

# Antonio Polito

# Prove tecniche di resurrezione

Come riprendersi la propria vita



Nella vita di ciascuno di noi puntualmente arriva, in forma di vera e propria crisi o di semplice verifica, quello che riconosciamo come un giro di boa. Può succedere a qualsiasi età e per le più svariate ragioni, come quando guardandoci allo specchio notiamo per la prima volta qualcosa che ci sconvolge o l'immagine riflessa non corrisponde più all'essere pieno di energia che sentiamo dentro. Come uscirne senza ricorrere alla fuga dalla carriera, alle avventure mistiche, all'edonismo e a tutto il catalogo di soluzioni che immancabilmente si rivelano illusorie?

Alternando racconto autobiografico e viaggio tra le questioni del nostro tempo, Antonio Polito ci guida alla scoperta di una di quelle fasi in cui avvertiamo un improvviso bisogno di sobrietà, di «fare pulizia» e alleggerirci dai pesi inutili, applicando del sano senso pratico al nostro bagaglio di vissuti e di valori. Una metamorfosi che ha mille facce: riguarda l'essere figli e genitori, la dimensione amorosa, il rapporto con la tecnologia, l'idea della morte, la politica e la responsabilità, la riscoperta del corpo e del piacere.

Mentre rivela che cosa per lui ha superato le maglie della selezione e ciò che invece è risultato d'intralcio alla sua crescita come uomo, padre, cittadino, Polito formula una proposta estesa a tutti: avviare un percorso di «perdita» per riconquistare se stessi può essere la chiave per costruire un nuovo senso di appartenenza e rifondare così non solo le nostre vite, ma il nostro modo di essere comunità. Un invito a ridiventare padroni del proprio tempo, a mollare gli ormeggi e riprendere in mano la propria vita.

ANTONIO POLITO (1956) è vicedirettore del «Corriere della Sera». È autore di due libri intervista (con Eric Hobsbawm e con Ralf Dahrendorf), di *Contro i papà* (2012), *In fondo a destra* (2013) e, per Marsilio, di *Riprendiamoci i nostri figli* (2017, premio Cesare Pavese 2018).

**Antonio Polito**  
**Prove tecniche di resurrezione**

Come riprendersi la propria vita

Marsilio

In copertina: foto ©dampoint - stock.adobe.com

© 2018 by Marsilio Editori® s.p.a. in Venezia

Prima edizione digitale 2018

ISBN 978-88-317-4409-6

[www.marsilioeditori.it](http://www.marsilioeditori.it)

[ebook@marsilioeditori.it](mailto:ebook@marsilioeditori.it)

Quest'opera è protetta dalla Legge sul diritto d'autore.

È vietata ogni duplicazione, anche parziale, non autorizzata.



[Seguici su Facebook](#)



[Seguici su Twitter](#)



[Iscriviti alla Newsletter](#)

# Indice

Copertina

Abstract - Autore

Frontespizio

Copyright

Esergo

Introduzione

Compilare una lista

(ovvero ricordarsi di morire)

Restare umani

(ovvero farsi crescere la barba)

Fare pulizia

(ovvero darsi pace)

Diventare conservatore

(ovvero cambiare idea)

Restituire il bene

(ovvero sentirsi indegni)

Mollare i figli

(ovvero scalare marcia)

Venerare la bellezza

(ovvero innamorarsi della moglie)

Farsi digitali

(ovvero imparare a disimparare)

Godere ed esultare

(ovvero togliere peso)

Cercare la felicità

Ringraziamenti

*A Patrizia*

L'uomo arriva come un novizio a ogni età della vita.

NICOLAS CHAMFORT

## Introduzione

Il Nilo sta ormai arrivando al Cairo.

ARTHUR SCHOPENHAUER, *L'arte di invecchiare*

Dicono che l'invecchiamento sia un processo graduale e continuo, che comincia addirittura quando nasciamo, cellula per cellula, e da allora non si ferma più, e non c'è un punto preciso in cui si diventa vecchi, o anziani, o come diavolo volete chiamarci. Eppure restiamo di sasso il giorno in cui, tutto d'un tratto, vediamo calare l'età sul nostro viso. Può accadere un po' prima o un po' dopo, ma chiunque ci sia passato ricorda con esattezza l'istante in cui arriva il Grande Cambiamento. Per me è stato una mattina davanti allo specchio, con la vista ancora annebbiata dal sonno: quello lì non ero più io, ma qualcuno che assomigliava maledettamente a mio padre da vecchio. Lo stesso sguardo indifeso, dimesso e un po' triste, così fuori posto sulla faccia dell'essere arrogante, frenetico ed ebbro di vita che ruggiva dentro di me. Quegli occhi umidi quasi impauriti dal risveglio, e una sensazione di sorprendente fragilità. Ho controllato, avvicinandomi allo specchio, per vedere se fosse successo qualcosa durante la notte: che so, una nuova ruga, un balzo all'indietro della linea dei capelli, l'ennesimo capillare esploso alla radice del naso. Ma niente. Era tutto uguale al giorno prima. Ipocondriaco come sono, ho pensato allora che il volto tradisse gli indizi di un male fisico. Ho fatto tutti gli esami e i controlli medici di routine: cuore a posto, pressione nei limiti, nessun tumore al colon-retto, persino la prostata se la cava decentemente per gli anni che ha. Neanche un ginocchio della lavandaia o un gomito del tennista. E allora? Che cos'è questo senso di stanchezza, sfinimento, prostrazione? Se il corpo non c'entra, è lo spirito che sta cambiando?

Fatto sta che quello lì nello specchio non sei più tu. Per fortuna non è uno scarafaggio, come nella *Metamorfosi* di Kafka. Ma è una trasformazione abbastanza radicale da far pensare con orrore a Dorian Gray, il bel ragazzo del romanzo di Oscar Wilde che



invecchia di colpo quando si spezza il suo mefistofelico patto di eterna giovinezza. È come se all'improvviso scorgessi nel tuo sguardo un «avviso di mortalità», recapitato da chissà dove: osservando bene, in fondo alla pupilla, ti sembra di vedere una piccola incisione con la data di scadenza del prodotto, così piccola che non riesci ancora a leggerla; ma d'ora in poi sai che c'è, che è cominciato il countdown. Allora fai un po' di calcoli, e ti accorgi che se dividi il tempo della tua aspettativa di vita in quattro parti, beh, sei ormai nel quarto quarto. Durerà a lungo, a Dio piacendo. Ma è pur sempre l'ultimo.

Dopo questa rivelazione, tutto sembra diverso. Molte delle cose in cui credevi consistesse la tua vita perdono improvvisamente valore e significato, sembrano anzi ostacoli e fardelli; la routine quotidiana si fa lenta e surreale, la guardi dall'esterno come si svolgesse in un acquario; la spossatezza ti fa chiedere, di ogni gesto: ma che senso ha? Sei di colpo un'altra persona. Con cui però fai in fretta a capire che dovrai convivere per il resto dei tuoi giorni. E siccome per fortuna la vita si è allungata, forse saranno anche tanti: sta a te decidere se li vivrai come una condanna o come una benedizione.

Vorresti parlarne con qualcuno: con gli amici, i familiari. Ma nessuno ti prende sul serio, nessuno vuole discutere davvero dell'invecchiamento. Tutti la prendono per la solita crisi di mezza età e sembrano pensare che sia solo una strategia per ottenere qualche rassicurazione sul tuo aspetto giovanile, che naturalmente ti elargiscono con irritante paternalismo. Oppure ti dicono che è troppo presto per cominciare a pensare alla vecchiaia, come se il momento giusto non fosse prima che arrivi (la mia amica Lidia Ravera dice che sta vivendo con gioia la sua età matura solo perché ha potuto prepararsi per tempo, avendo avuto paura di invecchiare sin dai dodici anni). Se insisti a lamentarti ti incitano a proseguire con le attività di sempre, a non mollare, a dare importanza alle cose belle che hai e che sono tante; nella peggiore delle ipotesi, quando cominci a deprimerti, ti consigliano di vedere uno psicoterapeuta, «ché al giorno d'oggi ci sono pillole che fanno miracoli».

Lo spirito del tempo suggerisce infatti che sentirsi invecchiati sia indice di un disagio psichico. Perché - questo è il messaggio politicamente corretto - in realtà la vecchiaia non esiste: è solo una percezione indotta, un effetto ottico. Si è anzi sviluppato un vero e proprio movimento, con tanto di manifesto <sup>1</sup>, contro l'*ageism*,

paragonato al sessismo e al razzismo come «forma di pregiudizio che distorce la percezione» di una categoria e la separa dal resto della società<sup>2</sup>. L'invecchiamento, insomma, sarebbe una questione di potere, non di età. Come il sesso nelle teorie del gender, l'età «è quella che uno si sceglie». Intanto perché non può essere considerata un fenomeno omogeneo, nel senso che non influisce su tutti nello stesso modo. E questo è vero: c'è chi a ottant'anni fa il presidente della Repubblica e chi ha l'Alzheimer. Si può anzi dire che più invecchiamo e più differenti l'uno dall'altro diventiamo. Ma la vera ragione di questo tentativo di rimozione, per cui neanche sui prodotti di bellezza si vuole più scrivere la dicitura «antiaging», sta nel fatto che la modernità, con i suoi trionfi - l'allungamento della vita media, le scoperte della medicina, le risorse della tecnologia -, avverte l'inesorabilità dell'invecchiamento come un insuccesso e vorrebbe dunque nascondere. «I sessanta sono i nuovi quaranta», proclamano gloriose le riviste patinate mostrando corpi scultorei di donne più che mature e fascinosi uomini dalla grigia criniera (i testimonial più quotati del genere «se-questo-è-un-anziano» sono Richard Gere ed Helen Mirren).

Anche il linguaggio, come spesso accade nel politically correct, è messo sotto accusa. Come dobbiamo chiamarci, noi che ci avviamo alla fatidica soglia dei sessantacinque, oltre la quale un tempo cominciava la terza età? Vecchi no, per carità, perché non lo siamo; anziani nemmeno, perché è termine freddo e ipocrita. «Grandi adulti», suggerisce qualcuno; e per chi è mingherlino come me quel «grandi» fa ridere. Adesso va di moda *over*, che è abbastanza generico da potersi applicare a ogni età, ma per la stessa ragione non vuol dire nulla. Dall'America arriva *perennials*, che fa il verso a *millennials*, come si definiscono i giovani nati a cavallo dei due secoli; ma in inglese *perennials* significa «sempreverdi» e sinceramente non vorrei proprio chiamarmi come i cipressi (i quali, non a caso, stanno nei cimiteri). La più autoconsolatoria di queste semantiche propone di chiamarci *boomers*, visto che siamo tutti figli del baby boom degli anni cinquanta e sessanta del secolo scorso: un goffo tentativo di esorcizzare la paura della morte concentrandosi sulla data di nascita.

Intendiamoci, è vero che la terza età è oggi una condizione completamente diversa dal passato: gli antichi romani morivano in media a trentacinque anni, noi arriviamo fino agli ottanta. Anche chi, come me, sente il peso improvviso dell'invecchiamento, non

riesce davvero a definirsi anziano nel senso in cui potevano farlo mio padre o mio nonno quando raggiunsero l'età che ho io adesso. Ma attenzione, ciò non fa che aggravare il problema: proprio perché ci aspetta una vita ancora lunga e densa, è sciocco non prepararsi e negare la realtà, fingere che tutto sia come prima, atteggiarsi a giovani quando non lo si è più. Il vero stigma che colpisce gli anziani sta proprio nel rifiuto di accettare e abbracciare la loro età, nel «considerare la vecchiaia come sabbia nell'ingranaggio della vita, invece che vita stessa»<sup>3</sup>. Così si finisce per sostituire «i pericoli del vivere nel passato con il vuoto di un eterno presente edonistico»<sup>4</sup>.

Chi propone di inscenare una specie di *age pride* non comprende infatti che, dopo la scoperta sconvolgente di quell'altro sé che avanza dentro di noi, non si può tornare alla vita di prima come se niente fosse, semplicemente perché non si ha più tempo da perdere con le finzioni. Si crea una tensione insopportabile tra ciò che ormai si sa di essere e ciò che gli altri vorrebbero che si continuasse a fingere di essere. La reazione più probabile - o almeno quella che ho avuto io - è una chiusura in se stessi: se nessuno mi capisce, dovrò cavarmela da solo. Provi rabbia. Perché quello che ti sta accadendo ti appare ingiusto, prematuro, e repentino. Ma anche perché ti sembra di aver perso ogni interesse in ciò che fai, e allo stesso tempo di non avere la forza di cambiare. Arriva la fase del «non ci provo alcun gusto»<sup>5</sup>. Quasi che niente valesse più la pena.

Non si può sfuggire alla difficoltà di questo momento banalizzandolo, considerandolo un semplice rito di passaggio, un cattivo umore destinato a sparire così come è apparso. Se qualcuno di voi lettori ha varcato questa soglia, forse converrà con me che il problema non si risolve provando a tornare ciò che si era prima, da giovane, trasformandosi in un replicante del sé di un tempo. Richiede piuttosto la soluzione opposta: si deve provare a rinascere, a cambiare se stessi, a diventare diversi e possibilmente migliori, cominciando una nuova vita per spezzare l'incantesimo. Serve la vigoria di un'anima nuova nel vecchio corpo che si indebolisce. Bisogna che lo spirito esulti, per raddrizzare la schiena e impedire che si pieghi in due, come nei simboli che sui bus indicano i posti riservati agli anziani. Ci si deve liberare dai pesi che non si ha più la forza di portare e assumere così un andamento ascensionale, rivolto verso l'alto; per riprendersi una vita data troppe volte in appalto, in affitto, in comodato. E c'è una sola parola che conosco per definire

con efficacia la portata di questa operazione, arditamente fino al limite dell'impossibile: «resurrezione».

Nasce qui il dilemma al centro di questo libro. Capisco infatti che coltivare la speranza di risorgere comporta inevitabilmente un passo in direzione del trascendente: essa si alimenta di quella spinta «a cercare e trovare Dio in tutte le cose» di cui parlava Ignazio di Loyola. Per questo la «resurrezione dei morti» è competenza dei credenti, e io non lo sono, forse anche perché provengo da una famiglia piuttosto cattolica <sup>6</sup>. Eppure, arrivato a questo punto della mia vita, sento ugualmente un impellente e disperato bisogno di risorgere. La domanda allora è: si può volere fortissimamente una cosa in cui non si crede? Se la risposta è sì, vuol dire che esiste anche una possibilità di resurrezione in vita? E come ci può provare un laico, seppur timorato di Dio?

D'altra parte nel mio caso, come penso avvenga per molti, è proprio l'incapacità di accettare il mistero della resurrezione a impedirmi di credere. Per il resto, infatti, non avrei molti problemi. L'idea di un Dio motore primo dell'universo non è così inconciliabile con la ragione, né con le leggi della natura rivelateci dalla scienza di Darwin e di Einstein. L'origine delle specie è unica, la diversificazione avviene per selezione. Il tempo è una variabile, lo spazio è curvo. Non c'è niente di incompatibile con la spinta iniziale di un Essere Supremo in queste scoperte del genio umano. Non a caso Darwin resistette a tutti i tentativi di fargli dire che la sua teoria metteva in discussione l'esistenza di Dio (anche perché la moglie, devotissima, non glielo avrebbe mai permesso); e Einstein rifiutò perfino di accettare la fisica quantistica, peraltro verificatasi poi perfettamente fondata, pur di affermare che «Dio non gioca a dadi».

A impedirmi di credere non è dunque il rispetto che porto all'indiscutibile superiorità del metodo scientifico. Tantomeno è la morale. Anzi. Più mi guardo intorno, e meno trovo in giro principi etici più moderni e condivisibili di quelli introdotti oltre duemila anni fa dal cristianesimo: l'etica cristiana mi pare oggi l'unica che ci consenta di mantenere un rapporto con la dimensione del «naturale», di fronte alla *hybris* di un'epoca che crede di potersene far beffe, fino a terminare la vita senza morte o ad affittare uteri per generarla. E infine penso che tutto il nostro pensiero occidentale, i principi di uguaglianza tra gli uomini, di laicità dello Stato, la desacralizzazione della natura che ha aperto la strada alla ricerca

scientifico, la democrazia e il rifiuto della tirannia – in una parola, l'umanesimo, ossia la capacità di mettere sempre al centro l'uomo e il suo destino – sarebbero inimmaginabili senza l'insegnamento rivoluzionario di quell'ebreo che morì in croce al tempo di Pilato (e infatti altrove, nella parte del mondo dove si sono affermate altre religioni, l'uno o l'altro di questi capisaldi dell'Occidente mancano).

