'uomo che non è mai stato fondamentalmente frustrato conserverà il suo naturale interesse per il mondo esterno e, finché lo conserverà, troverà la vita piacevole, a meno che la sua libertà non venga indebitamente limitata. La perdita di entusiasmo nella società civilizzata è in gran parte dovuta alle restrizioni alla libertà che sono essenziali al nostro stile di vita. Il selvaggio caccia quando ha fame e, così facendo, obbedisce a un impulso diretto. L'uomo che va al lavoro ogni mattina a una certa ora è mosso fondamentalmente dallo stesso impulso, ovvero la necessità di guadagnarsi da vivere, ma nel suo caso l'impulso non agisce direttamente e nel momento in cui viene percepito: agisce indirettamente attraverso astrazioni, credenze e volizioni. Nel momento in cui l'uomo si avvia al lavoro, non sente la fame, poiché ha appena fatto colazione. Sa semplicemente che la fame si ripresenterà e che andare al lavoro

è un mezzo per soddisfare la fame futura. Gli impulsi sono irregolari, mentre le abitudini, in una società civilizzata, devono essere regolari. Tra i selvaggi, persino le imprese collettive, nella misura in cui esistono, sono spontanee e impulsive. Quando la tribù si prepara alla guerra, il suono dei tamburi suscita l'ardore militare e l'eccitazione del gregge ispira ogni individuo all'attività necessaria. Le imprese moderne non possono essere gestite in questo modo. Quando un treno deve partire a un determinato momento, è impossibile ispirare i facchini, il macchinista e il segnalatore con musica barbarica. Ognuno di loro deve fare il proprio lavoro semplicemente perché deve farlo; la loro motivazione, vale a dire, è indiretta: non hanno alcun impulso verso l'attività in sé, ma solo verso la ricompensa finale dell'attività. Gran parte della vita sociale presenta lo stesso difetto. Le persone conversano tra loro non per un semplice desiderio, ma per un beneficio ultimo che sperano di trarre dalla cooperazione. In ogni momento della vita, l'uomo civilizzato è vincolato da restrizioni agli impulsi: se si sente allegro non deve cantare o ballare per strada, mentre se si sente triste non deve sedersi sul marciapiede a piangere, per timore di intralciare il passaggio dei pedoni. In gioventù la sua libertà è limitata a scuola, in età adulta durante l'orario di lavoro. Tutto ciò rende più difficile conservare l'entusiasmo, poiché la continua repressione tende a generare stanchezza e noia. Ciononostante, una società civilizzata è impossibile senza un considerevole grado di moderazione degli impulsi spontanei, poiché questi ultimi producono solo le forme più semplici di cooperazione sociale,

non quelle forme altamente complesse richieste dall'organizzazione economica moderna.Per superare questi ostacoli e ritrovare l'entusiasmo, un uomo ha bisogno di salute ed energia in abbondanza, oppure, se ha questa fortuna, di un lavoro che trovi interessante di per sé. La salute, per quanto le statistiche possano dimostrare, è migliorata costantemente in tutti i paesi civilizzati negli ultimi cento anni, ma l'energia è più difficile da misurare, e dubito che il vigore fisico nei momenti di buona salute sia ancora così elevato come un tempo. Il problema qui è in larga misura un problema sociale, e come tale non intendo discuterlo in questo volume. Il problema ha, tuttavia, un aspetto personale e psicologico che abbiamo già trattato in relazione alla fatica. Alcuni uomini mantengono il loro entusiasmo nonostante gli svantaggi della vita civilizzata, e molti potrebbero farlo se fossero liberi dai conflitti psicologici interiori su cui è concentrata gran parte della loro energia.

spesa. L'entusiasmo richiede più energia di quella sufficiente per il lavoro necessario, e questo a sua volta richiede il buon funzionamento della macchina psicologica. Delle cause che favoriscono il buon funzionamento parlerò più diffusamente nei capitoli successivi.

Nelle donne, oggi meno che in passato, ma ancora in larga misura, la vitalità è stata notevolmente smorzata da una concezione errata di rispettabilità. Si riteneva indesiderabile che le donne mostrassero un interesse evidente per gli uomini o che ostentassero troppa vivacità in pubblico. Imparando a non

interessarsi agli uomini, imparavano molto spesso a non interessarsi a nulla, o comunque a nulla se non a un certo tipo di comportamento corretto. Insegnare un atteggiamento di inattività e di distacco nei confronti della vita significa chiaramente insegnare qualcosa di molto dannoso per la vitalità e incoraggiare un certo tipo di egocentrismo che è caratteristico delle donne molto rispettabili, soprattutto se non istruite. Non hanno l'interesse per lo sport che ha l'uomo medio, non si curano della politica, verso gli uomini il loro atteggiamento è di pudica freddezza, verso le donne il loro atteggiamento è di velata ostilità basata sulla convinzione che le altre donne siano meno rispettabili di loro. Si vantano di essere riservate; vale a dire, la loro mancanza di interesse per i simili appare loro come una virtù. Di questo, naturalmente, non hanno colpa; si limitano ad accettare l'insegnamento morale che da millenni è in vigore per quanto riguarda le donne. Sono, tuttavia, vittime, degne di grande compassione, di un sistema di repressione di cui non sono riuscite a percepire l'iniquità. A queste donne tutto ciò che è meschino appare buono e tutto ciò che è generoso appare malvagio. Nella loro cerchia sociale fanno di tutto per soffocare la gioia di vivere, in politica amano le leggi repressive.
Fortunatamente questo tipo di donna sta diventando meno comune, ma è ancora molto più diffuso di quanto si creda, soprattutto tra coloro che vivono in ambienti emancipati. Consiglio a chiunque dubiti di questa affermazione di fare un giro in diverse pensioni in cerca di un alloggio e di osservare le proprietarie che incontrerà. Scoprirà che vivono secondo una

concezione di eccellenza femminile che implica, come parte essenziale, la distruzione di ogni gioia di vivere, e che di conseguenza le loro menti e i loro cuori risultano impoveriti e rachitici. Tra l'eccellenza maschile e quella femminile, intesa nel senso più stretto del termine, non c'è differenza, o perlomeno non c'è la differenza che la tradizione vuole far credere. Per le donne come per gli uomini, l'entusiasmo è il segreto della felicità e del benessere.

Capitolo 12: Affetto

Una delle principali cause della mancanza di entusiasmo è la sensazione di non essere amati, mentre, al contrario, la sensazione di essere amati stimola l'entusiasmo più di qualsiasi altra cosa. Un uomo può sentirsi non amato per una serie di motivi. Può considerarsi una persona così orribile da non poter essere amato da nessuno; può essersi abituato, durante l'infanzia, a ricevere meno amore rispetto agli altri bambini; oppure può essere effettivamente una persona che nessuno ama. Ma in quest'ultimo caso, la causa probabilmente risiede in una mancanza di fiducia in se stessi dovuta a sventure precoci. L'uomo che si sente non amato può assumere diversi atteggiamenti. Può fare disperati sforzi per conquistare l'affetto, magari attraverso atti di gentilezza eccezionali. In questo, tuttavia, è molto probabile che non abbia successo, poiché il motivo di tali atti di gentilezza è facilmente percepito da chi li riceve, e la natura umana è fatta in modo tale da donare affetto più facilmente a

coloro che sembrano meno richiederlo. L'uomo che cerca di conquistare l'affetto altrui con azioni benevole, dunque, rimane deluso dall'esperienza dell'ingratitudine umana. Non gli viene mai in mente che l'affetto che tenta di comprare ha un valore di gran lunga superiore ai benefici materiali che offre in cambio, eppure la consapevolezza di ciò è alla base delle sue azioni. Un altro uomo, constatando di non essere amato, può cercare vendetta sul mondo, fomentando guerre e rivoluzioni, oppure con una penna intinta nel fiele, come Dean Swift. Questa è una reazione eroica alla sventura, che richiede una forza di carattere sufficiente a permettere a un uomo di opporsi al resto del mondo. Pochi uomini sono in grado di raggiungere tali vette; la grande maggioranza, sia di uomini che di donne, se si sente non amata, sprofonda in una timida disperazione, alleviata solo da occasionali sprazzi di invidia e malizia. Di norma, la vita di queste persone diventa estremamente egocentrica e l'assenza di affetto genera in loro un senso di insicurezza dal quale cercano istintivamente di fuggire lasciando che l'abitudine domini completamente la loro esistenza. Coloro che si rendono schiavi di una routine immutabile sono generalmente spinti dalla paura di un mondo esterno freddo e dalla convinzione di non incontrarlo se percorrono sempre gli stessi sentieri.

Coloro che affrontano la vita con un senso di sicurezza sono molto più felici di coloro che la affrontano con un senso di insicurezza, almeno finché il loro senso di sicurezza non li conduce alla rovina. E in moltissimi casi, sebbene non in tutti, il senso di sicurezza stesso aiuta una persona a sfuggire a pericoli a

cui un'altra soccomberebbe. Se si cammina su un burrone su una passerella stretta, è molto più probabile cadere se si ha paura che se non la si ha. E lo stesso vale per la condotta di vita. L'uomo senza paura può, naturalmente, incorrere in improvvise disgrazie, ma è probabile che superi indenne molte situazioni difficili in cui un uomo timido andrebbe incontro alla rovina. Questo utile tipo di fiducia in se stessi ha, naturalmente, innumerevoli forme. C'è chi è sicuro di sé in montagna, chi in mare e chi in aria. Ma la fiducia generale in se stessi nella vita deriva soprattutto dall'essere abituati a ricevere tutto l'affetto di cui si ha bisogno, quello giusto. Ed è proprio di questa abitudine mentale, considerata come fonte di entusiasmo, che desidero parlare nel presente capitolo.

È l'affetto ricevuto, non quello dato, a generare questo senso di sicurezza, sebbene derivi soprattutto dall'affetto reciproco. A rigor di termini, non è solo l'affetto, ma anche l'ammirazione ad avere questo effetto. Le persone il cui mestiere consiste nell'ottenere l'ammirazione del pubblico, come attori, predicatori, oratori e politici, diventano sempre più dipendenti dagli applausi. Quando ricevono l'approvazione pubblica di cui hanno bisogno, la loro vita è piena di vitalità; quando non la ricevono, diventano insoddisfatti ed egocentrici. La benevolenza diffusa di una moltitudine fa per loro ciò che per altri viene fatto dall'affetto più concentrato di pochi. Il bambino i cui genitori gli vogliono bene accetta il loro affetto come una legge di natura. Non ci pensa molto, sebbene sia di grande importanza per la sua felicità. Pensa al mondo, alle avventure che gli si presenteranno e alle avventure ancora più meravigliose che lo attendono da adulto. Ma dietro tutti questi

interessi esteriori si cela la sensazione di essere protetto dalle avversità dall'affetto dei genitori. Il bambino a cui, per qualsiasi ragione, viene negato l'affetto dei genitori, rischia di diventare timido e poco avventuroso, pieno di paure e autocommiserazione, e incapace di affrontare il mondo con spensieratezza ed esplorazione. Un bambino del genere potrebbe iniziare, in età sorprendentemente precoce, a meditare sulla vita, sulla morte e sul destino umano. Diventa introverso, malinconico dapprima, ma alla ricerca, in ultima analisi, delle irreali consolazioni di qualche sistema filosofico o teologico. Il mondo gli appare caotico, un insieme di cose piacevoli e spiacevoli disposte in modo disordinato. E il desiderio di dargli un sistema o uno schema intelligibile è, in fondo, il risultato della paura, in realtà una sorta di agorafobia o timore degli spazi aperti. Tra le quattro mura della sua biblioteca, lo studente timido si sente al sicuro. Se riesce a convincersi che l'universo è altrettanto ordinato, può sentirsi quasi altrettanto al sicuro quando si avventura per le strade. Un uomo del genere, se avesse ricevuto più affetto, avrebbe temuto meno il mondo reale e non avrebbe avuto bisogno di inventare un mondo ideale che trovasse posto nelle sue convinzioni.

Non tutto l'affetto, tuttavia, ha questo effetto nell'incoraggiare l'avventura. L'affetto dato deve essere di per sé robusto, non timido, desiderando l'eccellenza ancor più della sicurezza da parte del suo oggetto, pur non essendo ovviamente indifferente alla sicurezza. La madre o la balia timida, che mette costantemente in guardia i bambini dai pericoli che potrebbero accadere, che pensa che ogni cane morda e che ogni mucca sia

un toro, può indurre in loro una timidezza pari alla propria, e può farli sentire insicuri solo nelle sue immediate vicinanze. Per una madre eccessivamente possessiva, questo sentimento da parte del bambino può risultare gradevole: può desiderare la sua dipendenza da lei più della sua capacità di affrontare il mondo. In tal caso, il bambino probabilmente starà peggio a lungo termine di quanto starebbe se non fosse amato affatto. Le abitudini mentali formate nei primi anni di vita tendono a persistere per tutta la vita. Molte persone, quando si innamorano, cercano un piccolo rifugio dal mondo, un luogo dove essere sicure di essere ammirate anche quando non lo sono, e lodate anche quando non lo sono. Per molti uomini, la casa è un rifugio dalla verità: sono le loro paure e le loro timidezze che li inducono a cercare una compagnia in cui questi sentimenti trovino appagato. Cercano nelle loro mogli ciò che un tempo ricevevano da una madre poco saggia, eppure si stupiscono se le loro mogli li considerano ancora dei bambini cresciuti.

Definire la forma migliore di affetto non è affatto semplice, poiché è evidente che in esso è presente un elemento protettivo. Non siamo indifferenti alle sofferenze delle persone che amiamo. Credo, tuttavia, che la paura di una disgrazia, a differenza della compassione per una disgrazia già avvenuta, dovrebbe avere un ruolo il meno rilevante possibile nell'affetto. La paura per gli altri è solo leggermente migliore della paura per noi stessi. Inoltre, molto spesso maschera la possessività. Si spera che, suscitando le loro paure, si possa ottenere un dominio più completo su di loro. Questo, naturalmente, è uno dei motivi per cui gli uomini hanno

apprezzato le donne timide, poiché proteggendole finivano per possederle. La quantità di sollecitudine di cui una persona può essere oggetto senza subire danni dipende dal suo carattere: una persona robusta e avventurosa può sopportare molto senza problemi, mentre una persona timida dovrebbe essere incoraggiata ad aspettarsi ben poco in tal senso.

L'affetto ricevuto ha una duplice funzione. Finora ne abbiamo parlato in relazione alla sicurezza, ma nella vita adulta ha uno scopo biologico ancora più essenziale, ovvero la genitorialità. Non essere in grado di suscitare amore sessuale è una grave sventura per qualsiasi uomo o donna, poiché lo priva delle più grandi gioie che la vita ha da offrire. Questa privazione, quasi certamente, prima o poi spegnerà la vitalità e produrrà introversione. Molto spesso, tuttavia, precedenti sventure nell'infanzia hanno prodotto difetti di carattere che sono la causa dell'incapacità di ottenere amore negli anni successivi. Questo è forse più vero per gli uomini che per le donne, poiché in generale le donne tendono ad amare gli uomini per il loro carattere, mentre gli uomini tendono ad amare le donne per il loro aspetto. A questo proposito, bisogna dire che gli uomini si dimostrano inferiori alle donne, poiché le qualità che gli uomini trovano piacevoli nelle donne sono in generale meno desiderabili di quelle che le donne trovano piacevoli negli uomini. Non sono affatto sicuro, tuttavia, che sia più facile acquisire un buon carattere che un bell'aspetto; In ogni caso, le fasi necessarie per quest'ultimo obiettivo sono meglio comprese e più facilmente perseguite dalle donne rispetto a quelle necessarie per il primo obiettivo da parte degli uomini.

Finora abbiamo parlato dell'affetto di cui una persona è oggetto. Vorrei ora parlare dell'affetto che una persona dona. Anche questo è di due tipi diversi: uno è forse la più importante espressione di gioia di vivere, mentre l'altro è espressione di paura. Il primo mi sembra assolutamente ammirevole, mentre il secondo è, nella migliore delle ipotesi, una consolazione. Se in una bella giornata vi trovate a navigare su una nave lungo una costa meravigliosa, ammirate il paesaggio e ne traete piacere. Questo piacere deriva interamente dal contemplare ciò che vi circonda e non ha nulla a che vedere con un vostro bisogno disperato. Se, al contrario, la vostra nave naufraga e nuotate verso la costa, provate per essa un nuovo tipo di amore: rappresenta sicurezza contro le onde e la sua bellezza o bruttezza diventa irrilevante. Il tipo di affetto migliore corrisponde al sentimento di chi ha la nave al sicuro, quello meno nobile a quello del nuotatore naufragato. Il primo tipo di affetto è possibile solo nella misura in cui una persona si sente al sicuro, o comunque indifferente ai pericoli che la minacciano; il secondo tipo, al contrario, è causato dal senso di insicurezza. Il sentimento derivante dall'insicurezza è molto più soggettivo ed egocentrico dell'altro, poiché la persona amata viene apprezzata per i servizi resi, non per le sue qualità intrinseche. Non intendo, tuttavia, suggerire che questo tipo di affetto non abbia un ruolo legittimo nella vita. In realtà, quasi ogni affetto autentico contiene qualcosa di entrambi i tipi in combinazione, e nella misura in cui l'affetto cura realmente il senso di insicurezza, libera una persona, permettendole di ritrovare quell'interesse per il mondo che nei momenti di pericolo

e paura si offusca. Ma pur riconoscendo il ruolo che tale affetto ha nella vita, dobbiamo comunque sostenere che sia meno eccellente dell'altro tipo, poiché dipende dalla paura, e la paura è un male, e anche perché è più egocentrico. Nel più nobile dei sentimenti, un uomo spera in una nuova felicità piuttosto che nella fuga da una vecchia infelicità.

Il tipo di affetto migliore è quello che dona vitalità reciproca; ognuno riceve affetto con gioia e lo dona senza sforzo, e ognuno trova il mondo intero più interessante grazie a questa felicità reciproca. Esiste però un altro tipo di affetto, tutt'altro che raro, in cui una persona succhia la vitalità dell'altra, una riceve ciò che l'altra dà, ma non dà quasi nulla in cambio. Alcune persone molto vitali appartengono a questo tipo succhiasangue. Estraggono la vitalità da una vittima dopo l'altra, ma mentre loro prosperano e diventano interessanti, coloro su cui vivono impallidiscono, si spengono e si appiattiscono. Queste persone usano gli altri come mezzi per i propri fini e non li considerano mai fini a se stessi.

Fondamentalmente non sono interessati a coloro che, per il momento, credono di amare; sono interessati solo allo stimolo per le proprie attività, forse di natura piuttosto impersonale. Evidentemente ciò deriva da un difetto nella loro natura, ma non è un difetto facile da diagnosticare o da curare. È una caratteristica spesso associata a una grande ambizione, e affonda le sue radici, direi, in una visione eccessivamente unilaterale di ciò che rende felice l'uomo. L'affetto, inteso come un autentico interesse reciproco tra due persone, non solo come mezzo per il bene

dell'altro, ma piuttosto come un'unione che persegue un bene comune, è uno degli elementi più importanti della vera felicità, e l'uomo il cui ego è così racchiuso in mura d'acciaio da rendere impossibile questo suo ampliamento, si perde il meglio che la vita ha da offrire, per quanto di successo possa essere nella sua carriera.

L'ambizione che esclude l'affetto dal suo ambito è generalmente il risultato di una qualche forma di rabbia o odio verso il genere umano, prodotto da infelicità in gioventù, da ingiustizie in età adulta o da qualsiasi altra causa che conduca alla mania di persecuzione. Un ego troppo forte è una prigione dalla quale un uomo deve fuggire per godere appieno del mondo. La capacità di provare affetto autentico è uno dei segni distintivi dell'uomo che è riuscito a liberarsi da questa prigione dell'io. Ricevere affetto non è affatto sufficiente; l'affetto ricevuto dovrebbe liberare quello da dare, e solo quando entrambi coesistono in egual misura l'affetto raggiunge il suo massimo potenziale.

Gli ostacoli, sia psicologici che sociali, alla fioritura dell'affetto reciproco sono un grave male, di cui il mondo ha sempre sofferto e continua a soffrire. Le persone esitano a esprimere ammirazione per timore che sia mal riposta; esitano a donare affetto per timore di soffrire, sia per mano della persona a cui lo donano, sia per opera di un mondo giudicante. La cautela è imposta sia in nome della moralità che della saggezza mondana, con la conseguenza che la generosità e l'audacia vengono scoraggiate in ambito affettivo. Tutto ciò tende a generare timidezza e risentimento

verso il prossimo, poiché molte persone, nel corso della vita, non colgono quello che è in realtà un bisogno fondamentale e, per nove su dieci, una condizione indispensabile per un atteggiamento felice e aperto verso il mondo. Non si deve supporre che coloro che vengono definiti immorali siano in questo senso superiori a coloro che non lo sono. Nelle relazioni sessuali, molto spesso non c'è quasi nulla che si possa definire vero affetto; non di rado, addirittura, si riscontra una profonda ostilità. Ognuno cerca di non rivelarsi, ognuno preserva una solitudine fondamentale, ognuno rimane intatto e quindi non fecondato. In tali esperienze non c'è un valore fondamentale. Non dico che debbano essere accuratamente evitate, poiché i passi necessari a questo scopo potrebbero interferire anche con le occasioni in cui potrebbe nascere un affetto più prezioso e profondo. Ma dico che le uniche relazioni sessuali che hanno un vero valore sono quelle in cui non c'è reticenza e in cui l'intera personalità di entrambi si fonde in una nuova personalità collettiva. Di tutte le forme di cautela, la cautela in amore è forse la più fatale per la vera felicità.

Capitolo 13: La famiglia

Di tutte le istituzioni che ci sono giunte dal passato, nessuna è oggi così disorganizzata e sviata come la famiglia. L'affetto dei genitori per i figli e dei figli per i genitori può essere una delle maggiori fonti di felicità, ma in realtà oggigiorno il rapporto tra genitori e figli è, in nove casi su dieci, fonte di infelicità per entrambe le parti, e in novantanove casi su cento fonte di

infelicità per almeno una delle due. Questa incapacità della famiglia di fornire la soddisfazione fondamentale che in linea di principio sarebbe in grado di offrire è una delle cause più profonde del malcontento che pervade la nostra epoca. L'adulto che desidera avere un rapporto felice con i propri figli o garantire loro una vita felice deve riflettere profondamente sulla genitorialità e, dopo tale riflessione, agire con saggezza. Il tema della famiglia è troppo vasto per essere trattato in questo volume, se non in relazione al nostro specifico problema, ovvero la conquista della felicità. E anche in relazione a questo problema possiamo affrontarlo solo nella misura in cui il miglioramento è in potere di ogni singolo individuo, senza alterazioni della struttura sociale.

Questo rappresenta, ovviamente, un limite molto grave, poiché le cause dell'infelicità familiare ai giorni nostri sono di natura estremamente varia: psicologica, economica, sociale, educativa e politica. Per quanto riguarda le fasce più benestanti della società, due fattori si sono combinati per far sì che le donne percepiscano la maternità come un fardello ben più pesante di quanto non lo fosse in passato. Questi due fattori sono, da un lato, l'apertura delle carriere alle donne non sposate; dall'altro, il declino del servizio domestico. Anticamente, le donne erano costrette al matrimonio dalle intollerabili condizioni di vita delle nubili. La nubile doveva vivere in casa in dipendenza economica, prima dal padre e poi da un fratello riluttante. Non aveva occupazioni che riempissero le sue giornate né la libertà di divertirsi al di fuori delle mura protette della dimora familiare. Non aveva né l'opportunità né la voglia di avventure sessuali, che lei

stessa considerava profondamente un'abominazione al di fuori del matrimonio. Se, nonostante tutte le precauzioni, avesse perso la sua virtù a causa degli inganni di qualche astuto impresario di moda, la sua situazione sarebbe stata estremamente pietosa. Essa è descritta con notevole precisione ne Il Vicario di Wakefield:

L'unica arte che la sua colpa cerca di nascondere,

Nascondere la sua vergogna da ogni occhio, dare pentimento al suo amante e torcergli il petto significa morire.

La donna nubile moderna non considera la morte necessaria in queste circostanze. Se ha ricevuto una buona istruzione, non ha difficoltà a guadagnarsi da vivere agiatamente ed è quindi indipendente dall'approvazione dei genitori. Da quando i genitori hanno perso il loro potere economico sulle figlie, sono diventati molto più cauti nell'esprimere disapprovazione morale nei loro confronti; non serve a molto rimproverare una persona che non si ferma ad essere rimproverata. La giovane donna non sposata della classe professionale è quindi oggi in grado, a patto che non sia al di sotto della media per intelligenza e bellezza, di godere di una vita pienamente piacevole finché riesce a non desiderare figli. Ma se questo desiderio la sopraffà, è costretta a sposarsi e quasi certamente a perdere il lavoro. Precipita in un livello di benessere molto inferiore a quello a cui era abituata, poiché è molto probabile che il reddito del marito non sia superiore a quello che guadagnava prima, e deve provvedere a una famiglia anziché a una sola donna. Dopo aver goduto di indipendenza, trova insopportabile dover dipendere da qualcun altro per ogni spesa

necessaria. Per tutti questi motivi, tali donne esitano ad affrontare la maternità.

Una donna che, nonostante tutto, decide di fare il grande passo, si trova ad affrontare, rispetto alle donne delle generazioni precedenti, un problema nuovo e spaventoso: la scarsità e la scarsa qualità del servizio domestico. Di conseguenza, si ritrova vincolata alla casa, costretta a svolgere da sola mille compiti insignificanti, del tutto indegni delle sue capacità e della sua formazione, oppure, se non li svolge personalmente, a perdere la pazienza rimproverando le domestiche che li trascurano. Per quanto riguarda la cura fisica dei figli, se si è data da fare per informarsi a fondo, scopre che è impossibile, senza grave rischio di disastro, affidarli a una bambinaia, o persino delegare ad altri le più elementari precauzioni in materia di pulizia e igiene, a meno che non possa permettersi una bambinaia che abbia seguito una costosa formazione presso qualche istituto. Oppressa da una massa di dettagli insignificanti, è davvero fortunata se non perde presto tutto il suo fascino e tre quarti della sua intelligenza. Troppo spesso, per il semplice adempimento dei doveri necessari, queste donne diventano un peso per i mariti e un fastidio per i figli. Quando arriva la sera e il marito torna dal lavoro, la donna che parla dei problemi della giornata è noiosa, mentre quella che non lo fa è distratta. Nei confronti dei figli, i sacrifici fatti per averli sono così presenti nella sua mente che quasi certamente pretenderà una ricompensa maggiore di quanto sia auspicabile, mentre la costante abitudine di occuparsi di dettagli insignificanti l'avrà resa pignola e meschina. Questa è la più perniciosa di tutte

le ingiustizie che deve subire: che, a causa del suo dovere verso la famiglia, ha perso il loro affetto, mentre se li avesse trascurati e fosse rimasta allegra e affascinante, probabilmente l'avrebbero amata. (L'intero problema, per come riguarda la classe professionale, è trattato con notevole perspicacia e capacità costruttiva in "The Retreat from Parenthood" di Jean Ayling.)