Però per un cristiano la fede nella resurrezione non è un optional, ma la *conditio sine qua non* dell'appartenenza alla comunità dei fedeli; una delle verità che è obbligatorio accettare, come recita con chiarezza il Credo, la professione di fede scelta quale canone dell'ortodossia niceno-costantinopolitana: «Aspetto la resurrezione dei morti / e la vita del mondo che verrà / Amen».

Un cristiano che non creda nella resurrezione di Cristo dunque non può esistere. Ma una volta che ha creduto in quella, deve per forza credere anche che possano risorgere, presto o tardi, tutti gli uomini. Nella Prima lettera ai Corinzi, san Paolo deve alzare la voce con i membri di quella comunità di protocristiani per convincerli ad accettare l'idea: «Ora, se si annuncia che Cristo è risorto dai morti, come possono dire alcuni di voi che non vi è resurrezione dei morti? Se non vi è resurrezione dei morti, neanche Cristo è risorto! Ma se Cristo non è risorto, vuota allora è la nostra predicazione, vuota anche la nostra fede» <sup>7</sup>. Logica stringente. In una parola: se non credete nella vostra resurrezione non siete cristiani, siete fuori dal Vangelo.

Capisco i Corinzi, è una cosa complicata da accettare. Deve essere questa la ragione per cui anche i cristiani un po' alla volta hanno preso a trascurare sempre più la Pasqua e le preferiscono di gran lunga il Natale, tutto sommato una festa di compleanno.

Ma se alla promessa di risorgere era così difficile credere, perché allora questa idea del tutto originale ha riscosso un successo tanto clamoroso e rapido, al punto da diventare nel volgere di pochi secoli il fondamento di una delle religioni più diffuse al mondo? Forse perché le alternative alla resurrezione sono ancora meno credibili.

Se infatti non resuscitiamo, le possibilità sono due. La prima è l'annientamento totale nella morte, la fine di tutto. La corruzione della carne è in linea con le leggi della chimica e della biologia, non dico di no. Ma, parliamoci chiaro: chi veramente, nel fondo della sua anima, è disposto ad accettare senza combattere l'idea che tutto finisca in polvere, che l'esistenza speciale, unica, eccezionale

che ha condotto, tutti i pensieri, i sentimenti, le emozioni, le passioni che ha vissuto, possano dissolversi nel nulla, senza che ne resti più alcuna traccia nell'universo? È un'idea che fa a cazzotti con la nostra umanità, con la coscienza del sé di cui solo noi umani siamo stati forniti nel Creato, al punto che saremmo disposti a pagare qualsiasi cifra pur di scoprire che non è vero, che alla fine non andrà così, che qualcosa resterà. «L'idea di una fine eterna, sparire per sempre», ha detto un ateo come Dario Fo, «è insostenibile per la mente umana» <sup>8</sup>.

Portiamo dentro di noi «la malattia dell'infinito» <sup>9</sup>. Ed è questa la causa prima dell'insopprimibile inquietudine che accompagna la vita anche del più felice tra noi, del nostro incessante desiderare un senso che trascenda l'esistenza e che Giacomo Leopardi tradusse in versi: «Natura umana, or come, / Se frale in tutto e vile, / Se polve ed ombra sei, tant'altro senti?» <sup>10</sup>.

Sentiamo dunque che qualcosa di noi è immortale. Ma che cosa? I greci credevano che fosse l'anima. Il concetto della metempsicosi è stato poi rielaborato nella cultura orientale, induista e buddhista, come fede nella reincarnazione, ciclo continuo di morti e rinascite, con il nostro karma che vaga di corpo in corpo, su e giù per la scala della natura, finché non venga liberato e trovi finalmente pace nel Nirvana.

Ora, sarà che io sono troppo materialista, ma, con tutto il rispetto, trovo questa ipotesi francamente ancor meno credibile della resurrezione dei corpi. Capisco che dia una risposta al nostro innato e disperato bisogno di immortalità, ma rinascere nel corpo di un topo o di un insetto, proprio no, non riesco a concepirlo (e in ogni caso me lo risparmierei volentieri).

Così, di fronte all'oggettiva debolezza delle alternative, si può forse comprendere perché questa idea, all'apparenza pazzesca, del risorgere dei morti, e vivere un'altra vita, stavolta eterna, sia diventata così popolare, così seducente, da dare una spinta formidabile alla prima predicazione cristiana. Anche perché gli apostoli la presentavano come un evento imminente, che si sarebbe verificato nel giro di pochi anni dalla resurrezione del Cristo. Migliaia e migliaia di donne e uomini che vivevano una vita precaria, pericolosa, breve, brutale, angustiata dalla fame e dalle malattie, dagli aborti e dai femminicidi, nelle caotiche e affollate città dell'Asia minore, abbracciarono con entusiasmo la speranza di poter vivere presto un'esistenza migliore: dava molto più conforto

della prospettiva di finire in pasto ai vermi o di vedersi portare via anche l'anima in punto di morte.

E del resto, se scrivo queste note, è proprio perché riconosco che la portata geniale dell'idea di resurrezione resta evidente oggi. Prova ne sia il fatto che anche noi, gente del III millennio, che pure godiamo di vite certamente più lunghe e sicure in un mondo molto più opulento e scettico, giungiamo a un punto della nostra esistenza, quando il più è accaduto ma tutto deve ancora accadere, in cui nient'altro che una resurrezione ci sembra in grado di vincere la morte intellettuale e morale anticipata in cui sentiamo di sprofondare, e di tirarci fuori dal fosso di incertezza e disperazione in cui siamo caduti. Anche chi non crede all'evento storico della resurrezione di Cristo può infatti credere, e spesso sente di dover credere, alla possibilità di un evento salvifico che sia paragonabile a una rinascita, a un nuovo inizio. E ne sente il bisogno in vita, proprio come i primi cristiani, che non avevano il tempo di aspettare la morte per cercare la salvezza. Ha scritto il teologo Vito Mancuso: «Non è la religione che salva gli uomini, gli uomini non si salvano perché sono religiosi. Gli uomini si salvano (al di là di che cosa questa espressione possa significare) perché sono giusti. Ciò che salva è la vita buona e giusta, come ha insegnato Gesù (cfr. Matteo 25) in perfetta continuità con la tradizione ebraica» <sup>11</sup>. All'interno della Chiesa un'affermazione del genere potrebbe costargli l'accusa di pelagianesimo, poiché parrebbe non riconoscere il carattere gratuito della salvezza <sup>12</sup>. Ma, in queste parole, per ogni essere umano alle prese con la sua crisi di maturità, con il passaggio a una fase nuova, sconosciuta e spesso inquietante della propria esistenza, c'è la traccia di una possibile resurrezione laica: seguire la via del giusto per cambiare se stessi, prima che sia la morte a cambiarci.

Quella che dobbiamo affrontare - lo abbiamo detto - non è infatti la solita crisi di mezza età, e per questo non ci possono soddisfare le soluzioni facili che pure abbondano in letteratura. Nello *Stato delle cose*, uno dei romanzi della tetralogia dedicata da Richard Ford al personaggio di Frank Bascombe, il protagonista, cinquantacinque anni e un cancro alla prostata, prova a dare un senso al tempo che gli resta da vivere rimettendolo in connessione con quello che ha vissuto. Lo chiama il suo «Periodo Permanente», ossia «quella fase della vita in cui [...] poche voci contrarie ci insinuano dubbi nella mente, [...] quando la vita è una destinazione più che un viaggio e

quando la persona che sentiamo di essere sarà grosso modo come ci ricorderà la gente una volta schiattati». Il Periodo, insomma, in cui si tenta di «attenuare la paura del futuro in favore della costante attualità del presente»<sup>13</sup>. In pratica, l'esatto opposto di una resurrezione.

Ho molto rispetto per questo genere di crisi esistenziali, e non posso escludere di esserne preda anch'io. Ma sento che è una descrizione povera, niente affatto esaustiva, del grande terremoto che ci scuote arrivati a un certo punto, e che è in grado di mettere in discussione il senso stesso della nostra vita, di farci interrogare su che cosa le farà seguito.

Innanzitutto non mi convince la definizione di «Periodo Permanente». Paga un tributo all'immagine che va per la maggiore e che vede la vita come una specie di parabola, un'ascesa fino alla mezza età cui fa seguito un inevitabile declino. Ne consegue che il meglio che possiamo fare nel quarto quarto è fermare il mondo, trasformare tutto in permanente (da qui l'idea dei *perennials*), nella speranza di rallentare il più possibile la discesa: riconnettere la prima parte della nostra vita all'ultima per restituirle un po' di vitalità, recuperare ricordi e sentimenti, animati dall'illusione di poter allontanare l'angoscia della morte cibandoci della nostalgia del passato.

E invece, forse, le cose non stanno così. Ciò che segue alla mezza età non è affatto una discesa, un decadimento. Al contrario: può essere una rinascita. Dipende da come disegni la parabola della vita. Lo scrittore e giornalista americano Jonathan Rauch<sup>14</sup>, per esempio, suggerisce l'idea che la linea della vita corrisponda in realtà a una vera e propria U, con la curva in basso: i primi cinquant'anni in discesa, fino a quello sconvolgimento emotivo di cui ormai sappiamo tutto dagli studi degli psicologi e delle neuroscienze. Ma poi comincia la risalita. Anche se nel punto più basso avvertiamo insoddisfazione e angoscia, non di crisi si tratta, ma di transizione verso una rinascita, verso un periodo migliore e più felice, «in cui i nostri valori, le nostre priorità, e perfino i nostri cervelli tendono ad allontanarsi dalla competizione e dalla fatica sociale che hanno caratterizzato fino a quel momento la nostra vita e a connettersi invece verso gli altri, verso il dare agli altri»<sup>15</sup>.

Questa riconsiderazione della «curva della felicità» viene ormai diffusamente proposta a fini di riforma sociale: per stimolare le istituzioni, le aziende, il sistema scolastico a costruire nuovi



supporti e strutture che aiutino chi è giunto al termine della sua vita lavorativa a non sentirsi escluso per i restanti vent'anni da una società cui è ancora in grado di dare molto. Si propongono il *life long learning* (la possibilità di apprendere nell'intero arco della vita), la flessibilità lavorativa, il part-time, per consentire di utilizzare le capacità e l'esperienza acquisite nel tempo in nuove avventure, con soluzioni innovative: proseguire nel lavoro anche da pensionati, o optare per un pensionamento graduale, restando in azienda a far da guida ai giovani. Sono tutte idee che tendono a conciliare un'esigenza collettiva - non sprecare una grande ricchezza di sapere ed esperienza - con un bisogno esistenziale - evitare di sentirsi inutili, dimenticati, scartati. Ma poiché alla fine ciò che fa la differenza è la condizione mentale e morale delle persone, ecco che qualsiasi rimedio sociale non può fare a meno di porre l'accento sulla necessità di un aiuto reciproco, di gruppi di self-help, di iniziative che risollefino lo spirito. Uomini e donne oggi non solo vivono più a lungo, ma possono aspettarsi, secondo l'Istat, un periodo di quasi dieci anni, dopo i settanta, in cui sono ancora in perfetta salute ed efficienza, senza cioè dover fare i conti con malattie croniche o invalidanti. Noi italiani in particolare siamo nella top ten della longevità: sesti al mondo, con un'aspettativa di vita media che ha superato ormai gli ottantadue anni. Secondo le stime nel 2050, che non è poi tanto lontano, ci saranno più ultraottantenni che bambini e ragazzi sotto i quattordici anni. Il punto è: come utilizzeremo il nostro prolungato tempo di vita? Che cosa faremo? Oltre a cercare di non perdere il contatto con il mondo del lavoro, non c'è forse anche un'altra dimensione da curare, quella spirituale, così sollecitata dall'età?

Altro che Periodo Permanente, dunque: esattamente il contrario. Un Periodo Transeunte, caratterizzato da grandi trasformazioni, forse come mai prima nella vita. Un cambiamento così profondo, ambizioso, impegnativo, da richiedere una rinascita, non un congelamento in attesa della fine, e nemmeno qualche tecnica anestetica del genere «escapista», tipo fuga ai Caraibi o in Portogallo, fuga con un partner più giovane, fuga dalla carriera, fuga in campagna, fuga nel misticismo, fuga nell'edonismo, e tutto il catalogo di illusorie fughe di cui sono pieni i manuali di self-help.

Molti di noi sanno per esperienza che i risultati di questi tentativi sono inevitabilmente effimeri e superficiali. Tutti gli sforzi per cercare una nuova felicità da sostituire a quella smarrita rischiano

di rivelarsi inutili (spesso costosi, talvolta pericolosi) se ci si accontenta, se si crede che basti una riscoperta del meglio che si era - dunque un semplice risorgimento - per attraversare vittoriosamente il Periodo Transeunte.

Ciò che si propone in questo libro è qualcosa di più ambizioso e allo stesso tempo indispensabile: una resurrezione in vita. Intesa proprio nel senso di nascere di nuovo. Una soluzione radicale, che obbliga a liberarsi di molta parte del proprio fardello esistenziale, e non consente semplicemente di riciclarlo. Mollare il superfluo, selezionare l'essenziale, conservare ciò che si intende portare con sé nella nuova vita e ciò che si pensa di lasciare in eredità a chi ci vuol bene.

Bisogna fare come quando in barca a vela gira il vento: fino ad allora l'hai avuto in poppa, e potevi permetterti qualche errore di timone, perché tanto ci pensavano le vele a spingerti comunque in avanti. Poi invece tutto cambia, la raffica ti arriva di fronte, e se vuoi continuare ad avanzare devi farlo a zig zag, stringere le vele, offrire meno superficie. Timonare diventa allora un esercizio di precisione, perché la barca sbanda, e ogni volta che stringi troppo il vento ti fermi, e se allarghi troppo vai invece nella direzione sbagliata.

Ecco, rinascere vuol dire mettere al timone un altro sé: un uomo nuovo che ha riflettuto su ciò che merita di essere conservato e tramandato, perché sa che, se prova a tenere tutto a bordo, appesantisce la barca. Vuol dire fare pulizia senza fare piazza pulita («La più consistente scoperta che ho fatto pochi giorni dopo aver compiuto i sessantacinque anni è che non posso più perdere tempo a fare cose che non mi va di fare», diceva forse un po' gigioneggiando, ma con saggezza, Jep Gambardella, il protagonista della *Grande bellezza*). Vuol dire lasciar perdere i soliti noti, quelli che hai visto tutta la vita, la mattina in ufficio o la sera in tv, e andare incontro agli sconosciuti con la mano tesa. Vuol dire rinunciare alle ideologie e ai sistemi in cui sai già cosa devi pensare prima ancora di cominciare a pensare.

E sapere, mentre provi a risorgere (altrimenti non ci riesci, è uno sforzo titanico per un uomo solo), che non lo fai solo per te, per egoismo, per arrivare al traguardo in buona forma fisica e mentale. Perché risorgere è anche il fondamento di un nuovo altruismo, un'opportunità straordinaria di aprire finalmente la propria vita agli altri.

Le pagine che seguono sono quindi il tentativo di individuare e percorrere insieme strade forse impervie ma non impossibili, impegnative ma non eroiche, per ricominciare a vivere quando la vita sembra finire. Una «piccola via», sentieri praticabili anche da un uomo comune, fragile e incoerente come chi scrive, da «classe media» della resurrezione. Esercizi e prove tecniche che possano essere eseguiti anche da chi non crede alla resurrezione dopo la morte; e che portino beneficio a se stessi e agli altri, a chi è intorno a noi, perché il bene fa bene e ogni nuova nascita è sempre una festa per il mondo intero. Consideratela una preghiera laica, se volete: perché, in fin dei conti, pregare non è altro che riflettere sul senso della vita. Esattamente ciò che bisogna fare quando la lunga navigazione sta per finire e «il Nilo sta ormai arrivando al Cairo».

---

<sup>1</sup> Ashton Applewhite, *Il bello dell'età. Manifesto contro l'ageismo*, Milano, Corbaccio, 2017.

<sup>2</sup> *Use of the Term "Elderly"*, in «Journal of Geriatric Physical Therapy», ottobre-novembre 2011.

<sup>3</sup> Francesca Rigotti, *De senectute*, Torino, Einaudi, 2018.

<sup>4</sup> Marta C. Nussbaum, Saul Levmore, *Aging Thoughtfully: Conversations about Retirement, Romance, Wrinkles, & Regret*, Oxford, Oxford University Press, 2017.

<sup>5</sup> Qoelet, 12, 1.

<sup>6</sup> Capovolgo così l'incipit di Fabrice Hadjadj, che invece è un credente, nel suo bellissimo *Risurrezione. Istruzioni per l'uso*, Milano, Ares, 2017.

<sup>7</sup> Prima lettera ai Corinzi, 15, 12-15.

<sup>8</sup> Paolo Foschini, *Dario Fo: sono un ateo di Dio*, in «Corriere della Sera», 11 marzo 2016.

<sup>9</sup> È il titolo del libro che Pietro Citati ha dedicato alla vita e alle opere dei romanzieri, dei poeti, degli artisti del XX secolo (Milano, Mondadori, 2008).

<sup>10</sup> Giacomo Leopardi, *Sopra il ritratto di una bella donna* (1835), in Id., *Poesie e prose*, Milano, Mondadori, 1987.

<sup>11</sup> Vito Mancuso, *La Resurrezione di Gesù e la salvezza degli uomini*, in «Il Foglio», 23 marzo 2008.

<sup>12</sup> La forma di eresia che deve il nome a Pelagio, vissuto a Roma nel IV secolo, consiste nel ritenere che l'uomo, pur segnato dal peccato d'origine, si salva con le proprie forze, scegliendo di aderire a Dio e alla sua parola. Rimane quindi esclusa la misericordia come nome del Dio di Gesù Cristo, che è venuto a salvare non i giusti, ma i peccatori, quali noi sempre siamo.

<sup>13</sup> Richard Ford, *Lo stato delle cose*, Milano, Feltrinelli, 2008.

<sup>14</sup> Jonathan Rauch, *The Happiness Curve: Why Life Gets Better After 50*, New York, St. Martin's Press, 2018.

<sup>15</sup> Marc Freedman, *The Big Shift: Navigating the New Stage Beyond Midlife*, New York, PublicAffairs, 2018. Fondatore di [Encore.org](http://Encore.org), che aiuta a realizzarsi in età matura intraprendendo una seconda carriera, Freedman è considerato il guru della «stagione del bis» dei baby boomer.

## Compilare una lista (ovvero ricordarsi di morire)

Solo ciò che non ha avuto un principio non ha una fine.

NORBERTO BOBBIO, *De senectute*

Bisogna partire dall'epilogo. Non si può neanche immaginare una resurrezione senza far prima pace con la morte, perché «se distogliamo gli occhi dal morire, pregiudichiamo anche la gioia di vivere»<sup>1</sup>. Un antico proverbio popolare del Bhutan dice che «per essere davvero felici bisogna contemplare la morte cinque volte al giorno». Farlo nelle nostre città, magari in ufficio o imbottigliati nel traffico, è difficile: ci si dimentica. Per questo negli Stati Uniti è nata un'app che, appunto cinque volte al giorno e quando meno te l'aspetti, ti invia un sms: «Ricordati che devi morire», insieme a una citazione sul tema. Si chiama WeCroak (Noi crepiamo) e le citazioni sono di questo tenore: «La morte è il suono di un tuono in lontananza durante un pic nic» (W.H. Auden)<sup>2</sup>.

Niente di nuovo sotto il sole, sia chiaro. Ai generali romani portati in trionfo al ritorno da una grande vittoria si affiancava uno schiavo affinché ogni tanto sussurrasse loro all'orecchio *Memento mori* e non smarrissero la loro umanità in un delirio di superbia. Ne avremmo un gran bisogno anche noi: ci sentiamo onnipotenti al pari di un Cesare, conduciamo la nostra vita con piglio manageriale, come se efficienza e tecnica, mangiar sano e palestra, plastica facciale e trapianti potessero trasformarci nella prima generazione della storia in grado di sfuggire al suo destino. L'uomo moderno «sacrifica la salute per arricchirsi. Poi sacrifica la ricchezza per recuperare la salute. Vive come se non dovesse mai morire, e poi muore senza aver davvero vissuto»<sup>3</sup>.

Per questo abbiamo così paura di confrontarci con la morte. Dovremmo invece guardarla onestamente in faccia, comprendere che siamo esseri finiti per il fatto stesso che un tempo siamo cominciati. Pensare alla morte, darsi il tempo per farlo, prepararsi

anche quando è lontana, è «una fonte essenziale del gusto di vivere», ha scritto François Mitterrand <sup>4</sup>.

E invece, anche solo parlarne è diventato un tabù. Nell'Ottocento, quando era considerato sconveniente conversare di sesso o fare riferimento alle circostanze della nascita, la morte era raccontata ed esibita come uno spettacolo edificante, adatto anche ai più piccoli. Nel secolo successivo, un po' alla volta, le parti si sono invertite, e mentre oggi sesso, gravidanza e parto sono diventati momenti da mettere in mostra, la morte si è trasformata in qualcosa di scandaloso, osceno, di cui è meglio tacere, quasi fosse pornografia <sup>5</sup>. Perfino quando qualcuno che ci è caro la sente prossima e vorrebbe affrontare con noi l'argomento, cambiamo discorso, proviamo a distoglierlo da quel pensiero: «Ma cosa ti viene in mente, dai, non dirlo nemmeno».

Penso che il modo migliore di avviare una riflessione sulla resurrezione sia proprio scrivere un testamento. Non necessariamente quando la fine è prossima, ma prima. Una lista delle penultime, o se volete terzultime, volontà. D'altro canto, non c'è da prendersela poi tanto comoda: nel quarto quarto della vita si comincia a sentire distintamente il ticchettio dell'orologio, come quando, allo stadio, la squadra del cuore ha solo l'ultima mezz'ora a disposizione per sperare nei tempi supplementari. Viene a mancare qualche amico, qualche conoscente, perfino qualche coetaneo. Non sono più eventi sporadici che ti strappino costernate esclamazioni di sorpresa. Nel mio caso, poi, il fatto di aver avuto figli anche dopo i cinquant'anni, invece di ringiovanirmi - come tutti predicevano - ha anticipato una riflessione sulla fine. Il mio bambino più piccolo avverte, grazie a qualche misteriosa forma di telepatia, questo mio stato d'animo e ne è rattristato: mi ha imposto dunque, come condizione della sua felicità, di non dire mai che sono o mi sento vecchio. Nel frattempo, però, fa continuamente calcoli per stabilire che età avrà lui quando lo lascerò, e perfino nell'ipotesi migliore, anche se dovessi morire a cent'anni, gli sembra sempre troppo presto. La cosa lo fa letteralmente andare su tutte le furie, e allora mi rimprovera: «Dovevi farmi nascere prima, così ti potevo godere di più». Io mi asciugo una lacrimuccia di commozione e mi dico che questo è il contrappasso delle gioie che mi ha regalato una paternità tardiva: ho più paura della morte di quanto sarebbe lecito in un sessantenne. Penso che un padre di solito vede i suoi ragazzi laurearsi, trovare un lavoro, sposarsi, avere figli. Io invece mi

domando se ci riuscirò: forse a casa mia il nido non sarà mai abbastanza vuoto da poter fare a meno di me.

La vera ragione che mi ha spinto a pensare al mio testamento prima del tempo, però, è un'altra. Sono molto preoccupato dal modo in cui vedo andarsene chi mi precede. L'attuale senso comune nei confronti della morte non mi piace e non vorrei esserne mio malgrado partecipe nell'attimo fatidico, sopraffatto dall'inevitabile momento di debolezza. Per questo preferisco chiarire come la penso mentre sono ancora nel pieno delle mie facoltà.

I funerali, per esempio. Come ho detto, non sono credente e dunque dubito che mi porteranno davanti a un altare. Di esequie laiche ne ho viste parecchie, al cimitero acattolico o al Tempietto egizio del Verano, o in una sala del Comune, dove finiscono di solito quelli come me. Celebrazioni prive di rito ma gonfie di retorica, in cui la gente non sa letteralmente che cosa fare: se sorridere come se fosse alla presentazione di un libro o piangere disperata, se abbracciare commossa la vedova o stringerle vigorosamente la mano; dove al posto dei preti parlano dei tromboni che si abbandonano al racconto narcisistico della propria vita e non di quella del defunto, che riemerge qua e là nel discorso solo laddove abbia avuto la fortuna di incrociare la strada dell'oratore. Non c'è niente di più sgradevole di un ateo che fa la predica. Ecco, vorrei lasciare disposizioni rigide per tenere lontana dal pulpito quella gente. L'unico luogo che offrirebbe un riparo da questo genere di rischi sarebbe una chiesa. Ma anche lì, diciamoci la verità, lo standard retorico non è granché; soprattutto quando, come avverrebbe nel mio caso, il prete non ha mai conosciuto il defunto e tira a indovinare.

Nel frattempo, perciò, vorrei almeno sistemare la questione dell'orazione. Quelle che vanno di moda oggi insistono di solito nell'elogiare il defunto per aver resistito al suo destino, talvolta oltre i limiti del buon senso. È tutto un florilegio di Ha combattuto fino all'ultimo, Ha lavorato finché ha potuto, Non si è piegato, Non si è mai arreso. In realtà descrivono esseri umani colti di sorpresa dall'estremo istante, che non hanno avuto il tempo di prepararsi o, se pure lo hanno avuto, si sono sottratti, continuando a negare a se stessi ciò che stava per accadere, come se la cosa più importante fosse stordirsi per non pensarci, con gli affari quotidiani, con il lavoro, con l'impegno politico o intellettuale, con la cura dell'orto o col giardinaggio, quasi che la morte non fosse altro che la pagina

finale di un calendario di lavoro su Outlook.

Devo confessare che mi ha molto colpito la vicenda di Fabrizio Frizzi. La sua scomparsa ha commosso tanti telespettatori che lo consideravano un amico di famiglia, proprio perché è avvenuta quasi in diretta: una sera era a cena con noi e la sera dopo non c'era più. Avrebbe potuto scegliere altrimenti, smettere di lavorare. Ma appena ha saputo quanto era grave il male che lo aveva colpito, ha fatto di tutto per ignorarlo: è tornato in tv, provando a nascondere dietro un coraggioso sorriso un volto sofferente. «L'ho fatto per mia figlia», ha raccontato in un'intervista, anche lui padre attempato. E così se n'è andato quasi a sua insaputa, all'improvviso pur sapendo tutto, e mi domando se sia giusto così, e se non se ne sia pentito, dovunque si trovi in questo momento. Cosa c'è infatti di più importante, quando sei prossimo alla morte, del poterne fare la conoscenza nel silenzio e circondato dagli affetti, concentrato sul grande passo, lontano dal mondo che stai per lasciare?

Oppure, penso alla triste fine di Sergio Marchionne: anche lui, di fronte alla malattia, ha preferito continuare la vita di sempre, tenendo nascosta la realtà della sua condizione; al punto che è entrato in clinica per un intervento confermando l'agenda di impegni della settimana successiva, e invece non ne è più uscito. Una morte che si è confusa con il lavoro, per un uomo che ne aveva fatto una religione. Coperta da uno sforzo estremo di privacy ma tutt'altro che privata, perché avvenuta nel frastuono dei media; annunciata prima che avvenisse per paura di perdite in Borsa, dove poi è costata miliardi di dollari. Spero solo che in quella clinica svizzera il male abbia lasciato al grande manager almeno un giorno, un'ora, un minuto di lucidità, perché potesse contemplare la fine, e condividerla con chi lo amava davvero.

Provare a occultare la morte nella vita è un atteggiamento che discende dall'idea stoica ed epicurea che noi moderni abbiamo preso a prestito dai classici. Imitandoli, vogliamo dimostrare che la nostra coscienza è la misura di tutte le cose: che dunque non c'è bisogno di pensare alla morte perché ciò che viene dopo di noi, essendo fuori dal *nostro* tempo, è fuori dal tempo: dunque non è. La morte, insomma, non ci raggiungerebbe mai, perché quando ci siamo noi, lei non c'è; e quando sopraggiunge non ci siamo più noi, secondo la celebre formula di Epicuro. Perché occuparsene, quindi, se non è affar nostro?

Io penso invece che la morte ci sia anche prima che arrivi, e che

tutto il tempo della nostra vita la comprenda già. In realtà è dentro di noi fin dal momento in cui veniamo al mondo, e tutta la nostra vita ne è pregna; infatti il suo pensiero non ci abbandona mai, anche quando non ce ne accorgiamo. E la ragione è che noi siamo capaci di pensarla, a differenza di tutti gli altri esseri viventi, perché siamo in grado di immaginare il tempo oltre la nostra vita. Questo ci rende unici nel Creato. Dunque non è vero che quando noi ci siamo, lei non c'è. Lei c'è sempre. (E chissà: magari non è neanche vero che quando lei c'è, non ci siamo più noi).

Di conseguenza, io voglio avere il modo di prepararmi. Di pensarci a lungo, di dialogare con la morte e sulla morte. Di studiarla, di conoscerla. Non voglio essere colto alla sprovvista. E se per caso fosse una malattia ad annunciarmi il suo arrivo, state pur certi che userei tutto il tempo che mi rimane per rifletterci. Non sono d'accordo con il mantra della nostra epoca, figlio del tabù della morte, secondo cui dovremmo augurarci una fine improvvisa e repentina, per non accorgercene.

Io desidero il contrario, vorrei avere il tempo. Di me si dovrebbe piuttosto dire, in un'orazione funebre: Non ha resistito a lavorare un'ora di più, Si è arreso al suo destino, Se l'è presa comoda, Si è seduto ad aspettare, Non ha passato gli ultimi mesi della sua vita a far finta che non lo fossero, per ingannarsi fino alla fine.

Magari farei dei corsi di preparazione. Eh già, perché non ci sono corsi premorte? Eppure ci si allena per tutto: per il parto, il matrimonio, gli esami, la maratona, ma non per arrivare pronti all'unico evento cui di sicuro parteciperemo. Il solo, tra l'altro, di cui davvero non sappiamo nulla, perché nessuno che ci sia passato è mai tornato indietro per raccontarcelo nei dettagli.

Potrebbero essere corsi collettivi o individuali, e dovrebbero essere erogati dal servizio sanitario nazionale, non fosse altro per salutare e ricompensare come si deve un leale e generoso contribuente che sta per smettere di gravare sul bilancio pubblico. Potrebbero tenerli preti, psicologi, anestesisti, terapisti del dolore, amici e familiari di persone scomparse. Ci vorrebbe una conversazione pubblica sulla morte, un sabbatico per chi le si avvicina. Come fanno gli indù più devoti che, raggiunta una certa età, si spogliano di ogni bene e se ne vanno per le strade a meditare, a prepararsi spiritualmente, per liberarsi del karma negativo residuo.

Perché invece la morte è diventata indicibile e invisibile,



qualcosa da nascondere quasi fosse una colpa, una trasgressione al precetto dell'epoca che impone di essere eternamente giovani, sani, felici?

Non lo so. Ma so che non mi perdonerò mai, finché campo, di aver accettato quel tabù nell'unica occasione in cui ho visto la morte davvero da vicino: la malattia e la scomparsa di mio padre. Ho fatto l'errore di tacergli ciò che sapevo fin dall'inizio, e cioè che il male che l'aveva colpito, un tumore al polmone, era incurabile, e l'avrebbe portato alla fine entro pochi mesi. Non gliel'ho detto, celando la verità dietro un cumulo di pietose bugie, per tanti motivi. Mi sono consultato con amici e medici. Tutti mi tranquillizzavano: sarà lui a chiedere, se vuole sapere. Come se la verità fosse un optional. Così sono stato zitto, andando avanti con frasi fatte del genere: Sei malato, sì, ma ti stiamo curando, vedrai che guarirai, ci sono già progressi, andiamo da quest'altro dottore, proviamo una nuova terapia. Finché è morto. E solo dopo ho scoperto che aveva usato quegli ultimi mesi, senza dirmelo, per prepararsi. Aveva scritto una lunga lettera in cui spiegava in dettaglio come sistemare tutte le faccende burocratiche, vero pallino di una vita da impiegato dello Stato ligio e rispettoso delle leggi: la pensione di reversibilità per la mamma, il conto corrente a doppia firma, il cassetto dove erano custoditi i documenti importanti. Poi aveva cominciato a far visita a persone che non vedeva da anni. Andava a casa loro, senza una ragione plausibile, si faceva una chiacchierata, prendeva un caffè. Un paio di loro mi hanno poi detto: «Era come se volesse salutare». E infine quel biglietto, trovato quasi per caso tra le sue carte, così sorprendente per chi lo conosceva devoto e tradizionalista: «Non voglio dare disturbo con sepolture e tombe, voglio essere cremato». Tutte queste cose mio padre ha dovuto scriverle, perché il suo figlio maggiore non ha avuto il coraggio di parlare un po' con lui della morte, e continuava a far finta di nulla mentre lui lasciava in giro le sue volontà. Se restiamo soli di fronte alla fine, è perché nessuno vuole parlarne con noi. Ma anche - e penso che questo sia stato il caso di mio padre - perché coloro che stanno per andarsene temono, parlandone, di addolorare le persone amate. Ciascuno vuole proteggere l'altro; e tutti perdiamo l'ultima occasione.