Questi problemi sono essenzialmente di natura economica, così come un altro problema altrettanto grave. Mi riferisco alle difficoltà abitative derivanti dalla concentrazione della popolazione nelle grandi città. Nel Medioevo le città erano rurali quanto lo è oggi la campagna. I bambini cantano ancora la filastrocca:

Sul campanile di Paolo si erge un albero

Per quanto pieno di mele possa essere,

I ragazzini della città di Londra

Corrono con dei bastoni per abbatterli. E poi corrono di siepe in siepe finché non arrivano al London Bridge.

Il campanile di San Paolo non c'è più, e non so in che data siano scomparse le siepi tra San Paolo e il London Bridge. Sono passati molti secoli da quando i ragazzini di Londra potevano godere di piaceri come suggerisce questa filastrocca, ma fino a non molto tempo fa la maggior parte della popolazione viveva in campagna. Le città non erano molto vaste; era facile uscirne, e non era affatto raro trovare giardini annessi a molte case. Oggi in Inghilterra c'è

un'immensa preponderanza della popolazione urbana rispetto a quella rurale. In America questa preponderanza è ancora lieve, ma sta aumentando molto rapidamente. Città come Londra e New York sono così grandi che ci vuole molto tempo per uscirne. Chi vive in città di solito deve accontentarsi di un appartamento, al quale, ovviamente, non è annesso un centimetro quadrato di terra, e in cui vivono persone di modesta entità.

I professionisti devono accontentarsi del minimo indispensabile in termini di spazio. Se ci sono figli piccoli, la vita in appartamento diventa difficile. Non c'è spazio per farli giocare e i genitori non hanno un posto dove ripararsi dal loro rumore. Di conseguenza, gli uomini d'affari tendono sempre più a vivere in periferia. Questo è indubbiamente auspicabile dal punto di vista dei figli, ma aumenta considerevolmente la fatica della vita dell'uomo e riduce notevolmente il ruolo che può svolgere in famiglia.

Non intendo però affrontare tali grandi problemi economici, poiché esulano dalla questione che ci interessa, ovvero ciò che l'individuo può fare qui e ora per trovare la felicità. Ci avviciniamo a questo problema quando passiamo alle difficoltà psicologiche che esistono nell'epoca attuale nei rapporti tra genitori e figli. Queste sono in realtà parte dei problemi sollevati dalla democrazia. Anticamente c'erano padroni e schiavi: i padroni decidevano cosa si dovesse fare e, in generale, apprezzavano i loro schiavi, poiché questi contribuivano alla loro felicità.

È possibile che gli schiavi odiassero i loro padroni, sebbene ciò non fosse così diffuso come la teoria democratica vorrebbe farci

supporre. Ma anche se li odiavano, i padroni non ne erano consapevoli e, in ogni caso, erano contenti. Con l'accettazione generale della teoria democratica, tutto cambiò: gli schiavi che prima si erano sottomessi smisero di farlo; i padroni che prima non avevano dubbi sui propri diritti divennero esitanti e incerti. Sorsero attriti che causarono infelicità da entrambe le parti. Non dico tutto questo per argomentare contro la democrazia, poiché i problemi in questione sono solo quelli inevitabili in qualsiasi transizione importante. Ma è inutile ignorare il fatto che, mentre questa transizione è in corso, il mondo è inquieto.

Il cambiamento nel rapporto tra genitori e figli è un esempio emblematico della diffusione generale della democrazia. I genitori non sono più certi dei propri diritti nei confronti dei figli; i figli non sentono più di dover rispettare i genitori.

La virtù dell'obbedienza, un tempo esigeta senza discussioni, è caduta in disuso, e giustamente. La psicoanalisi ha terrorizzato i genitori istruiti con il timore del danno che potrebbero involontariamente arrecare ai propri figli. Se li baciano, potrebbero instillare in loro un complesso di Edipo; se non lo fanno, potrebbero scatenare una furia di gelosia. Se ordinano ai figli di fare qualcosa, potrebbero instillare in loro un senso di peccato; se non lo fanno, i figli acquisiscono abitudini che i genitori ritengono indesiderabili. Quando vedono il loro bambino succhiarsi il pollice, traggono ogni sorta di terrificante conclusione, ma non sanno proprio cosa fare per impedirglielo. La genitorialità, che un tempo era un trionfale esercizio di potere, è

diventata timida, ansiosa e piena di dubbi di coscienza. Le vecchie gioie semplici sono andate perdute, proprio nel momento in cui, grazie alla nuova libertà delle donne single, la madre ha dovuto sacrificare molto più di prima nella decisione di avere un figlio. In queste circostanze, le madri coscienziose chiedono troppo poco ai propri figli, mentre le madri incoscienti chiedono troppo. Le madri coscienziose reprimono il loro affetto naturale e diventano timide; le madri incoscienti cercano nei figli una compensazione per le gioie a cui hanno dovuto rinunciare. Nel primo caso, l'affetto del bambino viene soffocato, nell'altro viene sovrastimolato. In nessuno dei due casi si manifesta quella felicità semplice e naturale che la famiglia, nella sua forma migliore, può offrire.

In view of all these troubles, is it any wonder that the birth-rate declines? The decline of the birthrate in the population at large has reached a point which shows that the population will soon begin to dwindle, but among the well-to-do classes this point has long ago been passed, not only in one country, but in practically all the most highly civilised countries. There are not very many statistics available as to the birth-rate among the well-to-do, but two facts may be quoted from Jean Ayling's book alluded to above. It appears that in Stockholm in the years 1919 to 1922 the fertility of professional women was only one-third of that of the population at large, and that among the four thousand graduates of Wellesley College, U.S.A., in the period 1896 to 1913 the total number of children is about three thousand, whereas to prevent an actual dwindling of the stock there should have been eight

thousand children none of whom had died young. There can be no doubt the civilisation produced by the white races has this singular characteristic, that in proportion as men and women absorb it, they become sterile. The most civilised are the most sterile; the least civilised are the most fertile; and between the two there is a continual gradation. At present the most intelligent sections of the Western nations are dying out. Within a very few years the Western nations as a whole will be diminishing in numbers except in so far as their stocks are replenished by immigration from less civilised regions. And as soon as the immigrants acquire the civilisation of the country of their adoption they in turn will become comparatively sterile. It is clear that a civilisation which has this characteristic is unstable; unless it can be induced to reproduce its numbers, it must sooner or later die out and give place to some other civilisation in which the urge towards parenthood has retained enough strength to prevent the population from declining.

I moralisti ufficiali di ogni paese occidentale hanno cercato di affrontare questo problema per mezzo di esortazioni e sentimentalismo. Da un lato, affermano che è dovere di ogni coppia sposata avere tanti figli quanti Dio vuole, a prescindere dalle prospettive di salute e felicità che tali figli possano avere. Dall'altro lato, i religiosi maschi blaterano sulle sacre gioie della maternità e fingono che una famiglia numerosa di bambini malati e poveri sia fonte di felicità. Lo Stato si unisce al coro sostenendo che è necessaria una quantità sufficiente di carne da cannone, perché come potrebbero tutte queste squisite e ingegnose armi di

distruzione funzionare adeguatamente se non ci fossero popolazioni sufficienti da sterminare? Stranamente, il singolo genitore, anche se accetta queste argomentazioni quando applicate agli altri, rimane completamente sordo ad esse quando applicate a se stesso. La colpa è della psicologia dei religiosi e dei patrioti. I religiosi possono avere successo finché riescono a minacciare con successo il fuoco dell'inferno, ma solo una minoranza della popolazione ormai prende sul serio questa minaccia. E nessuna minaccia, se non questa, è sufficiente a controllare il comportamento in una questione così essenzialmente privata. Quanto allo Stato, la sua argomentazione è fin troppo feroce. Le persone possono anche concordare sul fatto che altri debbano fornire carne da cannone, ma non sono attratte dalla prospettiva di vedere i propri figli usati in questo modo. Tutto ciò che lo Stato può fare, quindi, è cercare di mantenere i poveri nell'ignoranza, uno sforzo che, come dimostrano le statistiche, è singolarmente inefficace, tranne che nei paesi occidentali più arretrati. Pochissimi uomini o donne avranno figli per senso del dovere pubblico, anche se fosse molto più evidente di quanto non lo sia l'esistenza di un tale dovere pubblico. Quando uomini e donne hanno figli, lo fanno o perché credono che i figli accresceranno la loro felicità, o perché non sanno come evitarli. Quest'ultima ragione è ancora molto forte, ma la sua influenza è in costante calo. E nulla di ciò che lo Stato o le Chiese possono fare impedirà che questo calo continui. È necessario, dunque, affinché le razze bianche possano

sopravvivere, che la genitorialità torni a essere fonte di felicità per i genitori.

Considerando la natura umana a prescindere dalle circostanze attuali, la cosa è chiara. Credo che la genitorialità sia psicologicamente in grado di offrire la felicità più grande e duratura che la vita possa offrire. Questo, senza dubbio, è più vero per le donne che per gli uomini, ma è più vero per gli uomini di quanto la maggior parte delle persone moderne sia incline a supporre. È dato per scontato in quasi tutta la letteratura precedente all'epoca attuale. Ecuba si preoccupa più dei suoi figli che di Priamo; MacDuff si preoccupa più dei suoi figli che di sua moglie. Nell'Antico Testamento sia gli uomini che le donne sono profondamente interessati a lasciare discendenti; in Cina e in Giappone questo atteggiamento è persistito fino ai giorni nostri. Si dirà che questo desiderio è dovuto al culto degli antenati. Credo, tuttavia, che la verità sia l'opposto, ovvero che il culto degli antenati sia un riflesso dell'interesse che le persone nutrono per la persistenza della propria famiglia. Tornando alle donne in carriera di cui parlavamo poco fa, è evidente che l'impulso ad avere figli deve essere molto forte, altrimenti nessuna di loro farebbe i sacrifici necessari per soddisfarlo. Personalmente, parlando a titolo personale, ho trovato la felicità della genitorialità più grande di qualsiasi altra esperienza abbia mai vissuto. Credo che quando le circostanze costringono uomini e donne a rinunciare a questa felicità, un bisogno profondo rimanga inappagato, e che ciò generi un senso di insoddisfazione e apatia di cui la causa può rimanere sconosciuta. Per essere felici in

questo mondo, soprattutto quando la giovinezza è passata, è necessario non sentirsi semplicemente individui isolati il cui giorno sta per finire, ma parte del flusso della vita che scorre dal primo germe verso un futuro remoto e sconosciuto. Come sentimento consapevole, espresso in termini precisi, ciò implica senza dubbio una visione del mondo iper-civilizzata e intellettuale, ma come vaga emozione istintiva è primitiva e naturale, ed è la sua assenza ad essere iper-civilizzata. Un uomo capace di grandi e straordinarie imprese che lascino il segno nelle generazioni future può appagare questo sentimento attraverso il suo lavoro, ma per uomini e donne privi di doti eccezionali, l'unico modo per farlo è attraverso i figli. Coloro che hanno lasciato che i loro impulsi procreativi si atrofizzassero si sono separati dal flusso della vita e, così facendo, hanno corso il grave rischio di inaridirsi. Per loro, a meno che non siano eccezionalmente impersonali, la morte pone fine a tutto. Il mondo che verrà dopo di loro non li riguarda, e per questo le loro azioni appaiono loro stesse banali e insignificanti. Per l'uomo o la donna che ha figli e nipoti e li ama con un affetto naturale, il futuro è importante, almeno fino alla fine della propria vita, non solo per moralità o per uno sforzo di immaginazione, ma in modo naturale e istintivo. E l'uomo i cui interessi si sono estesi a tal punto oltre la propria vita personale, è probabilmente in grado di estenderli ancora oltre.Come Abramo, trarrà soddisfazione dal pensiero che la sua discendenza erediterà la terra promessa, anche se ciò non dovesse accadere per molte generazioni. E attraverso tali sentimenti si salva dal

senso di futilità che altrimenti annienterebbe tutte le sue emozioni.

Il fondamento della famiglia è, naturalmente, il fatto che i genitori provano un affetto speciale per i propri figli, diverso da quello che provano l'uno per l'altro o per altri bambini. È vero che alcuni genitori provano poco o nessun affetto genitoriale, ed è anche vero che alcune donne sono capaci di provare un affetto per bambini non propri quasi altrettanto forte di quello che provano per i propri figli. Tuttavia, resta il fatto che l'affetto genitoriale è un sentimento speciale che l'essere umano normale prova per i propri figli, ma non per nessun altro essere umano. Questa emozione è un'emozione che ereditiamo dai nostri antenati animali. A questo proposito, Freud mi sembra non sufficientemente biologico nella sua prospettiva, poiché chiunque osservi una madre animale con i suoi piccoli può constatare che il suo comportamento nei loro confronti segue uno schema completamente diverso dal suo comportamento nei confronti del maschio con cui ha rapporti sessuali.

E questo stesso schema istintivo e differente, sebbene in una forma modificata e meno definita, esiste anche tra gli esseri umani. Se non fosse per questa particolare emozione, non ci sarebbe quasi nulla da dire sulla famiglia come istituzione, dato che i bambini potrebbero essere affidati altrettanto bene alle cure di professionisti. Tuttavia, così com'è, l'affetto speciale che i genitori provano per i figli, a patto che i loro istinti non siano atrofizzati, è prezioso sia per i genitori stessi che per i figli. Il valore

dell'affetto genitoriale per i figli risiede in gran parte nel fatto che è più affidabile di qualsiasi altro affetto. Gli amici ci apprezzano per i nostri meriti, gli amanti per il nostro fascino; se i meriti o il fascino diminuiscono, amici e amanti possono svanire. Ma è nei momenti di sventura che ci si può fidare maggiormente dei genitori, nella malattia e persino nella disgrazia, se i genitori sono quelli giusti. Tutti proviamo piacere quando veniamo ammirati per i nostri meriti, ma la maggior parte di noi è sufficientemente modesta nel cuore da sentire che tale ammirazione è precaria. I nostri genitori ci amano perché siamo i loro figli, e questo è un fatto immutabile, perciò ci sentiamo più al sicuro con loro che con chiunque altro. Nei momenti di successo questo può sembrare irrilevante, ma nei momenti di fallimento ci offre una consolazione e una sicurezza che non troviamo altrove.