Parlare della morte, fin da quando si affaccia nella nostra vita, restituisce invece un senso di pace, ci evita quella sensazione di rimorso per non aver sfruttato l'estremo momento per avvicinarci ai

nostri cari. Ci sono almeno sei tipi di conversazione che possono avvenire nel tempo, breve o lungo che sia, tra la diagnosi terminale e la fine: verbali e non verbali, ma tutte ricche di valore e significato<sup>6</sup>.

Innanzitutto si può cominciare dall'amore: ognuno dice all'altro, spesso per la prima volta, quanto è importante per lui. È qualcosa che facciamo raramente quando la vita scorre tumultuosa e irruente. Per capire quanto veramente amiamo, o siamo amati, abbiamo bisogno di quel momento di sospensione che precede l'addio. Forse è soltanto andandosene che ci si può avvicinare così tanto.

Il secondo tipo di conversazione possibile contiene un messaggio destinato a restare nel tempo: un nonno che sprona il nipote a inseguire il suo progetto di vita, il suo sogno, a non lasciarsi distogliere da nessuno, neanche dal padre; o una madre che assegna i compiti alla famiglia che rimane - chi si occuperà di chi -, cementandone quell'unità di cui era garante in vita.

C'è poi una conversazione spirituale o religiosa (quella che preferirei io): dove stiamo andando, da dove siamo venuti, com'è fatta la casa del padre, buio e nulla o luce e gloria?

La quarta ipotesi consiste nel parlarsi come ci si parlava ogni giorno prima che la malattia arrivasse, mantenere la consuetudine quotidiana, guardare la televisione, fare una passeggiata, ascoltare musica: un modo di dire all'altro «stiamo vivendo insieme fino all'ultimo istante».

Oppure può trattarsi semplicemente di un chiarimento, una forma di riparazione a un male arrecato, la confessione di una colpa o di un tradimento. Ce n'è sempre bisogno tra persone che si amano; la vita lascia un accumulo di piccole e grandi ipocrisie, di bugie, di misteri, e non si deve perdere l'ultima occasione per rendere puro il proprio cuore.

La sesta e ultima conversazione è di natura pratica: si parla delle ultime volontà, dei funerali, della sepoltura; ciò di cui aveva chiaramente bisogno mio padre per rispondere alla sua ansia di ordine e compiutezza, per sentire di aver fatto fino alla fine il proprio dovere: un modo più profondo di quanto sembri per smettere di mentirsi. Si potrebbe fissare un'ora, tutti i giorni, da dedicare a una di queste chiacchierate sulla morte insieme alla persona amata che se ne sta andando. Magari la sera alle otto, al posto del telegiornale, che ormai non serve più.

Ma per poter fare tutto ciò bisognerebbe innanzitutto che chi sta morendo non rimanesse da solo in una corsia d'ospedale. Che la fine non si consumi in un luogo asettico, con le pareti bianche, senza avere intorno le proprie cose, senza privacy, lontano dagli affetti. Lasciando un vuoto a casa.

Quand'ero bambino - avrò avuto quattro o cinque anni -, mi portarono a salutare mio nonno che stava morendo. Lui mi baciò sulla fronte, poi tirò fuori da un cassetto il suo anello e i gemelli d'oro e me li regalò. Capii il senso di ciò che stava accadendo e ho ricordato quel momento per tutta la vita. A me invece non è neanche passato per la mente di portare i miei figli al capezzale del nonno morente. Mi domando come possano fare i bimbi di oggi a comprendere cosa succede ai loro cari che scompaiono, all'improvviso, nel silenzio e tra le bugie. Si sentiranno abbandonati? Forse puniti per una colpa a cui non sanno trovare ragione, senza un saluto, una carezza, un ultimo bacio?

Non si vegliano più i morti, li si nasconde alla vista. Ci si affretta a chiamare degli specialisti cui affidare le incombenze che a noi ripugnano: toccarli, ricomporli, vestirli. Ci si libera del corpo il più presto possibile. Nella nostra epoca è inimmaginabile un «compianto», tema iconografico di tanta arte figurativa, con le tre Marie, Giovanni, apostolo ed evangelista, e i due protagonisti maschili della deposizione, Giuseppe di Arimatea e Nicodemo, raccolti intorno al corpo nudo del Cristo morto. Nemmeno la *Pietà* sarebbe un'immagine comprensibile oggi, perché, come ha scritto Norbert Elias, «nessuno prende più in braccio un morto» <sup>7</sup>. Capisco adesso il senso di quelle lunghe veglie funebri che ho fatto in tempo a vedere da bambino nei paesi del Sud da cui proveniva la mia famiglia: stare insieme per giorni interi, chiacchierando a voce bassa, con la porta di casa aperta, mentre si sfilava lentamente davanti al defunto steso sul letto, circondato dalle prefiche e dal loro lamento professionale, con le vicine che portavano cibo a volontà, quasi fosse un interminabile banchetto. C'era più senso di comunità in una morte allora, che in una vita oggi. In compenso il consumismo non ci lascia in pace nemmeno dopo la dipartita, pretendendo di impadronirsi anche dei nostri cadaveri. C'è già chi vende la possibilità di trasformare con un processo industriale le ceneri del proprio caro in un diamante da indossare (e, si sa, un diamante è per sempre); chi propone di spararle a pagamento nello spazio, in orbita; e chi suggerisce di farne pietre coralline su cui

possa impiantarsi una vita sottomarina <sup>8</sup>.

So bene che molte volte, al culmine di una lunga e dolorosa malattia, non è possibile accudire a casa chi sta per morire. I malati terminali hanno bisogno di cure, di essere seguiti costantemente da medici e infermieri, tutte cose che è difficile garantire in famiglia (anche se non possiamo sottovalutare la dedizione di tanti figli e figlie che ancora assistono i loro cari fino all'ultimo istante tra le pareti di casa, con indicibili difficoltà e un'ostinata voglia di amare). Per questo bisognerebbe spostare risorse e attenzione dal sistema sanitario, che tratta tutti allo stesso modo, spende molto e fornisce più prestazioni mediche di quante sarebbero necessarie e giuste, verso una rete di luoghi di cure palliative individualizzate, che aiutino ogni singolo paziente ad avere la morte che vorrebbe. Luoghi dove non ci siano solo camici bianchi, ma anche nuove figure professionali in grado di assistere la natura mentre fa il suo corso, un po' come per le nascite c'erano un tempo le levatrici. Persone che aiutino le famiglie a fare scelte fondate sulla verità, «invece di incoraggiare la ricerca senza speranza di un miracolo medico, ricorrendo a trattamenti inutili che protraggono l'agonia e rendono difficile dirsi addio» <sup>9</sup>.

Nel mio testamento, dunque, al rifiuto di essere portato in ospedale quando non è più possibile guarire, aggiungerei un'altra richiesta: non morire da solo, ma accompagnato.

«Accompagnamento» è una parola oggi usata spesso in modo improprio, dato che è diventata un sinonimo ipocrita per «eutanasia». Ma io non voglio affatto essere accompagnato in quel modo. Desidero invece essere tenuto letteralmente per mano da chi mi ama. Per questo, pur non volendo prolungare la mia agonia con il ricorso a una macchina, intendo vivere fino all'ultimo istante, perché non vedo alcuna buona ragione per perdermelo, e sono curioso di sapere come sarà. Avrò paura del dolore, come chiunque. E accompagnamento per me vuol dire anche un aiuto a non provare dolore fisico. Nelle sue ultime ore di vita in ospedale, quando il polmone non c'era praticamente più, mio padre ci bisbigliava di voler dormire, non domandava di essere aiutato a respirare. La maggior parte delle persone che chiedono di morire prima del tempo lo fanno perché soffrono, o perché hanno paura di soffrire. Cambierebbe davvero tutto nel dibattito sull'eutanasia se concentrassimo i nostri sforzi sulla necessità di garantire un'adeguata terapia del dolore ai malati terminali. Molto è

migliorato in Italia, su questo fronte, ma si può certamente fare di più. Un medico inglese, che opera in un centro britannico di terapie alternative, ha raccontato di aver avuto in cura un giovane olandese malato terminale di cancro, proveniente dunque da un paese dove l'eutanasia è legale. Non aveva scampo ed era in condizioni fisiche terribili. Ma era andato via dall'Olanda perché temeva che i dottori lo avrebbero spinto verso la «dolce morte», basandosi sulla presunzione che morire è ciò che vogliono tutte le persone in quello stato. E invece lui voleva vivere il più a lungo possibile, stare con la moglie e la figlia ancora un po', senza per questo essere disumanizzato dalla sofferenza fisica. Ha vissuto altri due mesi e credo che siano stati fra i più densi e ricchi della sua vita <sup>10</sup>.

Nella cultura ebraica c'è un trattato (*Shabbat*) che proibisce di «spostare una persona agonizzante perché ciò potrebbe abbreviargli la vita, anche se solo di pochi secondi: colui che trasgredisce a questa proibizione è chiamato assassino. Un secondo di vita può contenere l'infinito» <sup>11</sup>.

Se crediamo alla grandezza dell'essenza, sappiamo che in un secondo si possono concepire pensieri o dire parole di un valore incommensurabile, che valgono un'intera vita. Ma si può anche, più semplicemente, coltivare un ricordo, strappare un sorriso, regalarsi a un amico. Come si fa, dunque, a buttare via anche solo un istante?

Ermanno Olmi, il grande regista, ormai consapevole di essere alla fine dei suoi giorni, ha raccontato in una lunga intervista a Gian Antonio Stella quanta bellezza ci sia in ogni momento, anche in quell'ultimo che qualcuno vorrebbe risparmiarsi. «Andai a trovare Tonino Guerra a Sant'Arcangelo di Romagna quando stava davvero molto male. C'era stata una grande nevicata. Pareva quella di *Amarcord*. Entrai, lui era girato verso la finestra. La moglie gli fa: "Tonino, c'è Ermanno". Lui, sofferente, manco si gira. Entra la fisioterapista che doveva fargli un massaggio alle gambe. Esco. Quando rientro, lo trovo seduto con la schiena appoggiata alla testiera del letto: "Ciao, come va?". E cominciamo a parlare. A un certo momento dice: "Non hai idea di quante cose bellissime mi ha raccontato Andrej Tarkovskij! Quando torni la prossima volta te le racconto". Dopo tre ore era morto. Cosa voglio dire? Non c'è istante di vita che non abbia un significato. Figurati l'ultimo degli istanti. È la somma di tutta la tua vita. E c'è dentro tutta la tua vita. L'uomo è a immagine di Dio e anche Dio è immagine dell'uomo. Che ha una capacità smisurata di essere l'infinito» <sup>12</sup>.

- 
- <sup>1</sup> Iona Heath, *Modi di morire*, Torino, Bollati Boringhieri, 2008.
- <sup>2</sup> Bianca Bosker, *The App That Reminds You You're Going to Die*, in «The Atlantic», 15 febbraio 2018.
- <sup>3</sup> Sono parole del Nobel per la Pace Tenzin Gyatso, quattordicesimo Dalai Lama.
- <sup>4</sup> François Mitterrand, *Prefazione*, in Marie de Hennezel, *Nous voulons tous mourir dans la dignité*, Paris, Robert Laffont, 2013.
- <sup>5</sup> Geoffrey Gorer, *The pornography of death*, in «Encounter», 10, 1955. Devo questa citazione, insieme a molte altre idee e spunti confluiti in questo capitolo, a Vincenzo Paglia, autore di *Sorella morte*, Milano, Piemme, 2016.
- <sup>6</sup> Maureen P. Keeley, *Final Conversations: Helping The Living and The Dying Talk with Each Other*, St Louis, Cache River Pr, 2007.
- <sup>7</sup> Norbert Elias, *La solitudine del morente*, Bologna, il Mulino, 2005.
- <sup>8</sup> Cfr. Victor Tangermann, *7 Futuristic Things To Do With Your Body When You Die*, [Futurism.com](http://Futurism.com), 1° giugno 2018.
- <sup>9</sup> Kathryn Mannix, *With the End in Mind*, New York, Little, Brown & Company, 2018.
- <sup>10</sup> *Ibid.*
- <sup>11</sup> Paglia, *Sorella morte*, cit., p. 95.
- <sup>12</sup> Gian Antonio Stella, *La malattia mi ha aggredito, ma serve anche soffrire*, in «Corriere della Sera», 10 gennaio 2015.

## Restare umani (ovvero farsi crescere la barba)

Quante persone scoprirebbero che vale la pena di vivere una volta che non dovessimo più morire?

ELIAS CANETTI, *La coscienza delle parole*

Qualche tempo fa, durante la pausa di un talk show, Silvio Berlusconi mi ha preso da parte e mi ha sussurrato: «Si tagli quella barba». Poi, guardandosi intorno per esser certo che nessuno ci ascoltasse, ha aggiunto con orrore: «È bianca».

Il Cavaliere, si sa, combatte da anni una dura battaglia personale e politica contro l'invecchiamento ed è per questo diventato una specie di testimonial dell'industria dell'eterna giovinezza, portando con orgoglio sul volto e sul corpo i segni dello sforzo per ritardare la vecchiaia in cui sono oggi impegnati le donne e gli uomini del nostro opulento Occidente. E con buoni risultati: se guardate una foto di Berlusconi di vent'anni fa e la confrontate con una recente può venirvi il legittimo dubbio che sia ringiovanito. Del resto lui stesso ha scherzato più di una volta - ma forse non scherzava affatto - sulla sua intenzione di conquistare l'immortalità. Don Verzè, il fondatore dell'ospedale San Raffaele di Milano, rivelò nel 2010 che l'allora premier gli aveva più modestamente chiesto di «farlo campare fino a centocinquant'anni», con la scusa che, se fosse arrivato a quell'età, avrebbe avuto il tempo sufficiente per mettere a posto l'Italia. Il fatto che io mi sia lasciato crescere una barba bianca all'età in cui lui aveva appena cominciato a ringiovanire, non poteva dunque che sgomentare un uomo di tali ambizioni anagrafiche.

Col senno di poi, avrei potuto rispondere a Berlusconi con le parole di un altro grande anziano, anche se molto diverso da lui, il fondatore della comunità monastica di Bose, Enzo Bianchi. Il quale ha fatto notare che «in ebraico, la lingua del Vecchio Testamento, il vecchio è definito *zaqen*, da *zaqan*, che sta per barba»<sup>1</sup>. La vecchiaia era infatti considerata l'età in cui non ci si rade più.

L'ebraico antico aveva anche un altro termine per indicare l'ultima fase della vita, *seib-seiba*, che evoca invece la canizie. «I capelli bianchi», spiega il priore di Bose, «costituivano causa di onore, destavano rispetto, conferivano dignità a una persona. Erano infatti indizio di una beata e serena stagione della vita, quella in cui gustare la pienezza dei giorni» <sup>2</sup>.

Evidentemente non la pensa così Berlusconi, la cui idiosincrasia per la peluria bianca è del resto ampiamente condivisa: ogni giorno incontro persone che mi suggeriscono di radermi perché «la barba invecchia». E se io invece volessi accettarlo, questo invecchiamento che lo spirito del tempo aborrisce?

È strano: proprio quando gli anziani stanno per conquistare il mondo, si pretende che si camuffino per restare giovani. Tra un paio d'anni gli over sessantacinque della terra saranno per la prima volta più numerosi degli under cinque (dall'8% della popolazione mondiale nel 1950, raggiungeranno il 21% un secolo dopo). E ciò nonostante ci vergogniamo di invecchiare. È un'ossessione che non si esprime solo con i ritocchi estetici: trapianti di capelli, sopracciglia tuate, zigomi sollevati, labbra gonfiate. Il wellness, e cioè la ricerca di un benessere fisico che ci consenta di prolungare a dismisura la giovinezza, si è fatto estremo e anche bislacco, dando vita a un vero e proprio festival del rimedio portentoso che ha tratti di irresistibile comicità involontaria. Il catalogo va dal «latte ai funghi reishi, con proprietà antitumorali, al polline di pino crudo, contro le disfunzioni sessuali, alla polvere di perle e l'astragalo, per l'osteoporosi e il raffreddore». Ci sono poi le «punture d'ape contro l'artrite reumatoide» e «le uova di giada vaginali, sempre esaurite online, per tono muscolare ed equilibrio ormonale» <sup>3</sup>.