In tutte le relazioni umane è abbastanza facile assicurare la felicità a una delle parti, ma molto più difficile assicurarla a entrambe. Il carceriere* può provare piacere nel sorvegliare il prigioniero; il datore di lavoro può provare piacere nel maltrattare il dipendente; il sovrano può provare piacere nel governare i suoi sudditi con mano ferma; e il padre di una volta senza dubbio provava piacere nell'infondere la virtù nel figlio per mezzo della verga. Questi, tuttavia, sono piaceri unilaterali; per l'altra parte coinvolta nella transazione la situazione è meno piacevole. Siamo giunti alla conclusione che c'è qualcosa di insoddisfacente in questi piaceri unilaterali: crediamo che una buona relazione umana debba essere soddisfacente per entrambe le parti. Ciò vale in particolare per le relazioni tra genitori e figli, con la

conseguenza che i genitori traggono molto meno piacere dai figli rispetto al passato, mentre i figli, reciprocamente, soffrono meno per mano dei genitori rispetto alle generazioni precedenti. Non credo ci sia una vera ragione per cui i genitori debbano trarre meno felicità dai figli rispetto al passato, sebbene indubbiamente questo sia il caso al giorno d'oggi. Non credo che ci sia alcun motivo per cui i genitori debbano rinunciare ad accrescere la felicità dei propri figli. Ma ciò richiede, come del resto tutte quelle relazioni paritarie a cui aspira il mondo moderno, una certa delicatezza e tenerezza, un certo rispetto per l'altra persona, qualità che non sono affatto incoraggiate dalla conflittualità della vita quotidiana. Consideriamo la felicità della genitorialità, innanzitutto nella sua essenza biologica, e poi come può manifestarsi in un genitore animato da quel tipo di atteggiamento verso gli altri che abbiamo indicato come essenziale per un mondo che crede nell'uguaglianza.

* carceriere = carceriere /

La radice primordiale del piacere della genitorialità è duplice. Da un lato, c'è la sensazione di una parte del proprio corpo esteriorizzata, che prolunga la sua vita oltre la morte del resto del corpo, e che, possibilmente, esteriorizza a sua volta una parte di sé allo stesso modo, assicurando così l'immortalità del germoplasma. Dall'altro lato, vi è un'intima fusione di potere e tenerezza. La nuova creatura è indifesa, e si avverte l'impulso di soddisfare i suoi bisogni, un impulso che appaga non solo l'amore del genitore per il figlio, ma anche il suo desiderio di potere.

Finché il neonato è percepito come indifeso, l'affetto che gli viene tributato non appare disinteressato, poiché ha la natura di una protezione verso una parte vulnerabile di sé. Fin dalla più tenera età, però, si manifesta un conflitto tra l'amore per il potere genitoriale e il desiderio del bene del figlio. Infatti, sebbene il potere sul bambino sia in una certa misura dettato dalla natura delle cose, è comunque auspicabile che il bambino impari al più presto a essere indipendente in quanti più modi possibili, cosa che risulta sgradita all'impulso di potere del genitore. Alcuni genitori non si rendono mai conto di questo conflitto e rimangono tirannici finché i figli non sono in grado di ribellarsi. Altri, invece, ne diventano consapevoli e si ritrovano così preda di emozioni contrastanti. In questo conflitto, la loro felicità genitoriale si perde. Dopo tutte le cure profuse per il figlio, scoprono con mortificazione che si rivela ben diverso da ciò che speravano. Volevano che diventasse un soldato, e lo trovano un pacifista, oppure, come Tolstoj, volevano che diventasse un pacifista, e lui si unisce alle Centurie Nere. Ma la difficoltà non si manifesta solo in questi sviluppi successivi. Se nutrite un neonato già in grado di mangiare da solo, state anteponendo l'amore per il potere al benessere del bambino, anche se vi sembra di essere solo gentili e di risparmiargli delle sofferenze. Se lo rendete troppo vividamente consapevole dei pericoli, probabilmente siete mossi dal desiderio di mantenerlo dipendente da voi. Se gli dimostrate affetto in modo plateale aspettandovi una risposta, probabilmente state cercando di legarlo a voi per mezzo delle sue emozioni. In mille modi, grandi e piccoli, l'impulso possessivo dei

genitori li porterà fuori strada, a meno che non siano molto vigili o puri di cuore. I genitori moderni, consapevoli di questi pericoli, a volte perdono fiducia nel gestire i propri figli e diventano quindi ancora meno capaci di essere loro utili di quanto lo sarebbero se si concedessero degli errori spontanei, perché nulla causa tanta preoccupazione nella mente di un bambino quanto la mancanza di certezze e di fiducia in se stessi da parte di un adulto. Meglio essere prudenti, quindi, è essere puri di cuore. Il genitore che desidera sinceramente il benessere del figlio più del proprio potere su di lui non avrà bisogno di manuali di psicoanalisi per sapere cosa si dovrebbe e cosa non si dovrebbe fare,ma sarà guidato correttamente dall'impulso. E in tal caso il rapporto tra genitore e figlio sarà armonioso dall'inizio alla fine, senza causare ribellione nel bambino né frustrazione nel genitore. Ma questo richiede da parte del genitore, fin dall'inizio, rispetto per la personalità del bambino – un rispetto che non deve essere semplicemente una questione di principio, morale o intellettuale che sia, ma qualcosa di profondamente sentito con una convinzione quasi mistica, a tal punto da rendere del tutto impossibili possessività e oppressione. Naturalmente, un atteggiamento di questo tipo non è auspicabile solo nei confronti dei bambini: è molto necessario nel matrimonio e anche nell'amicizia, sebbene in quest'ultima sia meno difficile. In un mondo ideale, permeerebbe i rapporti politici tra i gruppi di esseri umani, anche se questa è una speranza così lontana che non è necessario soffermarcisi. Ma per quanto universale sia la necessità di questo tipo di gentilezza, essa è più necessaria che

mai quando si tratta di bambini, a causa della loro indifesa e perché la loro piccola statura e la loro debole forza inducono le anime volgari a disprezzarli.

Ma per tornare ai problemi di cui si occupa questo libro, la piena gioia della genitorialità nel mondo moderno può essere raggiunta solo da coloro che sanno sentire profondamente quell'atteggiamento di rispetto verso il figlio di cui ho parlato. Perché per loro non ci sarà alcun fastidioso freno al loro amore per il potere, né bisogno di temere l'amara disillusione che i genitori dispotici provano quando i loro figli acquisiscono la libertà. E per il genitore che ha questo atteggiamento c'è più gioia nella genitorialità di quanta ne fosse mai stata possibile per il despota nel periodo di massimo splendore del potere genitoriale. Perché l'amore che è stato purificato dalla gentilezza da ogni tendenza alla tirannia può donare una gioia più squisita, più tenera, più capace di trasmutare il metallo vile della vita quotidiana nell'oro puro dell'estasi mistica, di qualsiasi emozione possibile per l'uomo che ancora lotta e si sforza di mantenere il suo predominio in questo mondo scivoloso.

Pur attribuendo grande importanza al sentimento genitoriale, non ne traggo la conclusione, purtroppo fin troppo comune, che le madri debbano fare il più possibile da sole per i propri figli. Esiste una convenzione in merito, che andava benissimo ai tempi in cui non si sapeva nulla sulla cura dei bambini, se non qualche nozione empirica tramandata dalle donne anziane ai più piccoli. Oggi, molti aspetti della cura dei bambini sono gestiti al meglio da

chi ha approfondito un particolare ambito di studio. Per quanto riguarda quella parte della loro educazione che viene definita "istruzione", questo principio è riconosciuto. Non ci si aspetta che una madre insegni il calcolo infinitesimale al figlio, per quanto lo ami. Per quanto concerne l'apprendimento libresco, si riconosce che i bambini possono imparare meglio da chi possiede tale competenza piuttosto che da una madre che non la possiede. Ma per molti altri aspetti della cura dei bambini, questo principio non è riconosciuto, perché l'esperienza necessaria non è ancora stata pienamente compresa. Indubbiamente, alcune cose sono più adatte a essere fatte dalla madre, ma con la crescita del bambino, aumenterà anche il numero di compiti che possono essere affidati a qualcun altro. Se questo principio fosse generalmente riconosciuto, le madri si risparmierebbero un'enorme quantità di lavoro gravoso, perché non rientra nelle loro competenze professionali. Una donna che ha acquisito una qualsiasi competenza professionale dovrebbe, sia per il proprio bene che per quello della comunità, essere libera di continuare a esercitarla nonostante la maternità. Potrebbe non esserle possibile negli ultimi mesi di gravidanza e durante l'allattamento, ma un bambino di oltre nove mesi non dovrebbe rappresentare un ostacolo insormontabile all'attività professionale della madre. Ogni volta che la società richiede a una madre sacrifici per il figlio che vanno oltre ogni ragionevolezza, la madre, se non è di una santità fuori dal comune, si aspetterà dal figlio compensi superiori a quelli che le spettano di diritto. La madre che convenzionalmente viene definita altruista è, nella stragrande

maggioranza dei casi, eccezionalmente egoista nei confronti dei suoi figli, poiché, per quanto importante sia la genitorialità come elemento della vita, non è appagante se viene considerata l'intera esistenza, e il genitore insoddisfatto è probabilmente un genitore emotivamente possessivo. È importante, quindi, tanto nell'interesse dei bambini quanto in quello della madre, che la maternità non la isoli da tutti gli altri interessi e attività. Se ha una vera vocazione per la cura dei bambini e quel livello di conoscenza che le permetterà di prendersi cura adeguatamente dei propri figli, la sua capacità dovrebbe essere utilizzata più ampiamente e dovrebbe essere impegnata professionalmente nella cura di un gruppo di bambini che presumibilmente includerà i suoi. È giusto che i genitori, a condizione che soddisfino i requisiti minimi richiesti dallo Stato, abbiano voce in capitolo su come i loro figli vengono accuditi e da chi,purché non si tratti di persone non qualificate. Ma non dovrebbe esserci alcuna convenzione che imponga a ogni madre di fare da sola ciò che un'altra donna può fare meglio. Le madri che si sentono disorientate e incompetenti di fronte ai propri figli, come accade a molte, non dovrebbero esitare ad affidarli alle cure di donne che hanno l'attitudine per questo compito e hanno ricevuto la formazione necessaria. Non esiste un istinto divino che insegni alle donne cosa sia giusto fare per i propri figli, e la sollecitudine, quando supera un certo limite, è una maschera per la possessività. Molti bambini vengono psicologicamente rovinati da un trattamento ignorante e sentimentale da parte della madre. È sempre stato riconosciuto che non ci si può aspettare molto dai

padri per i propri figli, eppure i figli sono altrettanto propensi ad amare i loro padri quanto le loro madri. In futuro, il rapporto tra madre e figlio dovrà assomigliare sempre più a quello attuale con il padre, se si vuole liberare la vita delle donne da inutili schiavitù e permettere ai bambini di beneficiare delle conoscenze scientifiche che si stanno accumulando in merito alla cura della loro mente e del loro corpo nei primi anni di vita.

Capitolo 14: Lavoro

Stabilire se il lavoro debba essere annoverato tra le cause della felicità o dell'infelicità è forse una questione controversa. Certamente esiste molto lavoro estremamente fastidioso, e un eccesso di lavoro è sempre molto doloroso. Credo, tuttavia, che, a patto che il lavoro non sia eccessivo, anche il più monotono sia per la maggior parte delle persone meno doloroso dell'ozio. Nel lavoro esistono diverse gradazioni, dal semplice sollievo dalla noia fino alle gioie più profonde, a seconda della natura del lavoro e delle capacità di chi lo svolge. Gran parte del lavoro che la maggior parte delle persone deve svolgere non è di per sé interessante, ma anche questo tipo di lavoro presenta alcuni grandi vantaggi. Innanzitutto, occupa molte ore della giornata senza la necessità di decidere cosa fare. La maggior parte delle persone, quando è libera di impiegare il proprio tempo a proprio piacimento, non riesce a pensare a nulla di sufficientemente piacevole da valere la pena di essere fatto. E qualunque cosa scelgano, sono turbate dalla sensazione che qualcos'altro

sarebbe stato più piacevole. Saper impiegare il tempo libero in modo intelligente è l'ultima conquista della civiltà, e al momento pochissime persone hanno raggiunto questo livello. Inoltre, l'esercizio della scelta è di per sé tedioso. Fatta eccezione per chi possiede un'insolita iniziativa, è decisamente piacevole sentirsi dire cosa fare a ogni ora del giorno, purché gli ordini non siano troppo sgradevoli. La maggior parte dei ricchi oziosi soffre una noia indicibile come prezzo della propria libertà dalle fatiche. A volte possono trovare sollievo cacciando grossa selvaggina in Africa o volando intorno al mondo, ma il numero di tali sensazioni è limitato, soprattutto dopo la giovinezza. Di conseguenza, gli uomini ricchi più intelligenti lavorano quasi quanto se fossero poveri, mentre le donne ricche, per lo più, si tengono occupate con innumerevoli futilità della cui importanza epocale sono fermamente convinte.

Il lavoro, dunque, è auspicabile, prima di tutto, come mezzo per prevenire la noia, poiché la noia che un uomo prova quando svolge un lavoro necessario, seppur poco interessante, non è nulla in confronto alla noia che prova quando non ha nulla da fare durante la giornata. A questo vantaggio del lavoro se ne associa un altro, ovvero quello di rendere le vacanze molto più piacevoli quando arrivano. Purché un uomo non debba lavorare così duramente da compromettere il proprio vigore, è probabile che trovi molto più piacere nel suo tempo libero di quanto potrebbe mai trovarne un uomo ozioso.

Il secondo vantaggio della maggior parte del lavoro retribuito e di alcuni lavori non retribuiti è che offre possibilità di successo e opportunità di ambizione. Nella maggior parte dei lavori il successo si misura in base al reddito, e mentre

La nostra società capitalistica continua a evolversi, ed è inevitabile. È solo quando si tratta di lavori di alto livello che questo criterio cessa di essere quello naturale da applicare. Il desiderio degli uomini di aumentare il proprio reddito è tanto un desiderio di successo quanto di agi e comodità che un reddito più elevato può garantire. Per quanto monotono possa essere un lavoro, diventa sopportabile se è un mezzo per costruirsi una reputazione, sia nel mondo in generale che nella propria cerchia ristretta. La continuità di intenti è uno degli ingredienti essenziali della felicità a lungo termine, e per la maggior parte degli uomini questa deriva principalmente dal lavoro. In questo senso, le donne la cui vita è occupata dalle faccende domestiche sono molto meno fortunate degli uomini, o delle donne che lavorano fuori casa. La moglie casalinga non riceve uno stipendio, non ha modo di migliorare la propria condizione, viene data per scontata dal marito (che non vede praticamente nulla di ciò che fa) ed è apprezzata da lui non per il lavoro domestico, ma per altre qualità. Naturalmente, questo non si applica a quelle donne che sono sufficientemente benestanti da potersi permettere case e giardini splendidi e diventare l'invidia dei vicini; ma tali donne sono relativamente poche, e per la grande maggioranza i lavori domestici non possono dare la stessa soddisfazione che altri tipi

di lavoro danno agli uomini e alle donne che svolgono professioni qualificate.

La soddisfazione di impiegare il tempo e di trovare uno sfogo, per quanto modesto, per le proprie ambizioni, è insita nella maggior parte dei lavori ed è sufficiente a rendere, in media, più felice anche un uomo il cui lavoro sia monotono rispetto a un uomo che non ha lavoro. Ma quando il lavoro è interessante, è in grado di offrire una soddisfazione di ben altro livello rispetto al semplice sollievo dalla noia. I tipi di lavoro che suscitano un certo interesse possono essere classificati in una gerarchia. Inizierò con quelli che sono solo moderatamente interessanti e terminerò con quelli degni di assorbire tutte le energie di un grande uomo.

Due elementi principali rendono il lavoro interessante: in primo luogo, l'esercizio di un'abilità, e in secondo luogo, la costruzione.

Ogni uomo che ha acquisito un'abilità insolita si diverte ad esercitarla finché non diventa automatica, o finché non è più in grado di migliorarsi. Questa motivazione all'attività inizia nella prima infanzia: un bambino che riesce a stare a testa in giù diventa riluttante a stare in piedi. Un grande lavoro procura lo stesso piacere che si ricava dai giochi di abilità. Il lavoro di un avvocato o di un politico deve contenere, in una forma più gradevole, gran parte dello stesso piacere che si ricava dal giocare a bridge. Qui, naturalmente, non c'è solo l'esercizio dell'abilità, ma anche la capacità di superare in astuzia un avversario esperto. Anche in assenza di questo elemento competitivo, tuttavia, l'esecuzione di imprese difficili è piacevole. Un uomo che sa fare

acrobazie in aereo trova un piacere così grande da essere disposto a rischiare la vita per questo. Immagino che un chirurgo capace, nonostante le circostanze dolorose in cui svolge il suo lavoro, tragga soddisfazione dalla squisita precisione delle sue operazioni. Lo stesso tipo di piacere, sebbene in forma meno intensa, si ricava da un grande lavoro di natura più umile. Ho persino sentito parlare di idraulici che si divertivano a fare il loro lavoro, sebbene non abbia mai avuto la fortuna di incontrarne uno. Qualsiasi lavoro qualificato può essere piacevole, a patto che l'abilità richiesta sia variabile o suscettibile di miglioramento illimitato. Se queste condizioni mancano, il lavoro cesserà di essere interessante quando una persona avrà raggiunto il massimo delle sue capacità. Un uomo che corre gare di tre miglia smetterà di trovare piacere in questa attività quando supererà l'età in cui può battere il suo record precedente. Fortunatamente, esiste una vasta gamma di lavori in cui nuove circostanze richiedono nuove competenze e una persona può continuare a migliorare, almeno fino alla mezza età. In alcuni tipi di lavoro qualificato, come la politica, ad esempio, sembra che gli uomini diano il meglio di sé tra i sessanta e i settant'anni, perché in tali professioni è essenziale una vasta esperienza con altre persone. Per questo motivo i politici di successo tendono ad essere più felici a settant'anni di qualsiasi altro uomo della stessa età. I loro unici concorrenti in questo senso sono gli uomini che sono a capo delle grandi aziende.

C'è, tuttavia, un altro elemento posseduto dalle opere migliori, che è persino più importante come fonte di felicità dell'esercizio

dell'abilità. Questo è l'elemento costruttivo. In alcune opere, sebbene non nella maggior parte, si costruisce qualcosa che rimane come un monumento una volta completata l'opera. Possiamo distinguere la costruzione dalla distruzione con il seguente criterio. Nella costruzione, la fase iniziale delle cose è relativamente casuale, mentre lo stato finale delle cose incarna uno scopo; nella distruzione accade il contrario: lo stato iniziale delle cose incarna uno scopo, mentre lo stato finale delle cose è casuale, vale a dire, tutto ciò che intende il distruttore è produrre uno stato di cose che non incarna uno scopo preciso. Questo criterio si applica nel caso più letterale e ovvio, vale a dire la costruzione e la distruzione di edifici. Nella costruzione di un edificio si esegue un progetto precedentemente elaborato, mentre nella sua distruzione nessuno decide esattamente come dovranno essere disposti i materiali una volta completata la demolizione. La distruzione è ovviamente necessaria molto spesso come fase preliminare a una successiva costruzione; In tal caso, fa parte di un tutto costruttivo. Ma non di rado un uomo si impegna in attività il cui scopo è distruttivo, senza curarsi di ciò che potrebbe accadere in seguito. Spesso lo nasconde a se stesso, credendo di star solo spazzando via per ricostruire da capo, ma in genere è possibile smascherare questa finzione, quando di finzione si tratta, chiedendogli quale sarà la costruzione successiva. Su questo argomento si scoprirà che parlerà in modo vago e senza entusiasmo, mentre sulla distruzione preliminare ha parlato con precisione e fervore. Questo vale per non pochi rivoluzionari, militaristi e altri apostoli

della violenza. Sono mossi, di solito senza esserne consapevoli, dall'odio; la distruzione di ciò che odiano è il loro vero scopo, e sono relativamente indifferenti alla questione di ciò che verrà dopo. Ora, non posso negare che nell'opera di distruzione, come in quella di costruzione, possa esserci gioia. È una gioia più intensa, forse a tratti persino più feroce, ma meno appagante nel profondo, poiché il risultato finale offre ben poca soddisfazione. Uccidi il tuo nemico e, una volta morto, la tua occupazione svanisce, e la soddisfazione che trai dalla vittoria si dissolve rapidamente. L'opera di costruzione, d'altro canto, una volta completata, è piacevole da contemplare e, inoltre, non è mai così compiuta da non poter più essere ripresa. Gli scopi più appaganti sono quelli che conducono indefinitamente da un successo all'altro, senza mai giungere a un punto morto; e sotto questo aspetto si scoprirà che la costruzione è una fonte di felicità maggiore della distruzione.

Forse sarebbe più corretto dire che coloro che trovano soddisfazione nella costruzione ne traggono maggiore soddisfazione di quanta ne possano trovare gli amanti della distruzione, perché se una volta che si è pervasi dall'odio non si trarrà facilmente dalla costruzione il piacere che un altro uomo ne trarrebbe.

Allo stesso tempo, poche cose sono così efficaci nel curare l'abitudine all'odio come l'opportunità di svolgere un lavoro costruttivo e importante.

La soddisfazione che si ricava dal successo di una grande impresa costruttiva è una delle più grandi che la vita possa offrire, sebbene purtroppo, nelle sue forme più elevate, sia accessibile solo a uomini di eccezionale talento. Nulla può privare un uomo della felicità derivante dal successo di un'opera importante, a meno che non sia la prova che, dopotutto, il suo lavoro fosse scadente. Esistono molteplici forme di tale soddisfazione. L'uomo che, grazie a un sistema di irrigazione, ha fatto fiorire la natura selvaggia come una rosa, ne gode in una delle sue forme più tangibili. La creazione di un'organizzazione può essere un'opera di suprema importanza. Lo è altrettanto l'opera di quei pochi statisti che hanno dedicato la propria vita a creare ordine dal caos, di cui Lenin è l'esempio supremo ai giorni nostri. Gli esempi più evidenti sono gli artisti e gli scienziati.

Shakespeare dice dei suoi versi: "Finché gli uomini potranno respirare, o gli occhi potranno vedere, finché vivrà questo". E non c'è dubbio che quel pensiero lo consolasse per la sua sventura. Nei suoi sonetti sostiene che il pensiero dell'amico lo riconciliò con la vita, ma non posso fare a meno di sospettare che i sonetti che scrisse per l'amico fossero ancora più efficaci a questo scopo dell'amico stesso. I grandi artisti e i grandi scienziati svolgono un lavoro che è di per sé piacevole; mentre lo fanno, si assicurano il rispetto di coloro che meritano rispetto, il che conferisce loro il tipo di potere più fondamentale, ovvero il potere sui pensieri e sui sentimenti degli uomini. Hanno anche le ragioni più solide per avere una buona opinione di sé. Questa combinazione di circostanze fortunate dovrebbe, si potrebbe pensare, essere

sufficiente a rendere felice chiunque. Tuttavia non è così. Michelangelo, ad esempio, era un uomo profondamente infelice e sosteneva (non, ne sono certo, con verità) che non si sarebbe nemmeno preso la briga di produrre opere d'arte se non avesse dovuto pagare i debiti dei suoi parenti indigenti. La capacità di produrre grandi opere d'arte è molto spesso, sebbene non sempre, associata a un'infelicità di carattere così profonda che, se non fosse per la gioia che l'artista trae dal suo lavoro, sarebbe spinto al suicidio. Non possiamo quindi affermare che anche la più grande opera debba necessariamente rendere felice un uomo; possiamo solo affermare che debba renderlo meno infelice. Gli scienziati, tuttavia, sono molto meno spesso infelici di carattere rispetto agli artisti, e in generale coloro che compiono grandi opere scientifiche sono uomini felici, la cui felicità deriva principalmente dal loro lavoro.

Una delle cause dell'infelicità tra gli intellettuali di oggi è che molti di loro, soprattutto quelli con doti letterarie, non trovano l'opportunità di esercitare autonomamente il proprio talento, ma sono costretti a mettersi al servizio di ricche corporazioni dirette da filistei, i quali insistono affinché producano ciò che loro stessi considerano un'assurdità dannosa. Se si chiedesse ai giornalisti, sia in Inghilterra che in America, se credono nella linea editoriale del giornale per cui lavorano, si scoprirebbe, credo, che solo una piccola minoranza la condivide; gli altri, per guadagnarsi da vivere, prostituiscono le proprie capacità a scopi che ritengono dannosi. Un lavoro del genere non può portare alcuna vera soddisfazione, e nel tentativo di accettarlo si diventa così cinici da

non poter più trarre piena soddisfazione da nulla. Non posso condannare gli uomini che intraprendono un lavoro di questo tipo, poiché la fame è un'alternativa troppo grave, ma credo che laddove sia possibile svolgere un lavoro che soddisfi gli impulsi costruttivi di un uomo senza morire completamente di fame, egli farebbe bene, dal punto di vista della propria felicità, a preferirlo a un lavoro molto più remunerativo ma che non gli sembrerebbe valere la pena di essere svolto di per sé. Senza rispetto di sé, la vera felicità è difficilmente possibile.

E l'uomo che si vergogna del proprio lavoro difficilmente potrà raggiungere il rispetto di sé.

La soddisfazione derivante da un lavoro costruttivo, sebbene, allo stato attuale delle cose, possa essere un privilegio di una minoranza, può nondimeno essere un privilegio di una minoranza piuttosto consistente. Chiunque sia padrone del proprio lavoro può provarla; così come chiunque trovi il proprio lavoro utile e che richieda notevoli capacità. Procreare figli sani è un'opera costruttiva impegnativa, capace di offrire una profonda soddisfazione. Qualsiasi donna che abbia raggiunto questo obiettivo può sentire che, grazie al suo lavoro, il mondo contiene qualcosa di prezioso che altrimenti non conterrebbe.

Gli esseri umani differiscono profondamente per quanto riguarda la tendenza a considerare la propria vita come un tutt'uno: per alcuni

Per gli uomini è naturale farlo, ed è essenziale per la felicità poterlo fare con una certa soddisfazione. Per altri, la vita è una serie di eventi scollegati, senza un movimento diretto e senza unità. Credo che i primi abbiano maggiori probabilità di raggiungere la felicità rispetto ai secondi, poiché costruiranno gradualmente quelle circostanze da cui potranno trarre appagamento e rispetto di sé, mentre gli altri saranno sballottati dai venti del caso, ora di qua, ora di là, senza mai giungere a un rifugio. L'abitudine di considerare la vita nella sua interezza è parte essenziale sia della saggezza che della vera moralità, ed è una delle cose che dovrebbero essere incoraggiate nell'educazione. Avere uno scopo coerente non basta a rendere la vita felice, ma è una condizione quasi indispensabile per una vita felice. E la coerenza nello scopo si manifesta principalmente nel lavoro.