Dietro queste mode si muove un'industria che ormai vale tre volte quella farmaceutica. Gli esseri umani senza preoccupazioni economiche, e quindi in grado di spendere, attribuiscono sempre più valore al loro star bene. Lo stesso concetto di salute si è evoluto nel tempo: una volta con quel termine si intendeva assenza di malattie o di disturbi; oggi ci si riferisce invece a un più complesso e mitico stato di benessere olistico, in cui condizione fisica, mentale ed emotiva funzionino al massimo e in sincrono. Avere un bell'aspetto, sentirsi bene e dormire meglio è oggi al centro dei desideri del consumatore occidentale. La salute è diventata il nuovo lusso, un vero e proprio status symbol.

A guidare questa corsa all'eterna giovinezza sono naturalmente



le star del cinema e del web. Il sito Goop, lanciato da Gwyneth Paltrow, è specializzato in *cleansing*, lavaggi del colon e incontri con guaritori; con i soli «protocolli vitaminici» guadagna oltre centomila dollari al giorno. Leonardo DiCaprio invece si fa le docce di vitamina C. Non ci si ferma davanti a niente: sempre più successo riscuote, per esempio, il trapianto di feci, un'infusione di escrementi da un donatore sano a un malato di colite, che ricolonizza l'intestino di batteri buoni (si raccomanda che il donatore abiti nelle vicinanze, in modo che le feci non siano più vecchie di due ore, e che sia regolare nei suoi movimenti intestinali, così da non fornire materiale troppo duro da trapiantare). Di fronte a tanta sofisticazione, il mio Pilates bisettimanale contro l'artrosi, la mia cura mensile di fermenti lattici contro la colite, e la mia modesta e saltuaria dieta alimentare, sembrano i rimedi della nonna. Eppure anch'io non posso fare a meno di sbirciare l'ennesimo articolo di giornale o rubrica di rivista che elargisce consigli per star bene, né riesco a evitare con i miei coetanei continue comparazioni tra esperienze terapeutiche o salutistiche miracolose. Apparire vecchi sembra a tutti noi disdicevole, perché l'egemonia esercitata dalla gioventù sui costumi del tempo è irresistibile.

Sono infatti i millennials a indirizzare il trend: per loro il wellness è un impegno quotidiano, una ricerca attiva, una parte imprescindibile dell'esperienza esistenziale. Anche esteticamente hanno portato il fitness nella vita di ogni giorno, come dimostra l'abitudine diffusa di indossare abbigliamento da palestra anche nei luoghi di lavoro e nel tempo libero, dagli yoga leggings agli indumenti «tecnici», alle sneakers. E siccome lo fanno loro, lo facciamo tutti, anziani in testa.

Ci stiamo convincendo di avere ormai il potere di migliorare la specie: che corpo e mente possano essere spinti all'estremo, ottimizzati, così da diventare sempre più veloci, più resistenti, più intelligenti. Sfide e trattamenti mirano infatti a un obiettivo che va ben oltre il semplice bisogno di tenersi in forma: puntano a ridefinire i nostri limiti, a darci nuovi poteri di controllo su noi stessi, e infine a renderci superumani o, secondo un'altra definizione, postumani, termine che annuncia una vera e propria mutazione antropologica, «la vigilia di un cambiamento stesso della natura del corpo»<sup>4</sup>. L'idea della nostra epoca è che anche nel campo della manipolazione dell'uomo tutto sia possibile e che dunque non ci si debba risparmiare alcuno sforzo. La «vita buona»

di Platone e Aristotele è superata: ormai vogliamo la vita perfetta.

E infatti il perfezionamento del genere umano è il principio alla base del più ambizioso progetto partorito dalla *hybris* del nuovo millennio: la guerra alla vecchiaia. I finanziatori di questo vero e proprio movimento culturale e scientifico sono i supermiliardari della Silicon Valley, che investono cifre astronomiche nella convinzione di poter decifrare, e dunque «crackare», il codice della vita. Se lo abbiamo fatto con gli algoritmi, è la loro idea, possiamo farlo anche con gli uomini. Di recente la statunitense National Academy of Medicine ha lanciato il Grand Challenge of Healthy Longevity con un premio di venticinque milioni di dollari destinato alla scoperta più innovativa. La start up Unity Biotechnology ha raccolto in poco tempo centosedici milioni da donatori come Jeff Bezos, Ceo di Amazon, e Peter Thiel, cofondatore di PayPal, ansiosi di allungare la propria vita. A suonare la carica è stata Google. Il Ceo di Google Ventures, Bill Maris - un vegetariano che si allena un'ora al giorno su una macchina ellittica di sua concezione e tiene sottovetro sulla scrivania una scansione in 3-D del suo cervello -, ha avuto l'idea di fondare una nuova società con l'esplicito e modesto obiettivo di «risolvere il problema della morte», ibridando gli umani con l'Intelligenza artificiale. Il progetto ha suscitato un tale entusiasmo nei suoi datori di lavoro in Google, Larry Page e Sergey Brin (quest'ultimo ha scoperto di avere una variante genetica che lo predispone al Parkinson), da spingerli a investire tutta la potenza economica del loro colosso. Così, nel 2013 è nata Calico (che sta per California Life Company), azienda le cui ricerche sono circondate dalla più assoluta segretezza: si sa soltanto che un migliaio di topi è sotto osservazione dalla nascita alla morte per trovare i *markers* dell'invecchiamento e che i laboratori dispongono di tutto il denaro, il tempo e il *brain power* necessari per poter un giorno produrre quella che già chiamano la «pillola di Dio».

Nel campo della corsa all'elisir di lunga vita bisogna però saper distinguere tra le due grandi correnti di pensiero che si fronteggiano, perché completamente diverse sono le conseguenze che possono produrre sul piano etico. La prima, infatti, punta a prolungare la vita umana scoprendo una terapia per le malattie correlate alla vecchiaia; la seconda, invece, mira a trovare la cura per la vecchiaia in sé, considerandola una malattia. Gli uni hanno come obiettivo la longevità, gli altri l'immortalità.

Per fortuna, la maggioranza degli scienziati appartiene al primo

gruppo. Tuttora, infatti, la Food and Drug Administration non riconosce l'invecchiamento come una malattia, il che riduce fortemente l'incentivo per le società farmaceutiche e per le assicurazioni a investire in trattamenti antiaging. L'approccio in questo caso è dunque corretto: si parte dalle malattie. Dall'inizio del Novecento la durata della vita umana si è allungata di trent'anni, ma ciò ha comportato la proporzionale diffusione di patologie come il tumore, l'infarto, il diabete, la demenza, che sono strettamente correlate all'invecchiamento, tanto da esserne diventate sinonimi. Gli scienziati che puntano sulla longevità, e che potremmo chiamare «salutisti», intendono dunque studiare le cause dell'insorgere di queste patologie al fine di comprendere perché non ne siamo affetti a vent'anni e come sarebbe possibile estendere la stessa immunità oltre i cento. Sembra infatti che, se si riesce a superare indenni l'età delle malattie, dopo una certa soglia la curva della mortalità decelererà. Fino a ottant'anni il rischio di decesso cresce esponenzialmente a velocità costante, ma superati i centocinque non sale più, si ferma: «Non significa che non si rischia più di morire, ma semplicemente che il rischio non cresce. Questo livello costante lo chiamiamo "plateau", e ci dimostra che il limite di mortalità non è stato ancora raggiunto» <sup>5</sup>.

Quale sia l'età massima cui possa ambire un essere umano è dunque ancora incerto. Il record registrato finora appartiene alla francese Jeanne Calment, deceduta nel 1997 alla veneranda età di 122 anni. Curiosamente, è più o meno il limite che l'Onnipotente fissa nel Libro della Genesi: «Il mio spirito non resterà sempre nell'uomo, perché egli è carne e la sua vita sarà di centoventi anni» <sup>6</sup>.

L'aspetto positivo della ricerca che lavora sulla lotta alle malattie sta nel fatto che, seppure ambiziosa, essa è consapevole dei limiti della condizione umana e non si propone di valicarli. Coloro che se ne occupano sanno infatti che seppure riuscissimo a «debattere il cancro aggiungerebbero solo 3,3 anni a una vita media; e se anche risolvessimo il problema delle malattie cardiovascolari, ne guadagneremo altri 4. Se eliminassimo tutte le malattie, arriveremo tranquillamente ai novant'anni. Per andare oltre, però, dovremmo essere in grado di rallentare il processo stesso dell'invecchiamento cellulare» <sup>7</sup>.

I salutisti non puntano dunque all'immortalità. Hanno ben presente il mito greco di Eos, l'Aurora, sorella del Sole e della Luna,

che pregò Zeus di concedere al suo amante Titono la vita eterna, dimenticando però di chiedere per lui anche l'eterna giovinezza. Soffrendo nel vederlo diventare sempre più vecchio, decrepito e privo di forze, decise quindi di tornare da Zeus e ottenne che fosse trasformato in una cicala. Da qui il verso di quest'insetto, l'ininterrotto frinire con cui, racconta il mito, chiede continuamente di essere liberato dalla sua condanna all'immortalità. È una potente metafora per dire che in un mondo senza più morte si vivrebbe come in un incubo: Stalin, Franco o Mugabe potrebbero essere ancora vivi; non nascerebbero più idee nuove, che sono di solito il frutto di menti giovani (il Sessantotto, per esempio, non sarebbe esistito; ma non sono certo che questo possa essere considerato uno svantaggio). E ognuno di noi avrebbe ben poche ragioni per alzarsi dal letto ogni mattina, visto che tutto ciò che ha da fare potrebbe rimandarlo a uno degli infiniti domani che ha davanti a sé.

Non tutti però la pensano in questo modo. Esiste una corrente di pensiero che potremmo definire degli «immortalisti», i quali ritengono possibile che sia l'uomo, e non la natura, ad accrescere il potenziale evolutivo della specie. A differenza dei salutisti, essi ritengono infatti che l'incremento di longevità possa essere costante e dunque teoricamente infinito. Il calcolo su cui si fonda la loro convinzione è stato espresso con la massima chiarezza da Aubrey de Grey, il guru di Sens, una fondazione che si occupa di rendere «trascurabile la senescenza»: «Abbiamo almeno un 50 per cento di possibilità di sviluppare, entro i prossimi vent'anni, farmaci per il ringiovanimento che possano essere applicati a persone di 60 anni: ciò consentirà loro di non diventare di nuovo biologicamente sessantenni fino almeno ai 90 anni. Credo che in quei 30 anni miglioreremo ulteriormente le terapie così da ringiovanire ancora le stesse persone. A questo punto non diventeranno biologicamente sessantenni fino a quando non avranno 150 anni... e così via. Non penso quindi che sconfiggeremo al 100 per cento l'invecchiamento nei prossimi decenni, ma l'effetto che progressivamente otterremo equivarrà ad averlo fatto: gli individui rimarranno biologicamente giovani, a prescindere dalla durata della loro vita»<sup>8</sup>.

Ora, sarà per la sfiga di appartenere all'ultima generazione di sessantenni che non farà in tempo a salvarsi, ma qualcosa in questo ragionamento non mi convince. Gli immortalisti vedono infatti l'invecchiamento non come un processo biologico ma fisico: l'entropia che demolisce una macchina. Pensano che se il corpo è

un sistema, allora può essere trattato come un computer e la vecchiaia come un bug del software, una semplice falla. La convinzione semplicistica che invecchiare non sia null'altro che un errore di programmazione è difficile da eliminare nelle «menti algoritmiche» della Silicon Valley, certe come sono che Dna e sistemi operativi dei computer possano essere equiparati e prima o poi, perché no?, copiati l'uno sull'altro per essere manipolabili a piacere. Non è un caso che tutti i maggiori esponenti della corrente degli immortalisti abbiano cominciato la loro carriera nell'industria della tecnologia.

Alcuni di loro si rendono protagonisti di tentativi a dir poco ardui. Il microbiologo americano Brian Hanley sta conducendo esperimenti su se stesso, iniettandosi nella coscia sinistra ciò che ritiene essere l'equivalente di un sistema operativo: un analogo del gene che rilascia l'ormone della crescita. Sostiene che funzioni: a sessant'anni ha livelli di testosterone e di colesterolo buono superiori a quelli dei coetanei. È anche particolarmente euforico: ha già avuto quattro incidenti importanti causati dalla convinzione di poter fare di più di ciò che sarebbe lecito alla sua età. Ultimo in ordine di tempo: un'ernia del disco causata dal tentativo di sollevare un frigorifero. Hanley ritiene che anche questo sia un aspetto del suo ringiovanimento ed è convinto che se solo trovassimo i geni giusti e riuscissimo a rendere sicura la loro trasmissione nel Dna <sup>9</sup>, «saremmo in grado di produrre trasformazioni negli uomini più grandi di quelle degli eroi della Marvel, rendendoli super veloci, super forti, super resistenti» <sup>10</sup>.

Altri ricercatori lavorano su un'ulteriore ipotesi. Hanno scoperto che i moscerini della frutta vivono il doppio se costretti a una dieta spartana, cioè ridotti alla fame. Si sono dunque convinti che esista un regolatore del metabolismo il quale induce il corpo a risparmiare energie e a concentrarsi sulla riparazione delle cellule quando è sottoposto a un forte stress, garantendosi così una vita più lunga. C'è un solo guaio: un organismo in queste condizioni smette anche di riprodursi, perché comprensibilmente pensa che non sia il momento giusto per farlo. Un problema, ma anche un'opportunità, a pensarci bene. Se un giorno davvero scopriremo il modo di raggiungere l'immortalità, dovremmo infatti anche trovare una soluzione al problema della sovrappopolazione: e allora smettere di riprodursi potrebbe essere un'idea.

I più radicali pensatori di questa corrente credono addirittura

che la soluzione stia nel fondere parti meccaniche con cervelli umani, estratti dal corpo in decadenza e conservati nel cloud. Un processo di ibridazione di «intelligenza biologica e non biologica», alla fine del quale «sarà anacronistico possedere un corpo», perché questo può anche morire, ma ciò che davvero conta e ci distingue come individui, cioè la nostra mente, può essere caricato su un hard disk e interfacciato su banda superveloce con qualsiasi corpo, naturale o meccanico che sia. Alle ultime elezioni presidenziali americane si è presentato anche un candidato del Partito transumanista, Zoltan Istvan, il cui programma è «rendere la morte un optional». Ha percorso gli States a bordo di un «Immortality Bus» dipinto di marrone per sembrare una gigantesca bara. Molti seguaci sono i discendenti della beat generation; condividono con Timothy Leary, uno dei guru della controcultura degli anni sessanta, la certezza che un giorno sarà la tecnologia a liberare gli uomini dai loro limiti mentali e fisici <sup>11</sup>.

Può sembrare fantascienza, ma molta gente crede davvero alla prospettiva dell'immortalità. Tanto è vero che già 377 persone hanno fatto ricorso ai servizi di società che propongono l'ibernazione (a caro prezzo, s'intende, perché il costo del trattamento varia da 28 mila a 200 mila dollari): conservano il corpo dopo il decesso in una soluzione di azoto liquido per surgelare gli organi, in attesa che si trovi una cura per la morte. Altri duemila individui in tutto il mondo hanno sottoscritto contratti per essere ibernati una volta defunti, e tra questi otto italiani. Per il momento la crioconservazione non è permessa in vita, perché non si conosce ancora la tecnica per tornare indietro, risvegliando le persone congelate <sup>12</sup>.

Non bisogna prendere sottogamba queste tendenze. Niente di ciò che si pensa e si progetta negli States va trattato con sufficienza. Tutto quello che si può fare prima o poi si farà, e il progresso della tecnica ci ha dato infinite dimostrazioni di come molte delle cose che oggi ci sembrano impossibili, domani non lo saranno. Nel caso specifico della ricerca dell'immortalità, si tratta poi di una speranza da sempre presente nel cuore degli uomini e per realizzarla di certo non si lesineranno sforzi e risorse. Ma il guaio è che già il solo pensare di poter modificare definitivamente la specie cambia la condizione umana, indipendentemente dal fatto che un giorno ci si riesca o meno. Ed è questo che deve preoccuparci, perché un tale mutamento non può che avvenire a discapito della dignità e

dell'uguaglianza degli esseri umani.

Chi potrebbe impedire, infatti, ai ricchi di godere di una pillola della longevità anche prima che sia disponibile per tutti? E chi potrebbe escludere l'ipotesi che per nutrire il loro sogno di immortalità siano disposti a calpestare i diritti altrui o a sottrarre ai loro simili elementi vitali come il cibo e l'acqua, o perfino a eliminare i poveri mortali per far spazio alle proprie ingombranti e infinite esistenze? Già oggi circolano numerose utopie eutanasiche che immaginano di liberare la società dagli anziani e dai malati, per concentrare le sempre più scarse risorse sui giovani e sani. Ha scritto Ernest Becker, antropologo autore di un libro fondamentale sul tema del rifiuto della morte, che ognuno di noi ha una natura simbolica, oltre a quella fisica, e con essa coltiva un suo «progetto immortalità» in grado di assicurarlo sul fatto che qualcosa di noi non morirà mai, indipendentemente da ciò che accade al nostro corpo <sup>13</sup>. È su questo dualismo innato nell'uomo che si sono fondate le religioni, con le loro promesse, diverse ma comuni, di vita eterna. Questo stesso afflato, però, quando non prende la via del sentimento religioso, cioè di affratellamento, o anche quando prende la forma del fondamentalismo religioso, ossia il contrario dell'affratellamento, è la causa di ogni forma di conflitto umano tra l'aspirazione alla «mia» immortalità (e quella della mia tribù, della mia nazione, della mia etnia, della mia fede) e il progetto di immortalità degli altri.

Bisogna dunque stare in guardia. Le teorie transumaniste puntano a perfezionare l'uomo per portarlo in una condizione dichiaratamente non più umana. Alla nostra generazione, l'ultima venuta al mondo prima della rivoluzione digitale, spetta forse il compito di reagire tenendo alta la bandiera di un umanesimo né post né trans, che rimetta al centro l'uomo, la sua finitezza, la consapevolezza del limite. Il primo passo è saper distinguere tra progresso scientifico finalizzato a migliorare la qualità della vita e nuove derive eugenetiche che si propongono di manipolare l'uomo. Una cosa è prefiggersi l'obiettivo della terapia e della cura delle sofferenze, un'altra è «alterare la natura umana, potenziandola, attraverso nano tecnologie, microchip, riversamento dell'identità in supporti che consentano di preservarla per i secoli dei secoli» <sup>14</sup>.

Può dunque accadere che ribellarsi alla moda del tempo, cominciando con l'esibire la propria età senza vergognarsene, senza tentare di camuffarla dietro un inganno, sia oggi una prima, piccola

forma di resistenza, il nucleo iniziale di un «nuovo umanesimo». Il primo obiettivo che deve porsi è innanzitutto quello di restituire agli anziani il diritto di non essere giovani e di non venire giudicati per la loro età. Una discriminazione (neanche tanto sottile) è infatti in corso nelle nostre società: non solo nei confronti delle persone che invecchiano, ma anche tra coloro che lo fanno avendo i mezzi economici e culturali per piegarsi alla dittatura del giovanilismo, ed essere dunque accettati, e quelli che invece non possono permettersi palestre, preparatori atletici, integratori alimentari, chirurghi plastici, massaggiatori (e che non vivono nella Silicon Valley).

Dietro l'utopia dell'immortalità si nasconde un discorso molto concreto di isolamento e di rifiuto degli anziani. E se da un lato c'è chi, come Berlusconi, nasconde l'età, ci sono d'altro canto politici che, vantando la loro gioventù, hanno fatto del proposito esplicito di «far fuori i vecchi» il loro slogan programmatico, come è avvenuto nel caso della «rottamazione» di Matteo Renzi. Anche a lui, per par condicio, possiamo dunque dedicare una riflessione di Enzo Bianchi: «La parola rottamazione, purtroppo entrata nel linguaggio quotidiano, porta il segno di una barbarie e di un'insensibilità che abitano quanti non sanno ciò che dicono e di conseguenza non sanno ciò che fanno e i danni che provocano. Rottamare era un verbo applicato ai prodotti della tecnica, mentre ora vuole significare che i vecchi devono essere sostituiti e mandati al macero...» <sup>15</sup>.

Verrebbe da dire: anziani di tutto il mondo uniamoci. Non facciamoci rottamare. E lasciamoci crescere la barba.

---

<sup>1</sup> Enzo Bianchi, *La vita e i giorni. Sulla vecchiaia*, Bologna, il Mulino, 2018, p. 39.

<sup>2</sup> *Ibid.*

<sup>3</sup> Costanza Rizzacasa D'Orsogna, *Wellness estremo*, in «Corriere della Sera», 4 agosto 2017.

<sup>4</sup> Stefano Rodotà, *Tra chip e sensori arriva il post-umano*, in «la Repubblica», 6 dicembre 2004.

<sup>5</sup> La ricerca è stata condotta da Elisabetta Barbi, docente di Demografia alla Sapienza di Roma. Ne ha dato conto Giacomo Talignani su «Repubblica» il 30 giugno 2018 (*Vivere fino a 122 anni «Non sarà un'eccezione»*).

<sup>6</sup> Genesi, 6, 3.

<sup>7</sup> Tad Friend, *Silicon Valley's Quest to Live Forever*, in «The New Yorker», 3 aprile 2017.

<sup>8</sup> Alessia Rastelli, *L'uomo eterno forse è già nato. Basta ringiovanire le nostre*



cellule, in *La Lettura*, «Corriere delle Sera», 22 luglio 2018.

<sup>9</sup> Attraverso il Crispr: si tratta di una nuova tecnica di vero e proprio editing che permette di tagliare, sostituire e cucire il filamento del Dna nel punto esatto in cui lo si desidera, correggendolo così con estrema precisione. Cfr. Anna Meldolesi, *E l'uomo creò l'uomo*, Torino, Bollati Boringhieri, 2017.

<sup>10</sup> Friend, *Silicon Valley's Quest*, cit.

<sup>11</sup> Olga Khazan, *Should We Die?*, in «The Atlantic», 18 febbraio 2017.

<sup>12</sup> Cfr. *Ibernazione, nel mondo 377 persone già congelate. Ma al momento non esiste una tecnica per "risvegliarle"*, in «Il Fatto Quotidiano», 18 novembre 2016.

<sup>13</sup> Ernest Becker, *The Denial of the Death* (1973), *Il rifiuto della morte*, Milano, San Paolo, 1982.

<sup>14</sup> Giacomo Samek Lodovici, direttore scientifico del convegno dell'associazione Scienza&Vita, *Homo Cyborg. Il futuro dell'uomo, tra tecnoscienza, intelligenza artificiale e nuovo umanesimo*. Cfr. Alessandro Di Bossolo, *Uomo o cyborg? Bassetti: la tecnica sia sempre al servizio della persona*, [www.vaticannews.va](http://www.vaticannews.va), 25 maggio 2018.

<sup>15</sup> Bianchi, *La vita e i giorni*, cit., p. 23.

## Fare pulizia (ovvero darsi pace)

Io vulesse trovà pace; ma na pace senza morte. [...] senza scennere cchiù a patto / c' à cuscienza e 'a dignità.

EDUARDO DE FILIPPO

«Voglio morire su una spiaggia, non in un ufficio». Lo ha detto Jack Ma, il supermiliardario cinese che si è fatto da solo e dal nulla. Arrivato a cinquantaquattro anni, ha mollato la guida del colosso dell'e-commerce Alibaba e ha deciso di passare il resto dei suoi giorni a fare beneficenza. E tutti i quotidiani del mondo l'hanno messo in prima pagina. Bella forza: ci avevo pensato anch'io a non morire in un ufficio. Solo che è un po' più difficile per chi non ha quaranta miliardi di dollari di patrimonio ma figli, mutuo e cane, ritirarsi a vita privata prima dell'età pensionabile.

Certo, giunti a questo punto dovremmo dare meno importanza al denaro, rivedere l'equilibrio delle nostre priorità. Bisognerebbe farsi le domande che John Maynard Keynes pose nel 1930: di quanto abbiamo davvero bisogno per vivere bene? A che livello possiamo finalmente fermarci? Secondo Keynes, quando la maggioranza delle persone avesse raggiunto un reddito fra le quattro e le otto volte superiore al salario medio dei lavoratori manuali del tempo – su per giù quanto guadagnavano a quel tempo dottori e avvocati –, avrebbe naturalmente scelto di lavorare meno e godersi di più la vita. Così si aspettava che entro un secolo il progresso tecnologico avrebbe consentito a tutti gli esseri umani di affrontare finalmente il loro vero grande problema: «come impiegare il tempo libero che la scienza e l'interesse composto gli avranno guadagnato per vivere bene, piacevolmente e con saggezza» <sup>1</sup>.

Purtroppo, però, la profezia di Keynes non si è avverata: quasi cento anni dopo, siamo ancora tutti qui, più ricchi di allora ma sempre in cerca di qualcosa di più, che possa soddisfare, se non le

nostre calanti necessità, quantomeno i nostri crescenti desideri.

Sull'ufficio sono dunque d'accordo con il tycoon cinese. Sulla spiaggia invece ho qualche dubbio: non è davvero il posto dove sogno di morire, magari sudato e in costume, circondato da estranei seminudi. Anche accettando l'immagine della spiaggia come metafora del non far niente, mi domando: siamo davvero sicuri che la stanchezza che ci assale a una certa età, quel bisogno di rallentare, di prendersi il tempo invece di continuare a rincorrerlo, a subirlo, possa tradursi in un puro desiderio di divertimento e relax? Io francamente non lo credo. Mi sembra anzi di avere bisogni ben più sofisticati di una sdraio e un Daiquiri. Vorrei riprendermi sì la mia vita, ma senza buttarla via sul bagnasciuga. Come si fa?

Ho riflettuto sulla convenzione che identifica il riposo con l'assenza di attività, e sono giunto alla conclusione che nasce da un'errata concezione dell'idea di tempo. Superata la soglia della maturità, avvertiamo tutti drammaticamente il bisogno di averne di più per noi, di reimpadronirci dei nostri giorni. Ma il tempo che possiamo e dobbiamo recuperare non è quello passato, che è finito; bensì quello che non abbiamo mai vissuto e che deve ancora cominciare. Chi si propone come modello alternativo di vita una spiaggia - o la montagna, o la campagna, o l'Islanda: ognuno ha la sua uscita di sicurezza - pensa di poter tornare al dolce far nulla, al divertimento spensierato di quando era ragazzo. Ma questo non è più possibile. E anche se lo fosse, non lo troverebbe più soddisfacente come allora.

Il perché l'ho capito in un sogno. Lo scenario non è una spiaggia ma la riva di un fiume, sulla quale, dopo un lungo cammino, mi siedo a riposare. Osservo l'acqua che mi scorre accanto, domandandomi che cosa mi aspetta, quale sarà il mio futuro. E istintivamente guardo verso valle, verso il mare, al percorso che mi resta da fare. Ma, come in un romanzo di Paolo Cognetti <sup>2</sup>, a un tratto mio padre compare al mio fianco e mi fa una domanda strana: sei sicuro che il futuro sia davanti a te? Se guardi le cose dal punto di vista dell'acqua, tutto cambia. Quella che ti sta davanti, infatti, è già passata: l'hai bevuta, ci hai nuotato dentro. Il futuro in realtà è alle tue spalle: è l'acqua che sta scendendo dalla montagna e che non hai ancora incontrato <sup>3</sup>.

Potrebbe essere, questa, un'ottima spiegazione del perché, a un certo punto, il nostro cammino si confonde. Se infatti volessi davvero andare incontro al futuro, dovrei procedere all'inverso,

tornare giovane, esattamente ciò che tutti sognano di poter fare a questa età: mollare il lavoro, innamorarsi di nuovo, andarsene al sole, rimettersi in forma. Ma non si può. Invertire la direzione di marcia è impossibile.

Ciò che importa è invece fare i conti con la propria vita per com'è e per com'è stata, non inventarsene una nuova che non è mai esistita, un mondo parallelo in cui rifugiarsi.

I paesaggi che ci aspettano di qui in poi non saranno meno interessanti né meno ricchi di novità della strada che abbiamo già percorso. Anzi. Ma poiché è l'ultimo tratto del cammino, dobbiamo saperli assaporare fino in fondo, procedendo con lentezza, fermandoci a guardare, a riflettere su ciò che vediamo e che pensiamo. Non abbiamo più bisogno di correre, di affannarci per accumulare altri soldi, pesi, oggetti, affari, ambizioni. Proprio perché ci sentiamo stanchi, vogliamo, al contrario, diventare più leggeri, spogliarci di tutto il superfluo che sentiamo gravare sulle nostre spalle. Per tenere l'essenziale. Per tornare in noi stessi, dove abita la verità, come diceva sant'Agostino.

Risorgere non vuol dire, infatti, banalmente ricominciare daccapo, rimettersi in marcia con rinnovate energie e scarpe nuove, ma per fare la corsa di sempre. Non è una tecnica di sopravvivenza, una riscoperta del ragazzo che eravamo un tempo, un modo per tornare all'antica gloria. No: risorgere è proprio nascere una seconda volta, nudi come la prima, spogli di quanto la vita ci ha messo addosso finora. Richiede dunque una purificazione: una separazione dei chicchi di grano della nostra essenza dalla pula del caos e della concitazione in cui siamo immersi, spinti dall'obbligo di piacere agli altri anche più che a noi stessi; una ripulitura dallo sporco e dalla polvere che ci hanno tante volte nascosto la bellezza della vita.

È vero, i più traggono da questa crisi di mezza età una spinta a «mollare». Le cronache sono piene di storie edificanti di celebrità e di manager alla Jack Ma che decidono di rinunciare agli agi e al successo per condurre una vita più ritirata e rilassata. In una cultura pragmatica e materialista, rappresenta l'offerta di un altro giro di giostra, l'estremo tentativo di duplicare la vita, di ingannare il tempo avviandone una seconda. Al *lean in*, uno degli slogan dell'emancipazione femminile <sup>4</sup>, la spinta a farsi avanti per prendersi il potere e la fama, si sostituisce, col tipico andamento a onda delle mode, il *lean out*, «mollare per rinascere».

Per i pochi che hanno messo abbastanza soldi da parte da poterselo permettere, «mollare» significa dire addio a esistenze estremamente stressanti, combattute tra lavoro e fitness, che lasciano perché non ne possono più, per ridurne la nevrosi. Intendono il «mollare come un nuovo resistere»<sup>5</sup> all'alienazione di esistenze frenetiche. Dunque mollare per non morire e allungarsi la vita. Una tecnica di sopravvivenza, appunto. Sono storie da cui traspare, più che il desiderio di risorgere, un'insofferenza per la vita che si conduce; più che la saggezza di una rinuncia, la disperazione di un rifiuto. Sempre ammesso che il mollare sia effettivo, e non il vezzo di un momento, come nel caso dell'iniziativa dell'imprenditore Luca Josi, che nel 2007 fece notizia spingendo un folto gruppo di personalità a firmare un appello per il ricambio generazionale in cui si prendeva l'impegno solenne di «lasciare o non accettare ruoli di leadership» compiuti i sessant'anni. Tra questi anche Alessandro Profumo, che dieci anni dopo, a sessantun anni, è asceso con pieno merito alla guida di Finmeccanica, e Giorgio Gori, che, cinquantottenne, si è candidato a presiedere la regione Lombardia per i successivi cinque anni, pur non portando a casa il risultato e tornando a fare il sindaco di Bergamo.

Contrariamente all'interpretazione corrente, a me sembra che mollare appartenga invece allo stesso universo concettuale dell'accumulare, e non ne sia nient'altro che l'estremo opposto. È una scelta nichilista, un *non fare*. Risorgere, al contrario, è azione, richiede grande impegno ed energia, è esercizio della libertà di rinunciare, è una lotta di liberazione da ciò che non è essenziale: «Il mio tempo è troppo breve: voglio l'essenza, la mia anima ha fretta. [...] Abbiamo due vite e la seconda comincia quando ti rendi conto che ne hai una sola»<sup>6</sup>.

Più che smettere di fare, conviene dunque mettersi a fare pulizia. Anche letteralmente. Nella lingua svedese esiste una parola, *dostadning*, che significa appunto «fare le pulizie della morte», ossia fare ordine in casa, buttare via le cose inutili, superflue, ingombranti<sup>7</sup>. In quella cultura non è considerata un'attività terminale, anzi: i sessant'anni sono proprio il momento giusto per cominciare un lavoro lungo che finisce solo con la fine e giunge a compimento quando lasci agli eredi la tua casa «come se fosse un testamento»<sup>8</sup>, dove tutto ciò che resta è frutto di una decisione e di una selezione, il sedimento di una vita liberata dai pesi inutili che altrimenti finirebbero per ricadere su chi viene dopo di te, e per

questo può funzionare come una mappa del tesoro per chi vorrà scoprire che cosa hai davvero lasciato. Decidere a quali oggetti rinunciare diventa così un'operazione spirituale, un modo di scegliere cosa merita di essere tramandato.