Capitolo 15: Interessi impersonali

In questo capitolo intendo considerare non gli interessi principali attorno ai quali si costruisce la vita di un uomo, ma quelli minori che riempiono il suo tempo libero e gli offrono sollievo dalla tensione delle sue preoccupazioni più serie. Nella vita dell'uomo medio, la moglie e i figli, il lavoro e la situazione finanziaria occupano la parte principale dei suoi pensieri ansiosi e seri. Anche se ha relazioni extraconiugali, probabilmente queste non lo interessano profondamente in sé, quanto per i loro possibili effetti sulla sua vita familiare. Gli interessi legati al suo lavoro non li considero, per il momento, impersonali. Uno scienziato, ad

esempio, deve tenersi aggiornato sulla ricerca nel suo campo. Nei confronti di tale ricerca prova il calore e la vivacità tipici di qualcosa di intimamente connesso alla sua carriera, ma se legge di ricerche in un campo scientifico completamente diverso da quello professionale in cui è coinvolto, legge con uno spirito completamente diverso, non professionale, meno critico, più disinteressato. Anche se deve sforzarsi per seguire il discorso, la lettura rimane comunque un momento di relax, perché non è legata ai suoi doveri: se il libro lo interessa, il suo interesse è impersonale, in un senso che non si riscontra nei libri che trattano argomenti di sua competenza. È proprio di questi interessi, che si collocano al di fuori delle attività principali della vita di un uomo, che desidero parlare in questo capitolo.

Una delle cause di infelicità, stanchezza e stress nervoso è l'incapacità di interessarsi a qualsiasi cosa non abbia un'importanza pratica nella propria vita. Di conseguenza, la mente cosciente non trova mai riposo da un certo numero di questioni, ognuna delle quali probabilmente comporta una certa dose di ansia e preoccupazione. Tranne che durante il sonno, alla mente cosciente non è mai concesso di riposare mentre il pensiero subconscio matura gradualmente la sua saggezza. Il risultato è eccitabilità, mancanza di sagacia, irritabilità e perdita del senso delle proporzioni. Tutti questi sono sia cause che effetti della stanchezza. Man mano che una persona si stanca, i suoi interessi esterni svaniscono e, con il loro affievolirsi, perde il sollievo che le procurano, diventando ancora più stanca. Questo circolo vizioso è fin troppo incline a sfociare in un crollo nervoso.

L'aspetto rilassante degli interessi esterni è il fatto che non richiedono alcuna azione. Prendere decisioni ed esercitare la propria volontà è molto faticoso, soprattutto se deve essere fatto in fretta e senza l'aiuto del subconscio. Gli uomini che sentono di dover "dormirci su" prima di prendere una decisione importante sono profondamente

giusto. Ma non è solo nel sonno che il

I processi mentali subconsci possono funzionare. Possono funzionare anche mentre la mente cosciente di una persona è occupata altrove. L'uomo che riesce a dimenticare il lavoro quando è finito e a non ricordarsene fino a quando non ricomincia il giorno dopo, probabilmente svolgerà il suo lavoro molto meglio di colui che se ne preoccupa per tutte le ore intermedie. Ed è molto più facile dimenticare il lavoro quando dovrebbe essere dimenticato se una persona ha molti interessi al di fuori del lavoro che se non ne ha. È tuttavia essenziale che questi interessi non esercitino proprio quelle facoltà che sono state esaurite dal lavoro della giornata. Non dovrebbero implicare volontà e decisioni rapide, non dovrebbero, come il gioco d'azzardo, implicare alcun elemento finanziario e, di norma, non dovrebbero essere così eccitanti da produrre affaticamento emotivo e occupare la mente subconscia oltre a quella cosciente.

Moltissimi svaghi soddisfano tutte queste condizioni. Guardare una partita, andare a teatro, giocare a golf, sono tutti ineccepibili da questo punto di vista. Per un uomo con una propensione alla lettura, leggere al di fuori delle proprie attività professionali è

molto appagante. Per quanto importante possa essere una preoccupazione, non dovrebbe occupare tutte le ore di veglia.

A questo proposito, esiste una grande differenza tra uomini e donne. Gli uomini, in generale, trovano molto più facile dimenticare il lavoro rispetto alle donne. Nel caso delle donne che lavorano in casa, questo è naturale, poiché non hanno la possibilità di cambiare ambiente quando un uomo lascia l'ufficio, un'occasione che le aiuta a ritrovare la giusta disposizione d'animo. Ma se non erro, le donne che lavorano fuori casa si differenziano dagli uomini in questo senso quasi quanto quelle che lavorano da casa. Trovano, cioè, molto difficile interessarsi a qualcosa che non abbia per loro alcuna importanza pratica. I loro obiettivi guidano i loro pensieri e le loro attività, e raramente si lasciano assorbire da interessi del tutto irresponsabili. Non nego, ovviamente, che esistano delle eccezioni, ma mi riferisco a quella che mi sembra la regola generale. In un college femminile, ad esempio, le insegnanti, se non è presente un uomo, parlano di lavoro la sera, mentre in un college maschile gli uomini non lo fanno. Questa caratteristica appare alle donne come un grado di coscienziosità superiore a quello degli uomini, ma non credo che a lungo andare migliori la qualità del loro lavoro. Anzi, tende a generare una certa ristrettezza di vedute che sfocia non di rado in una sorta di fanatismo.

Tutti gli interessi impersonali, oltre alla loro importanza come forma di svago, hanno diverse altre utilità. Innanzitutto, aiutano l'uomo a mantenere il senso delle proporzioni. È molto facile

lasciarsi assorbire dalle proprie attività, dalla propria cerchia, dal proprio tipo di lavoro, al punto da dimenticare quanto piccola sia la parte che rappresenta l'attività umana nel suo complesso e quante cose al mondo siano del tutto indifferenti a ciò che facciamo. Perché ricordarlo? vi chiederete. Ci sono diverse risposte. In primo luogo, è bene avere un'immagine del mondo quanto più veritiera possibile, compatibilmente con le attività necessarie. Ognuno di noi è al mondo per un periodo di tempo relativamente breve e, nei pochi anni della sua vita, deve acquisire tutto ciò che gli resta da sapere su questo strano pianeta e sul suo posto nell'universo. Ignorare le nostre opportunità di conoscenza, per quanto imperfette, è come andare a teatro e non ascoltare la rappresentazione. Il mondo è pieno di cose tragiche o comiche, eroiche o bizzarre o sorprendenti, e chi non si interessa allo spettacolo che offre rinuncia a uno dei privilegi che la vita ci riserva.

D'altra parte, il senso delle proporzioni è molto prezioso e a volte molto consolante. Siamo tutti inclini a entusiasmarci eccessivamente, a stressarci eccessivamente, a impressionarci eccessivamente per l'importanza del piccolo angolo di mondo in cui viviamo e del breve istante che intercorre tra la nostra nascita e la nostra morte. In questa eccitazione e sovrastima della nostra importanza non c'è nulla di auspicabile. Certo, può spingerci a lavorare di più, ma non ci farà lavorare meglio. Un po' di lavoro finalizzato a un buon fine è meglio di molto lavoro finalizzato a un cattivo fine, sebbene gli apostoli della vita strenua sembrino pensarla diversamente. Coloro che tengono molto al proprio

lavoro corrono sempre il rischio di cadere nel fanatismo, che consiste essenzialmente nel ricordare una o due cose desiderabili dimenticando tutto il resto, e nel supporre che, nel perseguire queste due cose, qualsiasi danno incidentale di altro genere sia di scarsa importanza. Contro questo spirito fanatico non c'è profilattico migliore di una visione ampia della vita umana e del suo posto nell'universo. Potrebbe sembrare un'affermazione di grande importanza da fare in un contesto simile; ma, a prescindere da questo specifico utilizzo, si tratta di un elemento di grande valore in sé.

Uno dei difetti dell'istruzione superiore moderna è che si è concentrata troppo sull'acquisizione di determinate competenze e troppo poco sull'ampliamento della mente e del cuore attraverso un'analisi imparziale del mondo. Ci si immerge, per esempio, in una competizione politica e ci si impegna a fondo per la vittoria del proprio partito. Fin qui tutto bene. Ma può accadere, nel corso della competizione, che si presenti un'opportunità di vittoria che implichi l'uso di metodi volti ad alimentare l'odio, la violenza e il sospetto nel mondo. Ad esempio, si può scoprire che la strada migliore per la vittoria è insultare una nazione straniera. Se la propria prospettiva mentale è limitata al presente, o se si è interiorizzata la dottrina secondo cui l'unica cosa che conta è l'efficienza, si adotteranno mezzi così discutibili. Attraverso di essi si otterrà la vittoria nel proprio obiettivo immediato, mentre le conseguenze a lungo termine potrebbero essere disastrose. Se, d'altra parte, avete come parte integrante del vostro immaginario i secoli passati dell'uomo, la sua lenta e parziale emersione dalla

barbarie e la brevità della sua intera esistenza in confronto a epoche astronomiche – se, dico, tali pensieri hanno plasmato i vostri sentimenti abituali – vi renderete conto che la battaglia momentanea in cui siete impegnati non può essere così importante da rischiare un passo indietro verso le tenebre da cui siamo lentamente emersi. Anzi, se subirete una sconfitta nel vostro obiettivo immediato, sarete sostenuti dallo stesso senso di momentaneità che vi ha reso restii ad adottare armi degradanti. Avrete, al di là delle vostre attività immediate, scopi lontani e che si dispiegheranno lentamente, in cui non sarete individui isolati ma parte del grande esercito di coloro che hanno guidato l'umanità verso un'esistenza civilizzata. Se avrete raggiunto questa prospettiva, una certa profonda felicità non vi abbandonerà mai, qualunque sia il vostro destino personale. La vita diventerà una comunione con i grandi di tutte le epoche e la morte personale non più di un incidente trascurabile.

Se avessi il potere di organizzare l'istruzione superiore come vorrei, cercherei di sostituire le vecchie religioni ortodosse – che attraggono pochi giovani, e di solito i meno intelligenti e i più oscurantisti – con qualcosa che forse difficilmente si può definire religione, dato che si tratta semplicemente di focalizzare l'attenzione su fatti ben accertati. Cercherei di rendere i giovani vividamente consapevoli del passato, facendo loro comprendere che il futuro dell'uomo sarà con ogni probabilità incommensurabilmente più lungo del suo passato, profondamente consapevoli della piccolezza del pianeta su cui viviamo e del fatto che la vita su questo pianeta è solo un evento

temporaneo; e allo stesso tempo, insieme a questi fatti che tendono a sottolineare l'insignificanza dell'individuo, presenterei un altro insieme di fatti, volti a imprimere nella mente dei giovani la grandezza di cui l'individuo è capace e la consapevolezza che in tutte le profondità dello spazio stellare non conosciamo nulla di pari valore. Spinoza scrisse molto tempo fa della schiavitù e della libertà umana; La sua forma e il suo linguaggio rendono il suo pensiero difficilmente accessibile a chiunque non sia uno studioso di filosofia, ma l'essenza di ciò che desidero trasmettere non differisce molto da quanto ha affermato.

Un uomo che ha percepito, anche solo temporaneamente e per breve tempo, ciò che rende grande l'animo, non può più essere felice se si lascia andare alla meschinità, all'egoismo, al turbamento per futili sventure, al timore di ciò che il destino gli riserva. L'uomo capace di grandezza d'animo spalancherà le finestre della sua mente, lasciando che i venti vi soffino liberamente da ogni angolo dell'universo. Vedrà se stesso, la vita e il mondo con la verità che i nostri limiti umani ci consentono; comprendendo la brevità e la piccolezza della vita umana, si renderà conto anche che nelle menti individuali si concentra tutto ciò che di valore contiene l'universo conosciuto. E vedrà che l'uomo la cui mente rispecchia il mondo diventa, in un certo senso, grande quanto il mondo stesso. Liberatosi dalle paure che affliggono lo schiavo delle circostanze, sperimenterà una gioia profonda e, attraverso tutte le vicissitudini della sua vita esteriore, rimarrà nel profondo del suo essere un uomo felice.