Io ho cominciato da poco, partendo dai libri, e ho già capito che sarà un lavoro duro. Ho deciso infatti di non trasmettere ai miei figli l'ingombro e il fardello della sterminata produzione editoriale che si è intrufolata nella mia vita. Sarebbe una cattiveria costringerli a tenersi tutta quella carta polverosa, proprio loro che vanno in giro portandosi tutto lo scibile umano in un leggerissimo schermo ultrapiatto. Né sarebbe giusto lasciar loro in eredità le fatiche anche fisiche di questo compito gravoso, perché i libri pesano. Allo stesso tempo, far pulizia è un modo di aiutarli a capire chi era davvero il padre, che cosa leggeva, a cosa gli piaceva pensare.

La prima fase del mio personale *dostadning* editoriale è stata facile. Quando arrivi, che so, allo scaffale della lettera S e trovi Salinger, Saramago, Sartre, Saviano, procedi in automatico: sai subito cosa buttare. Ma poi il lavoro di selezione si fa via via più duro e impegnativo: se devi scegliere fra i libri di uno stesso autore, o fra le edizioni, o fra le traduzioni; quando tua moglie è contraria a buttare un volume che invece a lei è piaciuto; quando un amico ti dice che ogni libro vale e ti fa sentire in colpa; quando arrivi di fronte alla Treccani, perché sì, è vero che oggi c'è Wikipedia, ma vuoi mettere?, quando non ti ricordi più se quel testo merita di essere salvato e devi prima rileggerlo. Non conosco esercizio migliore per riflettere sull'essenziale.

Un mio amico ha adottato un altro metodo, più sbrigativo: scaffale per scaffale, ogni cinque anni raccoglie tutto quello che non ha ancora letto e ne butta via la metà. Può funzionare come una clessidra. Ma non lascia messaggi chiari a chi erediterà i libri rimasti. Bisogna infatti comprendere che alleggerire il bagaglio è solo uno strumento e non un fine. Il fine deve essere selezionare. Vale per gli oggetti come per i libri. L'ideale sarebbe prendere una scatola di scarpe e provare a farci stare dentro tutte le cose che veramente vale la pena conservare. La mia personale lista conterrebbe *Oblomov*, *Guerra e pace*, *Il processo* di Kafka; le *Variazioni Goldberg*, tutto Battisti, *Kind of Blue* di Miles Davis; un quaderno delle elementari di ciascuno dei miei tre figli; il cappello rosso che indossava mia moglie al matrimonio; una foglia del ciliegio che ho piantato; un paio di Espadrillas, una maglietta Fred

Perry, una cravatta Paul Stuart.

Naturalmente è questione di gusti. Ciascuno ha il suo modo di scrivere implicitamente la storia della propria vita, «per parlare fuori dal tempo, per farsi a tutti ricordo»<sup>9</sup>. Ed è una riscrittura che si può applicare non solo agli oggetti, ma anche alle tante attività che da tempo non ci danno più gioia. Ce ne accorgiamo perché ormai ci infastidiscono, ci innervosiscono o ci annoiano, eppure continuiamo a praticarle per sentirci gli stessi di sempre, per non vedere ciò che è cambiato, per abitudine o per conformismo. E così finiscono per essere causa di infelicità per noi e di disagio per gli altri.

Io, per esempio, mi sono di recente ritirato dalla guida dell'auto, ogni volta che abbia la possibilità in alternativa di camminare, andare in bicicletta, prendere un mezzo pubblico. All'inizio è stato un trauma, un po' come quando ho smesso di fumare. Ma sono rimasto impressionato dalla differenza che può fare questo semplice passo: la quantità di dispiaceri, arrabbiature e pulsioni di odio verso il prossimo che mi sto risparmiando semplicemente non mettendomi più la mattina al volante. Soprattutto, so che sto risparmiando *pro quota* una porzione di tutti questi disagi anche agli altri, a quelli che guidano ancora, che altrimenti avrebbero rischiato di incontrarmi sulla loro strada. Una scelta che riduce il karma negativo totale di una città, una classica situazione *win win*: a dimostrazione del fatto che, a differenza del mollare - atto sterilmente egocentrico e potenzialmente egoistico -, risorgere si rivela un'attività carica di altruismo e densa di civismo. Fare pulizia, infatti, determina quasi automaticamente un vantaggio collettivo. È una specie di ecologia della mente: cambiando noi stessi miglioriamo anche l'ambiente di cui siamo parte.

Allo stesso modo si può fare pulizia anche con le relazioni. Mi capita sempre più spesso di avvertire l'imperativo categorico, di punto in bianco, di mettere qualcuno fuori dalla mia vita, uno dei soliti noti che si incontrano ogni mattina in ufficio o si incrociano ogni mese a una cena. All'inizio ero preoccupato da questa mia tendenza. Mi accorgevo di essere stanco di qualche conoscente e che liberarmi della sua frequentazione mi avrebbe dato un indiscutibile sollievo. Ma allo stesso tempo temevo che cedere a tale impulso potesse produrre in me una progressiva chiusura, e alla lunga trascinarci verso un'incomunicabilità incompatibile con qualsiasi tentativo di resurrezione; oltre a dare un dispiacere a

persone che non meritavano di vedersi respinte all'improvviso. Se però questa pulsione viene sfruttata come un'opportunità per sostituire ai conoscenti di sempre dei nuovi amici - se cioè in cambio facciamo spazio a incontri, scoperte, a un prossimo che ci è sconosciuto perché al di fuori degli ambienti che frequentiamo, ma che proprio per questo può rivelarsi anche più interessante -, allora può derivarne un arricchimento per sé e un vantaggio per gli altri (visto che tendiamo a presumere che anche conoscerci sia una bella esperienza).

La verità è che, in vite in cui il tempo scarseggia, aprirsi agli sconosciuti è pressoché impossibile senza selezionare i conosciuti. Mi scuso con tutti coloro cui ho applicato questa regola, amici talvolta di vecchia data che non credo abbiano sempre compreso e apprezzato la mia scelta. Ma credo che tutti, guardandoci intorno, possiamo constatare che non è poi così difficile fare una cernita. E anche chi scarteremo, d'altra parte, ne ricaverà un vantaggio: si libererà di noi, che negli ultimi tempi ci eravamo fatti un po' pesanti.

Dobbiamo insomma capire, proprio come davanti al fiume del sogno, che il corso della vita rallenta, ma in cambio diventa più profondo e più ampio. Di conseguenza, un gran rifiuto va opposto a tutte le attività multitasking. Se infatti si possono fare più cose insieme, vuol dire che sono abbastanza superficiali da poterle eliminare e risparmiarsi così l'ansia che ci comunicano. Il nostro cervello non funziona più come un videogioco; ha acquisito una nuova nozione del tempo, irreversibile come la corrente d'acqua, e sa che non può ripartire continuamente daccapo comprando una o due «vite». Ciò che è andato è andato, per sempre, ogni volta. E perfino due ore al cinema a vedere un film che non ne vale la pena cominciano a sembrarti un intollerabile sperpero di vita. Oppure parlare al telefono davanti a un tramonto. O distrarti fotografando la torta di compleanno dei tuoi figli per poi non ricordare nulla di quel momento. O litigare con qualcuno su un social network mentre stai tentando di addormentarti. La nostra mente accetta ormai di fare una sola cosa alla volta. Può sembrare una *défaillance*, un handicap. E invece è una forma benedetta di selezione naturale: ormai sei fatto per la profondità e la levità del monotasking.

Confesso - ed è difficile per me farlo, perché in questo modo rinnego buona parte della mia vita professionale e pubblica - che ho anche iniziato a diffidare delle parole, o quantomeno del loro potere



taumaturgico. Ho sempre pensato che spiegarsi fosse in ogni caso possibile, che qualsiasi contrasto potesse essere mitigato, se non rimosso, grazie alla razionalità e al dialogo. Constatato invece che oggi non è così, tutt'altro: sempre più sembra di discutere tra persone che non vogliono prendere neanche in considerazione la possibilità che l'altro abbia delle ragioni, il che rende davvero impossibile qualsiasi dibattito, e di conseguenza anche il formarsi di una sfera pubblica in cui si possa svolgere correttamente la contesa democratica. Vedo aumentare i segni di una società incattivita, in cui la confusione è determinata proprio dall'incomprensione reciproca. Parole come tolleranza, solidarietà, giustizia, libertà, nazione, Europa vogliono dire cose molto diverse, se non opposte, per le persone: così ci si combatte proprio perché non ci si intende. Di questo problema - che credo derivi dal declino della scuola come agenzia di formazione dei giovani, ma anche dalla demagogia politica di chi è pronto a giocare con le parole pur di stuzzicare voglia di rivalsa e talvolta perfino odio sociale in una parte crescente del paese - dovremmo preoccuparci tutti di più, poiché sta minando seriamente la coesione nazionale, trasformando l'Italia nella patria di due tribù che non hanno più una lingua comune grazie alla quale comunicare. Devo ammettere perciò che ho sempre meno la volontà e la forza di oppormi a questa deriva, mentre d'altro canto temo il luogo comune, e sempre più mi prende, come un torpore, il desiderio di tacere, di scegliere il silenzio, quasi fosse un habitat più adatto a chi ormai privilegia relazioni basate sulla verità. E il bello - o il brutto - è che non vivo tutto ciò come una sconfitta, ma, al contrario, come una liberazione.

Si vede che ci serve riposo dopo tanto «zapping esistenziale» <sup>10</sup>. Arriva il momento in cui aneliamo alla quiete, ma intesa come l'*otium* latino, in quanto opposto al *negotium*. E cioè non semplicemente come tempo in cui non si lavora, ma come strumento per giungere a una diversa profondità e consapevolezza, fonte di un pensiero superiore, per apprendere il distacco dall'«ansietà nervosa e violenta che ci disperde e debilita; dalla negatività e dalla tristezza, dall'accidia comoda, consumista ed egoista» <sup>11</sup>. Sono parole di papa Francesco, ma, a ben vedere, non sono poi molto lontane dal concetto espresso da Karl Marx quando lo definiva come lavoro non alienante, assenza di costrizioni esterne, «libera manifestazione vitale, cioè godimento della vita» <sup>12</sup>.

Il tempo che dobbiamo recuperare per poter risorgere non è

insomma da dedicare alla spiaggia, al regno del futile; piuttosto è una forma di emancipazione dalle necessità che ci hanno limitato fin qui, per costruire un rapporto diverso con il mondo. Perché è solo in un atteggiamento di «distensione spirituale che può essere dato all'uomo di sperimentare ciò che il mondo racchiude nelle sue profondità»<sup>13</sup>. «Come un focoso cavallo, che molte volte riuscì vincitore nello stadio di Olimpia, e ora riposa sfinito della vecchiaia»<sup>14</sup>, sentiamo di aver finalmente diritto alla pace interiore, prima che sia troppo tardi per goderne. Questo intende il poeta, quando anela a «una pace senza morte», in cui non siamo più costretti a scendere a patti con la nostra coscienza e la nostra dignità<sup>15</sup>.

---

<sup>1</sup> John Maynard Keynes, *Prospettive economiche per i nostri nipoti*, Parma, Nuova Editrice Berti, 2016.

<sup>2</sup> Paolo Cognetti, *Le otto montagne*, Torino, Einaudi, 2016.

<sup>3</sup> Erling Kagge, *Camminare. Un gesto sovversivo*, Torino, Einaudi, 2018.

<sup>4</sup> Sheryl Sandberg, *Lean In: Women, Work and Will to Lead*, New York, Knopf, 2013.

<sup>5</sup> Costanza Rizzacasa d'Orsogna, *L'arte di mollare. Ma al momento giusto*, in «Corriere della Sera», 5 maggio 2018.

<sup>6</sup> Mário de Andrade, in *Poesias Completas*, São Paulo, Livraria Martins Editora, 1930.

<sup>7</sup> Margareta Magnusson, *The Gentle Art of Swedish Death: How to Free Yourself and Your Family from a Lifetime of Clutter*, New York, Scribner, 2018.

<sup>8</sup> Karin Olofsdotter, *Americans are pack rats. Swedes have the solution: "Death cleaning"*, in «Washington Post», 14 ottobre 2017.

<sup>9</sup> Cesare Pavese, *Il mestiere di vivere*, Torino, Einaudi, 1952, p. 367.

<sup>10</sup> Antonio Spadaro, *Guida alla lettura*, in Francesco, *Gaudete et Exsultate*, Venezia, Marsilio, 2018, p. 37

<sup>11</sup> Francesco, *ivi*, p. 120.

<sup>12</sup> Karl Marx, Friedrich Engels, *L'ideologia tedesca*, Roma, Editori Riuniti, 1969, p. 237.

<sup>13</sup> Josef Pieper, *Otium e culto*, Brescia, Morcelliana, 1956.

<sup>14</sup> Cicerone, *De senectute*.

<sup>15</sup> Eduardo De Filippo, *Le poesie*, Torino, Einaudi, 2016, pp. 70-71.

## Diventare conservatore (ovvero cambiare idea)

I conservatori possono essere cardine della storia.

YASCHA MOUNK

Si sbaglierebbe però a pensare che fare pulizia consista solo nell'atto di buttare. Nel campo delle idee, per esempio, è esattamente l'opposto: bisogna farsi venire in mente cose nuove, anche idee che non si condividono, per usare una formidabile battuta di Altan. E a me capita sempre più spesso di reagire ai fatti secondo criteri e logiche che non coincidono più necessariamente o automaticamente con la mia tradizionale collocazione politica o culturale, o con la persona pubblica che sono, o perfino con il mio sistema morale.

Uno dei problemi più seri che si manifestano intorno ai sessant'anni sta infatti proprio nell'invecchiamento delle nostre idee: all'improvviso ci appaiono superate, inutili. Un brutto colpo per l'autostima, soprattutto per quelli come me che tanto le hanno usate per comprendere il mondo. Una volta era diverso: più eri anziano e più ti stavano ad ascoltare. Oggi che saperi e valori non si tramandano di generazione in generazione, la conoscenza non è considerata frutto dell'esperienza, e dunque la terza età non è più associata alla saggezza <sup>1</sup>. L'anziano non è «colui che sa», come in passato, perché il mondo è in così rapido cambiamento che per sapere bisogna per forza apprendere, e noi abbiamo smesso di studiare. Se perciò vogliamo continuare a essere ascoltati, anche solo dai nostri figli, se vogliamo evitare la condanna di chi ci vorrebbe rottamare anzitempo, una delle prime cose da fare è rimettersi umilmente a studiare. (E quando dico studiare non intendo piacevoli pomeriggi passati a rileggere i classici, ma proprio iscriversi di nuovo all'università, affrontare la fatica di uno studente sui manuali, apprendere una tecnica, impraticarsi con le nuove tecnologie). Bisogna insomma ammettere innanzitutto a noi stessi che le idee maturate negli anni, sulle quali abbiamo costruito le

nostre convinzioni più radicate, spesso non sono più affidabili, e in ogni caso sono migliorabili. Questa sì che è un'attività su cui vale la pena di investire tempo ed energie. E non solo perché ciò che è intorno a noi muta così velocemente da non essere più interpretabile con le antiche categorie, e cominci a non saper più distinguere la destra e la sinistra, perché il popolo si mescola col populismo e l'informazione con l'intrattenimento.

Il cambiamento avviene infatti anche dentro di noi. Si avverte il bisogno di ritrarsi dalle ideologie che ci hanno accompagnato finora, e da qualsiasi idea «forte», cioè da ogni sistema di pensiero che offra una risposta già pronta, invece di stimolare domande. Le soluzioni semplici non ci soddisfano più. Diventiamo esigenti: rinunciando alla sicurezza di sapere prima come andrà a finire, vogliamo capire meglio come è cominciata. Ci risulta insopportabile l'ipocrisia, il politicamente corretto, l'affermazione dell'ovvio, le falsità con cui pure finora più di una volta noi stessi ce la siamo cavata, come garantire che dopo i sacrifici viene sempre la prosperità o assicurare che le migrazioni sono una benedizione. Cominciamo a sviluppare un rigoroso e inflessibile bisogno di conoscere la verità e di dirla tutta, facendo uso dell'antica virtù della *parresia*. Giudizi affrettati, di parte, faziosi, di colpo ci rivelano tutta la loro insincerità e ci irritano, forse perché ci sentiamo in colpa per averli condivisi durante la nostra «età delle certezze», ai tempi in cui eravamo sempre sicuri di tutto. Troppe volte, per esempio, ho visto gli sconfitti alle elezioni accusare i vincitori di svolta autoritaria per crederci ancora; così che oggi sono riluttante nell'accettare la propaganda di chi, quando era al potere, se n'è sempre spartito le spoglie e ora protesta indignato perché lo fanno anche gli altri. Né sono più disposto ad accettare la logica di tanti miei compagni e amici che ritengono degni di partecipare al dibattito pubblico solo coloro che hanno idee più o meno simili alle loro, trattando gli altri come appestati: la storia recente dovrebbe averci insegnato con sufficiente chiarezza che far parte delle élite non significa necessariamente stare nel giusto.