Lasciando da parte queste ampie speculazioni e tornando al nostro argomento più immediato, ovvero il valore degli interessi impersonali, c'è un'altra considerazione che li rende un grande aiuto per la felicità. Anche nelle vite più fortunate ci sono momenti in cui le cose vanno male. Pochi uomini, a parte i celibi, non hanno mai litigato con le proprie mogli; pochi genitori non hanno provato una profonda ansia per la malattia dei figli; pochi imprenditori non hanno mai attraversato periodi di difficoltà finanziarie; pochi professionisti non hanno conosciuto momenti in cui il fallimento sembrava imminente. In questi momenti, la capacità di interessarsi a qualcosa al di fuori della causa dell'ansia è un immenso vantaggio. In questi momenti, quando nonostante l'ansia non c'è nulla da fare al momento, qualcuno giocherà a scacchi, un altro leggerà romanzi gialli, un terzo si immergerà nell'astronomia divulgativa, un quarto si consolerà leggendo degli scavi di Ur dei Caldei. Ognuno di questi quattro individui agisce saggiamente, mentre chi non fa nulla per distrarsi e lascia che i propri problemi prendano il sopravvento si comporta in modo sconsiderato, rendendosi meno capace di affrontare le difficoltà quando arriverà il momento di agire. Considerazioni molto simili si applicano a dolori irreparabili come la morte di una persona profondamente amata. Non giova a nessuno lasciarsi sopraffare dal dolore in un'occasione simile. Il dolore è inevitabile e va messo in conto, ma si dovrebbe fare tutto il possibile per minimizzarlo. È pura sentimentalismo mirare, come fanno alcuni, a estrarre fino all'ultima goccia di sofferenza dalla disgrazia. Non nego, ovviamente, che un uomo possa essere distrutto dal dolore,

ma affermo che ognuno dovrebbe fare del suo meglio per sfuggire a questo destino e cercare qualsiasi distrazione, per quanto banale, purché non sia di per sé dannosa o degradante. Tra ciò che considero dannoso e degradante includo cose come l'ubriachezza e le droghe, il cui scopo è distruggere il pensiero, almeno temporaneamente. La strada giusta non è distruggere il pensiero, ma incanalarlo in nuove direzioni, o comunque in direzioni lontane dalla sventura presente. È difficile farlo se la vita fino ad ora si è concentrata su pochissimi interessi e questi pochi sono ora pervasi dal dolore. Per sopportare bene la sventura quando arriva, è saggio aver coltivato, in tempi più felici, una certa ampiezza di interessi, in modo che la mente possa trovare predisposto un luogo tranquillo che suggerisca associazioni ed emozioni diverse da quelle che rendono difficile sopportare il presente.

Un uomo dotato di sufficiente vitalità e entusiasmo supererà ogni avversità grazie alla nascita, dopo ogni colpo, di un interesse per la vita e per il mondo che non si restringe al punto da rendere fatale una singola perdita. Essere sconfitti da una o più perdite non è motivo di ammirazione come prova di sensibilità, ma di deplorazione come segno di mancanza di vitalità. Tutti i nostri affetti sono alla mercé della morte, che può colpire in qualsiasi momento coloro che amiamo. È quindi necessario che la nostra vita non abbia quell'intensità ristretta che pone l'intero significato e scopo della nostra esistenza in balia del caso. Per tutte queste ragioni, l'uomo che persegue la felicità con saggezza mirerà al possesso di una serie di interessi secondari, oltre a quelli centrali

su cui si fonda la sua vita.

Capitolo 16: Sforzo e rassegnazione

La via di mezzo aurea è una dottrina poco interessante, e ricordo che da giovane la rifiutavo con disprezzo e indignazione, poiché a quei tempi ammiravo gli estremi eroici. La verità, tuttavia, non è sempre interessante, e molte cose vengono credute proprio perché sono interessanti, sebbene in realtà vi siano poche altre prove a loro favore. La via di mezzo aurea ne è un esempio: può essere una dottrina poco interessante, ma in moltissimi casi è vera.

Un aspetto in cui è necessario preservare la via di mezzo è quello dell'equilibrio tra impegno e rassegnazione. Entrambe le dottrine hanno avuto sostenitori estremisti. La dottrina della rassegnazione è stata predicata da santi e mistici; la dottrina dell'impegno da esperti di efficienza e cristiani "muscolosi". Ciascuna di queste scuole di pensiero opposte ha contenuto una parte della verità, ma non la totalità. In questo capitolo intendo cercare di trovare un equilibrio, e inizierò con le argomentazioni a favore dell'impegno.

La felicità non è, salvo rarissimi casi, qualcosa che cade in bocca, come un frutto maturo, per il semplice effetto di circostanze fortunate. Per questo ho intitolato questo libro "La conquista della felicità". Perché in un mondo così pieno di sventure evitabili e inevitabili, di malattie e tormenti psicologici, di lotte, povertà e

rancore, l'uomo o la donna che aspira alla felicità deve trovare il modo di affrontare le molteplici cause di infelicità che affliggono ogni individuo. In alcuni rari casi non è richiesto alcuno sforzo. Un uomo di indole tranquilla e bonaria, che eredita una cospicua fortuna e gode di buona salute e gusti semplici, può trascorrere la vita serenamente e chiedersi a cosa serva tutto questo trambusto; una bella donna di indole indolente, se per caso sposa un uomo benestante che non le richiede alcuno sforzo, e se dopo il matrimonio non le dispiace ingrassare, può ugualmente godere di una certa pigra comodità, a patto che abbia fortuna con i figli. Ma questi casi sono eccezionali. La maggior parte delle persone non è ricca; molte non nascono di buon carattere; molte nutrono passioni irrequiete che rendono una vita tranquilla e ordinata intollerabilmente noiosa; la salute è una benedizione che nessuno può essere certo di conservare; il matrimonio non è invariabilmente fonte di felicità. Per tutte queste ragioni, la felicità deve essere, per la maggior parte degli uomini e delle donne, una conquista piuttosto che un dono degli dei, e in questa conquista lo sforzo, sia interiore che esteriore, deve giocare un ruolo fondamentale. Lo sforzo interiore può includere la necessaria rassegnazione; per ora, quindi, consideriamo solo lo sforzo esteriore.

Nel caso di qualsiasi persona, uomo o donna che sia, che debba lavorare per vivere, la necessità di impegno in tal senso è fin troppo ovvia per aver bisogno di essere sottolineata. Il fachiro indiano, è vero, può guadagnarsi da vivere senza sforzo semplicemente offrendo una ciotola per l'elemosina ai fedeli, ma

nei paesi occidentali le autorità non vedono di buon occhio questo metodo di sostentamento. Inoltre, il clima rende la situazione meno piacevole rispetto ai paesi più caldi e secchi: d'inverno, in ogni caso, poche persone sono così pigre da preferire l'ozio all'aria aperta al lavoro in ambienti riscaldati. La sola rassegnazione, quindi, non è in Occidente una delle vie per la fortuna.

Per una percentuale molto elevata di uomini nei paesi occidentali, la felicità non si limita al mero sostentamento, poiché desiderano la sensazione di successo. In alcune professioni, come ad esempio la ricerca scientifica, questa sensazione può essere raggiunta anche da uomini con redditi modesti, ma nella maggior parte delle professioni il reddito è diventato il metro di misura del successo. A questo punto tocchiamo un argomento per il quale, nella maggior parte dei casi, è auspicabile un pizzico di rassegnazione, poiché in un mondo competitivo il successo eclatante è alla portata solo di una minoranza.

Il matrimonio è una questione per la quale lo sforzo può essere necessario o meno, a seconda delle circostanze. Laddove un sesso è in minoranza, come gli uomini in Inghilterra e le donne in Australia, i membri di quel sesso, di norma, non necessitano di grandi sforzi per sposarsi, se lo desiderano. Per i membri del sesso che è in maggioranza, invece, accade il contrario. La quantità di impegno e riflessione profusa in tal senso dalle donne, laddove sono in maggioranza, è evidente a chiunque esamini gli annunci sulle riviste femminili. Gli uomini, laddove sono in

maggioranza, spesso adottano metodi più rapidi, come l'abilità con la rivoltella. Ciò è naturale, poiché la maggioranza maschile si verifica più frequentemente ai margini della civiltà. Non so cosa farebbero gli uomini se una pestilenza discriminante li rendesse la maggioranza in Inghilterra; potrebbero dover tornare ai costumi dei galanti di un'epoca passata.

L'impegno necessario per crescere dei figli con successo è talmente evidente che probabilmente nessuno lo negherebbe. I Paesi che credono nella rassegnazione e in quella che viene erroneamente definita una visione "spirituale" della vita sono Paesi con un'elevata mortalità infantile. Medicina, igiene, asepsi, un'alimentazione adeguata, sono cose che non si ottengono senza preoccupazioni concrete; richiedono energia e intelligenza indirizzate verso l'ambiente materiale. Chi crede che la materia sia un'illusione è incline a pensare lo stesso della sporcizia, e così facendo, a causare la morte dei propri figli.

In termini più generali, si può affermare che una qualche forma di potere costituisce l'obiettivo normale e legittimo di ogni persona i cui desideri naturali non siano atrofizzati. Il tipo di potere che un uomo desidera dipende dalle sue passioni predominanti: uno desidera il potere sulle azioni degli altri, un altro sui loro pensieri, un terzo sulle loro emozioni. Uno desidera cambiare l'ambiente materiale, un altro desidera il senso di potere che deriva dalla padronanza intellettuale. Ogni tipo di opera pubblica implica il desiderio di una qualche forma di potere, a meno che non sia intrapresa unicamente allo scopo di arricchirsi con la corruzione.

L'uomo mosso da una sofferenza puramente altruistica causata dallo spettacolo della miseria umana, se la sua sofferenza è genuina, desidererà il potere per alleviarla. L'unico uomo totalmente indifferente al potere

L'uomo è totalmente indifferente ai suoi simili. Una qualche forma di desiderio di potere deve quindi essere accettata come parte integrante del bagaglio di quegli uomini dai quali si può formare una buona comunità. E ogni forma di desiderio di potere implica, finché non viene frustrata, una corrispondente forma di sforzo. Alla mentalità occidentale questa conclusione può sembrare ovvia, ma non sono pochi nei paesi occidentali che flirtano con quella che viene chiamata "la saggezza dell'Oriente" proprio nel momento in cui l'Oriente la sta abbandonando. A loro forse ciò che abbiamo detto può apparire discutibile, e se così fosse, "vale la pena dirlo".

Anche la rassegnazione, tuttavia, ha un ruolo da svolgere nella conquista della felicità, e non è meno essenziale di quella svolta dall'impegno. L'uomo saggio, pur non volendo rimanere inerte di fronte a sventure evitabili, non sprecherà tempo ed energie emotive per quelle inevitabili, e persino a quelle di per sé evitabili si sottometterà se il tempo e la fatica necessari per evitarle interferirebbero con il perseguimento di un obiettivo più importante.

Molte persone si agitano o si infuriano per ogni piccola cosa che va storta, sprecando così molta energia che potrebbe essere impiegata in modo più utile. Anche nel perseguimento di obiettivi

veramente importanti, è imprudente lasciarsi coinvolgere emotivamente a tal punto che il pensiero di un possibile fallimento diventi una minaccia costante alla tranquillità. Il cristianesimo insegnava la sottomissione alla volontà di Dio, e anche per coloro che non possono accettare questa terminologia, qualcosa di simile dovrebbe permeare tutte le loro attività. L'efficienza in un compito pratico non è proporzionale all'emozione che vi mettiamo; anzi, a volte l'emozione è un ostacolo all'efficienza. L'atteggiamento richiesto è quello di fare del proprio meglio lasciando il risultato al destino. La rassegnazione è di due tipi: una radicata nella disperazione, l'altra in una speranza invincibile. La prima è cattiva; la seconda è buona. L'uomo che ha subito una sconfitta così fondamentale da aver rinunciato alla speranza di un risultato serio può imparare la rassegnazione della disperazione e, se lo fa, abbandonerà ogni attività seria. Può camuffare la sua disperazione

Frasi religiose, o la dottrina secondo cui la contemplazione è il vero fine dell'uomo, ma qualunque maschera egli adotti per nascondere la sua sconfitta interiore, rimarrà essenzialmente inutile e fondamentalmente infelice. L'uomo la cui rassegnazione si basa su una speranza invincibile agisce in modo completamente diverso. La speranza che deve essere invincibile deve essere grande e impersonale. Qualunque siano le mie attività personali, posso essere sconfitto dalla morte o da certe malattie; posso essere sopraffatto dai miei nemici; posso scoprire di aver intrapreso una strada imprudente che non può portare al successo. In mille modi il fallimento delle speranze puramente

personali può essere inevitabile, ma se gli obiettivi personali sono stati parte di speranze più grandi per l'umanità, non c'è la stessa totale sconfitta quando arriva il fallimento. Lo scienziato che desidera fare grandi scoperte personalmente può non riuscirci, o può dover abbandonare il suo lavoro a causa di un colpo alla testa, ma se desidera profondamente il progresso della scienza e non solo il suo contributo personale a questo obiettivo, non proverà la stessa disperazione che proverebbe un uomo la cui ricerca avesse motivazioni puramente egoistiche.

Chi si impegna per una riforma tanto necessaria potrebbe vedere tutti i suoi sforzi vanificati da una guerra e potrebbe essere costretto a rendersi conto che ciò per cui ha lavorato non si realizzerà durante la sua vita. Ma per questo non deve cadere nella disperazione più totale, a patto che sia interessato al futuro dell'umanità al di là della propria partecipazione ad esso.

I casi che abbiamo preso in esame sono quelli in cui la rassegnazione è più difficile; ve ne sono molti altri in cui è molto più facile. Si tratta dei casi in cui solo gli scopi secondari subiscono un rallentamento, mentre gli scopi principali della vita continuano a offrire una prospettiva di successo. Un uomo, ad esempio, impegnato in un lavoro importante, mostra una mancanza di quella auspicabile rassegnazione se è distratto dall'infelicità coniugale; se il suo lavoro lo assorbe veramente, dovrebbe considerare tali problemi incidentali come si considera una giornata di pioggia, vale a dire, come un fastidio per il quale sarebbe sciocco fare storie.

Alcune persone non riescono a sopportare con pazienza nemmeno i piccoli fastidi che, se glielo permettiamo, costituiscono una parte considerevole della loro vita. Si infuriano se perdono un treno, si scatenano se la cena è cucinata male, si disperano se dal camino emettono fumo e giurano vendetta contro l'intero sistema industriale se i loro vestiti non tornano dalla lavanderia a vapore. L'energia che queste persone sprecano in problemi insignificanti sarebbe sufficiente, se impiegata con più saggezza, a costruire e distruggere imperi. L'uomo saggio non nota la polvere che la domestica non ha spolverato, la patata che il cuoco non ha cotto e la fuliggine che lo spazzacamino non ha spazzato via. Non intendo dire che non prenda provvedimenti per rimediare a questi problemi, a patto che abbia tempo per farlo; intendo solo che li affronti senza emozioni. Preoccupazione, agitazione e irritazione sono emozioni che non servono a nulla. Coloro che li sentono intensamente potrebbero affermare di non essere in grado di superarli, e non sono sicuro che possano essere superati se non attraverso quella fondamentale rassegnazione di cui abbiamo parlato prima. Lo stesso tipo di concentrazione su grandi speranze impersonali che permette a un uomo di sopportare un fallimento personale nel lavoro, o le difficoltà di un matrimonio infelice, gli consentirà anche di essere paziente quando perde un treno o fa cadere l'ombrello nel fango. Se ha un carattere irritabile, non sono sicuro che qualcosa di meno di questo possa guarirlo.

L'uomo che si è liberato dal regno delle preoccupazioni troverà la vita molto più allegra di quanto non lo fosse prima, quando era

perennemente irritato. Le idiosincrasie personali dei conoscenti, che un tempo gli facevano venire voglia di urlare, ora gli sembreranno semplicemente divertenti. Quando il signor A. racconta per la trecentoquarantasettesima volta l'aneddoto del Vescovo della Terra del Fuoco, si diverte a constatarne il punteggio e non sente alcuna inclinazione a tentare una vana diversione con un aneddoto personale. Quando gli si rompe un laccio di scarpe proprio mentre ha fretta di prendere un treno di prima mattina, riflette, dopo le dovute imprecazioni, che nella storia del cosmo l'evento in questione non ha poi molta importanza. Quando viene interrotto in una proposta di matrimonio dalla visita di un vicino noioso, considera che tutta l'umanità è stata soggetta alla disgrazia, ad eccezione di Adamo, e che persino lui ha avuto i suoi problemi. Non c'è limite a ciò che si può fare per trovare consolazione dalle piccole disgrazie per mezzo di analogie bizzarre e paragoni singolari. Suppongo che ogni uomo o donna civilizzata abbia una propria immagine di sé e si infastidisca quando accade qualcosa che sembra rovinarla. La cura migliore è avere non solo un'immagine, ma un'intera galleria, e scegliere quella più appropriata all'episodio in questione. Se alcuni dei ritratti sono un po' ridicoli, tanto meglio; non è saggio vedersi tutto il giorno come un eroe di una grande tragedia. Non suggerisco che ci si debba vedere sempre come un pagliaccio in una commedia, perché chi lo fa è ancora più irritante; ci vuole un po' di tatto nello scegliere un ruolo adatto alla situazione. Certo, se riuscite a dimenticarvi di voi stessi e a non recitare affatto una parte, è ammirevole. Ma se recitare una parte è diventata una

seconda natura, considerate che recitate in un repertorio, ed evitate così la monotonia.

Molte persone attive sono convinte che il minimo accenno di rassegnazione, il più flebile barlume di umorismo, distruggerebbe l'energia con cui svolgono il loro lavoro e la determinazione con cui, a loro dire, raggiungono il successo. Queste persone, a mio parere, si sbagliano. Un lavoro che vale la pena di essere fatto può essere svolto anche da chi non si illude né sulla sua importanza né sulla facilità con cui può essere eseguito. Chi riesce a svolgere il proprio lavoro solo se sostenuto dall'autoinganno farebbe meglio a seguire prima un corso per imparare ad accettare la verità, prima di proseguire la propria carriera, poiché prima o poi il bisogno di essere alimentati da miti renderà il loro lavoro dannoso anziché benefico. È meglio non fare nulla che fare del male. Metà del lavoro utile al mondo consiste nel combattere il lavoro dannoso. Un po' di tempo dedicato ad apprendere ad apprezzare i fatti non è tempo sprecato, e il lavoro che ne deriverà avrà molte meno probabilità di essere dannoso rispetto a quello svolto da chi ha bisogno di una continua gratificazione del proprio ego come stimolo per la propria energia. Accettare la verità su noi stessi implica una certa forma di rassegnazione; questa, sebbene possa comportare dolore nei primi momenti, offre in definitiva una protezione – anzi, l'unica protezione possibile – contro le delusioni e le disillusioni a cui è soggetto chi si autoinganna. Nulla è più estenuante né, a lungo andare, più esasperante dello sforzo quotidiano di credere a cose che ogni giorno diventano più incredibili. Liberarsi di questo sforzo è una condizione

indispensabile per una felicità sicura e duratura.

Capitolo 17: L'uomo felice

La felicità, come è evidente, dipende in parte dalle circostanze esterne e in parte da se stessi. In questo volume ci siamo occupati della parte che dipende da se stessi e siamo giunti alla conclusione che, per quanto riguarda questa parte, la ricetta per la felicità è molto semplice. Molti, tra cui credo si debba includere il signor Krutch, di cui abbiamo parlato in un capitolo precedente, pensano che la felicità sia impossibile senza un credo di natura più o meno religiosa. Molti infelici credono che le loro sofferenze abbiano origini complesse e altamente intellettualizzate. Io non credo che queste siano le vere cause della felicità o dell'infelicità; penso che siano solo sintomi. L'uomo infelice, di norma, adotterà un credo infelice, mentre l'uomo felice adotterà un credo felice; ognuno può attribuire la propria felicità o infelicità alle proprie convinzioni, mentre la vera causa è l'opposto. Alcune cose sono indispensabili alla felicità della maggior parte degli uomini, ma sono cose semplici: cibo e riparo, salute, amore, un lavoro appagante e il rispetto della propria famiglia. Per alcune persone anche la genitorialità è essenziale. Laddove queste cose mancano, solo l'uomo eccezionale può raggiungere la felicità, ma laddove ne gode, o può essere ottenuta con uno sforzo ben indirizzato, l'uomo che è ancora infelice soffre di qualche disadattamento psicologico che, se molto grave, può richiedere l'intervento di uno psichiatra, ma che nei casi ordinari può essere

curato dal paziente stesso, a patto che affronti la questione nel modo giusto. Laddove le circostanze esterne non siano decisamente sfavorevoli, un uomo dovrebbe essere in grado di raggiungere la felicità, a condizione che le sue passioni e i suoi interessi siano rivolti verso l'esterno, non verso l'interno. Il nostro impegno dovrebbe quindi essere, sia nell'educazione che nel tentativo di adattarci al mondo, mirare a evitare le passioni egocentriche e ad acquisire quegli affetti e quegli interessi che impediranno ai nostri pensieri di soffermarsi perennemente su noi stessi. Non è nella natura della maggior parte degli uomini essere felici in una prigione, e le passioni che ci rinchiudono in noi stessi costituiscono una delle peggiori forme di prigione. Tra queste passioni, alcune delle più comuni sono la paura, l'invidia, il senso di peccato, l'autocommiserazione e l'autoammirazione. In tutte queste i nostri desideri sono incentrati su noi stessi: non c'è un vero interesse per il mondo esterno, ma solo la preoccupazione che esso possa in qualche modo danneggiarci o non alimentare il nostro ego. La paura è la ragione principale per cui gli uomini sono così restii ad ammettere i fatti e così ansiosi di avvolgersi in un caldo manto di mito. Ma le spine lacerano il caldo manto e i venti gelidi penetrano attraverso gli squarci, e l'uomo che si è abituato al suo calore soffre molto di più per questi venti di un uomo che si è indurito ad essi fin dall'inizio. Inoltre, coloro che ingannano se stessi generalmente sanno in fondo di farlo,e vivono in uno stato di apprensione, temendo che qualche evento spiacevole possa costringerli a prendere decisioni sgradite.

Che cosa può fare, dunque, un uomo infelice perché chiuso in se stesso? Finché continua a pensare alle cause della sua infelicità, rimane egocentrico e quindi non esce dal circolo vizioso; se vuole uscirne, deve farlo per interessi autentici, non per interessi simulati adottati semplicemente come rimedio. Sebbene questa difficoltà sia reale, c'è comunque molto che può fare se ha diagnosticato correttamente il suo problema. Se, ad esempio, il suo problema è dovuto a un senso di peccato, conscio o inconscio, può prima convincere la sua mente cosciente di non avere motivo di sentirsi peccatore, e poi procedere, con il tipo di tecnica che abbiamo considerato nei capitoli precedenti, a impiantare questa convinzione razionale nella sua mente inconscia, dedicandosi nel frattempo a un'attività più o meno neutra. Se riesce a dissipare il senso di peccato, è probabile che sorgeranno spontaneamente interessi genuinamente oggettivi. Se il suo problema è l'autocommiserazione, può affrontarla allo stesso modo dopo essersi prima convinto che non c'è nulla di straordinariamente sfortunato nelle sue circostanze. Se il suo problema è la paura, che pratichi esercizi volti a infondere coraggio. Il coraggio in guerra è stato riconosciuto fin dall'antichità come una virtù importante, e gran parte dell'addestramento di ragazzi e giovani uomini è stato dedicato a formare un tipo di carattere capace di impavidità in battaglia. Ma il coraggio morale e il coraggio intellettuale sono stati studiati molto meno; anche questi, tuttavia, hanno la loro tecnica. Ammetti a te stesso ogni giorno almeno una verità dolorosa; scoprirai che è altrettanto utile quanto la gentilezza quotidiana dello scout. Impara a sentire che

la vita varrebbe comunque la pena di essere vissuta anche se non lo fossi, come ovviamente lo sei, incommensurabilmente.

Superiore a tutti i tuoi amici per virtù e intelligenza. Esercizi di questo tipo, protratti per diversi anni, ti permetteranno infine di ammettere i fatti senza esitare e, così facendo, ti libereranno dal dominio della paura su un campo molto vasto.

Quali saranno gli interessi oggettivi che sorgeranno in te una volta superata la malattia dell'egocentrismo, è qualcosa che va lasciato al funzionamento spontaneo della tua natura e delle circostanze esterne. Non dirti in anticipo: "Sarei felice se potessi dedicarmi completamente al collezionismo di francobolli" e non metterti subito all'opera per collezionarli, perché potrebbe benissimo accadere che tu non trovi affatto interessante il collezionismo di francobolli. Solo ciò che ti interessa veramente può esserti utile, ma puoi essere abbastanza sicuro che autentici interessi oggettivi nasceranno non appena avrai imparato a non essere immerso in te stesso.

La vita felice è, in misura straordinaria, la stessa cosa della vita buona. I moralisti di professione hanno dato troppa importanza all'abnegazione, e così facendo hanno posto l'accento nel posto sbagliato. L'abnegazione consapevole rende l'uomo egocentrico e vividamente consapevole di ciò che ha sacrificato; di conseguenza, spesso fallisce nel suo obiettivo immediato e quasi sempre nel suo scopo ultimo. Ciò che serve non è l'abnegazione, ma quel tipo di orientamento dell'interesse verso l'esterno che conduca spontaneamente e naturalmente agli stessi atti che una

persona assorta nella ricerca della propria virtù potrebbe compiere solo mediante un'abnegazione consapevole. In questo libro ho scritto come un edonista, vale a dire come uno che considera la felicità come il bene, ma gli atti da raccomandare dal punto di vista dell'edonista sono nel complesso gli stessi di quelli raccomandati dal moralista assennato. Il moralista, tuttavia, è troppo incline, sebbene ciò non sia ovviamente universalmente vero, a enfatizzare l'atto piuttosto che lo stato d'animo. Gli effetti di un'azione sull'individuo variano notevolmente a seconda del suo stato d'animo in quel momento. Se vedi un bambino che sta annegando e lo salvi spinto da un impulso immediato ad aiutarlo, non ne uscirai moralmente peggiore. Se, al contrario, ti dici: "È virtù soccorrere chi è indifeso, e desidero essere un uomo virtuoso, quindi devo salvare questo bambino", sarai una persona persino peggiore di prima. Ciò che vale in questo caso estremo vale anche in molti altri casi meno evidenti.

Esiste un'altra differenza, un po' più sottile, tra l'atteggiamento verso la vita che ho raccomandato e quello raccomandato dai moralisti tradizionali. Il moralista tradizionale, ad esempio, dirà che l'amore dovrebbe essere altruistico.

In un certo senso ha ragione, vale a dire che non dovrebbe essere egoistico oltre un certo limite, ma dovrebbe indubbiamente essere di tale natura che la propria felicità sia legata al suo successo. Se un uomo invitasse una donna a sposarlo perché desidera ardentemente la sua felicità e al tempo stesso ritiene che lei gli offrirebbe opportunità ideali di abnegazione, credo che

si possa dubitare che lei ne sarebbe del tutto contenta. Indubbiamente dovremmo desiderare la felicità di coloro che amiamo, ma non come alternativa alla nostra. In realtà, tutta l'antitesi tra sé e il resto del mondo, implicita nella dottrina dell'abnegazione, scompare non appena sviluppiamo un autentico interesse per persone o cose al di fuori di noi stessi. Attraverso tali interessi, l'uomo arriva a sentirsi parte del flusso della vita, non un'entità rigida e separata come una palla da biliardo, che non può avere alcuna relazione con altre entità simili se non quella della collisione. Ogni infelicità dipende da una qualche forma di disintegrazione o mancanza di integrazione; Si verifica una disgregazione all'interno del sé a causa della mancanza di coordinamento tra la mente conscia e quella inconscia; si verifica una mancanza di integrazione tra il sé e la società laddove i due non sono uniti dalla forza di interessi e affetti oggettivi. L'uomo felice è colui che non soffre di nessuna di queste mancanze di unità, la cui personalità non è divisa contro se stessa né contrapposta al mondo. Un uomo simile si sente cittadino dell'universo, godendo liberamente dello spettacolo che esso offre e delle gioie che esso procura, non turbato dal pensiero della morte perché non si sente realmente separato da coloro che verranno dopo di lui. È in questa profonda unione istintiva con il flusso della vita che si trova la gioia più grande.