Ma il prezzo della verità è salato, e si paga di persona. Comporta qualche umiliazione, devi riconoscere dove hai sbagliato e ammetterlo, se possibile, rinunciando alla tua orgogliosa pretesa di coerenza. La conseguenza estrema di questa trasformazione dovrebbe essere la rinuncia totale al culto del potere. E per potere non intendo solo quello materiale, che alcuni di noi possono anche

essersi trovati a esercitare nella propria vita perché chiamati ad assolvere una funzione, pur senza mai essere diventati uomini o donne di potere; e neanche l'ambizione, cioè la lotta per la carriera, l'ansia di primazia, che pure abbiamo conosciuto. Per «culto del potere» intendo proprio la convinzione, spesso perfettamente razionale e moralmente motivata, che ci ha guidato fin qui: e cioè che le nostre azioni sarebbero state giudicate con il metro del successo, del loro risultato storico e mondano. È un modo di pensare che chiunque abbia avuto a che fare con l'impegno nella vita pubblica ha ben presente: è infatti il precetto di Max Weber per chi ha il Beruf, la «vocazione» per la politica. Weber distingue tra «l'etica della convinzione o dei principi» (*Gesinnungsethik*) e l'«etica della responsabilità» (*Verantwortungsethik*). La seconda contraddistingue chi vuol cambiare le cose del mondo: prescrive di considerare le possibili conseguenze delle proprie azioni come metro per giudicarne la bontà, invita a tenere a mente che si possono raggiungere fini buoni anche usando mezzi sospetti e rifiuta invece di valutare in quale misura lo scopo moralmente buono possa giustificare i mezzi impiegati e le pericolose ricadute che ne derivano.

Non intendo opporre un pregiudizio moralistico a questo modo di ragionare, contro il quale non ho nulla: chiunque voglia riuscire in una qualsiasi impresa deve valutare le sue azioni in base al successo che possono conseguire. Ma noi, a questo punto della nostra vita, non dobbiamo più cambiare il mondo e non abbiamo più imprese da compiere. Dobbiamo *solo* cambiare noi stessi (nella speranza, nel frattempo maturata, che forse così cambieremo il mondo in misura maggiore di quanto ci sia riuscito finora); e dunque per noi è giunto il momento di ribaltare tutto, di scegliere l'etica della convinzione, e cioè un'etica assoluta che ci spinga a operare seguendo principi giusti in sé, indipendentemente dalle conseguenze che possano provocare.

Attenzione: questo non vuol dire che i risultati siano ormai per noi irrilevanti; semplicemente che non sono più gli indicatori cui ci affidiamo per valutare la bontà delle nostre azioni. Si può così cominciare a godere della grande libertà di dire e fare ciò che ci pare giusto o bello, anche quando non siamo sicuri che verrà capito o apprezzato, anche se sappiamo che potrà danneggiare la nostra fama o renderci impopolari. È il suggerimento che, curiosamente, ci ha dato proprio un politico di professione (ma d'altri tempi) come

Pietro Nenni: «Fai quel che devi, accada quel che può».

Non si tratta dunque di una scelta di irresponsabilità, di una fuga dalla realtà. Al contrario: è piuttosto un atto davvero realista perché è una rinuncia allo storicismo, al fascino esercitato su di noi da tutti quei sistemi di pensiero che, facendoci credere che esista una direzione obbligata della storia, ci illudono che se ne possa prevedere il corso; e ci spingono dunque a sacrificare la nostra morale sull'altare di una profezia.

Propongo dunque una rinuncia radicale al culto del potere nel nome del più puro liberalismo, quello di Karl Popper: un invito ad «abbandonare l'idea che la storia del potere sarà nostro giudice», per restituire così piena libertà alla nostra azione, e non metterla mai al servizio di nessuna utopia: «Abbiamo bisogno di un'etica», scriveva il pensatore laico, «che disprezzi il successo e il compenso, e un'etica siffatta non bisogna inventarla e non è neppure nuova: è stata insegnata dal cristianesimo, almeno ai suoi inizi»<sup>2</sup>. Dunque si può cominciare da lì.

Per questo penso che dobbiamo essere pronti a cambiare idea e a sacrificare il nostro orgoglio, se è utile alla ricerca della verità: è la miglior prova di esistenza in vita che possiamo darci. Ed è un'opera titanica, perché richiede la forza e il coraggio di rimettersi totalmente in discussione. Altro che mollare: questo sì che è «aggiungere vita ai giorni e non giorni alla vita»<sup>3</sup>.

Così, pur essendomi sempre considerato un progressista, ho cominciato a domandarmi che cosa merita di essere conservato: della mia vita, della mia storia, dei miei affetti, ma anche delle strutture e dei costumi su cui si regge la nostra società. Serve a rimpadronirsi di una facoltà che nel tempo abbiamo perso: saper conservare è infatti selezione attiva, non accettazione passiva. E invece l'imperativo del nostro tempo è cambiare. Tutto ciò che è nuovo ci viene proposto, quasi fideisticamente, come migliore.

Si tratta di un senso comune che trae certamente origine dalle leggi del marketing, il risultato di una sollecitazione costante al consumo di massa. Bisogna che la gente si convinca che il vecchio è inutile e non recuperabile, che lo consideri superato. Solo così può essere indotta a sbarazzarsene anche quando vale ancora, e ad acquistare nuovi prodotti. La rapidità con cui i nostri figli cambiano i gadget elettronici ne è un esempio di impressionante evidenza: molto spesso io non sono neanche lontanamente in grado di apprezzare la differenza tra uno smartphone di un anno fa e quello

di quest'anno, e dunque sarei tentato di conservare quello che c'è; ma loro, i consumatori, sono stati informati con precisione del perché non possono fare a meno di un update, e lo pretendono come una questione di vita o di morte.

Dal marketing questa tendenza a disprezzare il passato è debordata in molti altri campi: le idee, la morale, il gusto, la cultura popolare. E, naturalmente, la politica, il cui mercato assomiglia sempre più a quello dei gadget elettronici.

Pensateci: è sorprendente che, nel pur originale bestiario dei partiti nostrani, non ne sia rimasto uno che si presenti come «conservatore»; tutti offrono, con spesso ingannevole protervia, programmi che promettono cambiamenti profondi. Non a caso in Italia si è formata di recente un'alleanza di governo tra due forze politiche lontane tra loro, e anzi opposte in campagna elettorale, sulla base del solo fatto che entrambe proponevano un cambiamento, così che l'hanno chiamato «il governo del cambiamento». E anche altrove, in Europa e negli Stati Uniti, i tradizionali partiti conservatori hanno pudore ormai a presentarsi con il loro nome, e vengono spesso scalati da innovatori talmente radicali da apparire rivoluzionari, come Donald Trump.

L'opinione pubblica è inseguita e corteggiata, almeno a parole, in nome del cambiamento. Ma ciò che viene presentato come tale, soprattutto se visto in una prospettiva storica un po' più lunga, è spesso per gli elettori il suo esatto opposto: è voglia di conservazione.

Se guardiamo, infatti, alle motivazioni di tanti cittadini europei che hanno lasciato i partiti tradizionali per scegliere le nuove forze cosiddette «populiste», vediamo che è proprio la paura del futuro, l'ansia che provoca, a far desiderare un ritorno ad abitudini e stili di vita del passato che ci sembravano più felici e rassicuranti. In Occidente sempre più persone, non sorprendentemente nella parte meno benestante della società, avvertono «l'effetto stressante della civiltà», un disagio che è una conseguenza del collasso di quella che Karl Popper chiamava «la società chiusa del passato»; lo spavento della dissoluzione di un mondo un tempo considerato naturale, in cui le norme e le convenzioni sociali apparivano in accordo con la comunità e con la sua origine. «Una società chiusa può essere paragonata a un organismo, è un'unità semi-organica i cui membri sono tenuti insieme da vincoli semi-biologici: parentela, vita in comune, pericoli comuni»<sup>4</sup>. Nella società chiusa si sapeva chi

eravamo «noi» e chi erano «loro», e non si era costretti a fare troppe scelte difficili. Questo mitico Eden corrispondeva abbastanza alla società del benessere costruita dopo la guerra dai nostri padri, che garantiva ai figli che sarebbero stati meglio dei genitori, in cui la vita delle persone era protetta da corpi intermedi come associazioni di categoria e sindacati, sostenuta dalla culla alla tomba da un generoso welfare, si svolgeva per decenni nella stessa azienda o nello stesso ufficio ed era unificata dalla televisione del tempo, un unico canale su cui tutti vedevano la stessa cosa nello stesso momento. La causa più potente della dissoluzione di questo mondo è stata quella che chiamiamo «globalizzazione», e che altro non è se non lo sviluppo delle comunicazioni e del commercio. Anche ai tempi dell'antica Atene la «destra» demonizzò il commercio, il monetarismo e la politica dei traffici navali della città come fattori di corruzione di un mondo perfetto. E di nuovo, oggi, il «pericolo» arriva via mare, con le merci e gli immigrati che «rubano» lavoro agli indigeni. Così che, ai nostri giorni, per «cambiamento» si finisce per intendere in realtà protezionismo e chiusura dei confini, e cioè un ritorno al passato della società chiusa.

Sappiamo che questo è avvenuto anche a causa degli errori commessi dai fautori della società aperta, troppo spesso confusa con una «società astratta, depersonalizzata, in cui gli uomini non si incontrano mai faccia a faccia»<sup>5</sup>, si spostano in automobili chiuse, comunicano via computer e talvolta si fecondano in provetta. Perciò, ora la riscoperta delle virtù del saper conservare si propone con particolare urgenza per la nostra generazione, quella dei baby boomer, i nati dopo la fine della seconda guerra mondiale. Quelli che erano all'università dal 1968 in poi. Abbiamo creduto che il nostro destino sarebbe stato cambiare il mondo e che si potesse farlo con le idee. Abbiamo scelto, chi più chi meno, chi da rivoluzionario chi da riformista, le idee di Marx. Ci animava la speranza di poter modernizzare la società capitalista rendendola compatibile con l'uguaglianza. Questa grande utopia è fallita - a dire la verità, anche abbastanza presto -, ma ne abbiamo preso definitivamente atto solo nel 1989, trent'anni fa, quando il crollo del Muro di Berlino trascinò con sé non solo la fine delle dittature comuniste, ma anche delle idee di progresso che le avevano originate e, per un breve periodo, giustificate. Un grande storico che proveniva dal marxismo, François Furet, definì la nostra (e la



sua) sconfitta come *Il passato di un'illusione*. È stato un trauma potente per molti di noi e avrebbe dovuto insegnarci a diffidare dei grandi sistemi di pensiero e delle maestose utopie di palingenesi. E invece ci siamo ricascati: per sostituire il socialismo come strumento intellettuale e politico con cui dare senso al mondo e trasformarlo, abbiamo subito abbracciato un altro «ismo»: il liberalismo. Ci siamo rifatti leggendo il crollo del Muro come il successo di una nuova e seducente utopia: il trionfo delle società aperte, del cosmopolitismo, del multinazionalismo, del libero movimento degli esseri umani, del meticcio globale, dell'economia della conoscenza che avrebbe garantito più opportunità per tutti, realizzando così, stavolta attraverso la mano invisibile del mercato, l'antico sogno di progresso.

Il nostro nuovo credo si è rivelato però non meno ingannevole del primo. Trent'anni dopo, siamo qui a constatare la fine di un'altra illusione, quella dell'ordine liberale, travolto dai populismi dilaganti. In tutto l'Occidente, l'opinione pubblica chiede l'opposto di ciò che le abbiamo prospettato: chiusura, confini, rifiuto dello straniero, protezionismo nei commerci internazionali e protezione sociale nel mercato del lavoro. E ancora una volta siamo qui a chiederci: dove abbiamo sbagliato?

Così, dopo tanto progressismo, la risposta più sensata e più utile comincia a sembrarci proprio la ricerca nel passato di punti di riferimento che possano farci uscire indenni dalla bufera. E finiamo per trovarli in quei capisaldi del conservatorismo costituzionale che iniziano a traballare pericolosamente sotto i colpi dei nuovi beniamini del pubblico, da Trump a Salvini. Lo Stato di diritto, la separazione dei poteri e l'indipendenza del giudiziario, la libertà del Parlamento di determinare le sue scelte senza alcun vincolo di mandato, l'autonomia dei funzionari pubblici e delle autorità indipendenti, le quali devono servire l'interesse comune e non quello di una parte politica: sono tutti aspetti cruciali della democrazia liberale che troppo a lungo abbiamo dato per acquisiti e che quando eravamo giovani non abbiamo esitato perfino a disprezzare, in nome del cambiamento. E invece ci accorgiamo che stanno diventando l'ultimo sottile velo che impedisce alle nostre democrazie occidentali di trasformarsi in democrazie autoritarie, del genere che si afferma sempre più nel mondo sul modello apparentemente vincente della Russia, della Cina, delle «tigri asiatiche», della Turchia.

Paradossalmente, proteggere oggi le vestigia della democrazia parlamentare ottocentesca può essere molto più utile per il futuro dei nostri figli e nipoti che unirsi al coro di chi pretende di cambiare tutto. Proporsi come conservatore può diventare un fattore di progresso.

I conservatori sono infatti indispensabili quando le democrazie sono minacciate: «Nella Gran Bretagna del XIX secolo i Tories riuscirono a integrare monarchici e reazionari nel sistema parlamentare, isolando gli estremisti. Mentre invece all'inizio del XX secolo i partiti tradizionali di destra in Paesi come l'Italia e la Germania cedettero le redini del potere agli estremisti [...]. Ne derivò una catastrofe senza precedenti»<sup>6</sup>. Questo versante della cultura politica, di solito appannaggio della destra moderata e costituzionale – anche se perfino Enrico Berlinguer sdoganò il termine dicendo che il suo Pci intendeva essere insieme «conservatore e rivoluzionario» –, ha retto a lungo il dualismo bipolare con il progressismo. Dopo la fine delle due guerre, i popoli europei si sono sostanzialmente divisi al loro interno in due blocchi elettorali: chi voleva conservare e chi voleva cambiare, chi guardava alle qualità e alle virtù del passato e chi voleva superarle in nome del futuro. Il Sessantotto è stata forse la più clamorosa esplosione culturale di questo conflitto.

Da allora in poi, soprattutto in Italia, chi si definiva conservatore è stato bollato come passatista, quando non reazionario: comunque, uno poco alla moda. Viviamo quasi in un clima di «dittatura del progresso», nel quale cioè non c'è alternativa all'egemonia esercitata dalla modernità. Al punto che oggi di veri conservatori in giro non se ne vede neanche l'ombra. Molto meglio sarebbe invece se le paure della gente, se la nostalgia della società chiusa che abbiamo descritto assumessero la forma politica più propria e più mite del conservatorismo classico, invece di prendere la scorciatoia del populismo. L'assenza di una tale «offerta» sul mercato elettorale è infatti estremamente pernicioso: favorisce la radicalizzazione del discorso pubblico e alimenta una caccia continua al capro espiatorio.

Un conservatore dovrebbe invece avere l'ambizione di «arginare il progresso e condizionare la modernità», dichiarandosi in grado di governarla; per ridurre o almeno medicare quel sentimento di espropriazione della loro vita che avvertono gli esclusi, gli anziani prima di tutti (ma anche i tanti che non vivono vite dorate nei centri

storici delle grandi metropoli e arrancano in provincia o in periferia), e di cui danno la colpa proprio a un cambiamento tumultuoso, caotico e incontrollato. Un conservatore dovrebbe comprendere il disagio provocato dalla rapida scomparsa di tanti punti cardinali nell'esperienza delle persone e quanto questo spaesamento sia benzina per il motore dei movimenti populistici.

Non si tratta di tornare indietro: non si può e in ogni caso è pericoloso. Ma, come ha proposto Ernesto Galli della Loggia, ci si potrebbe accontentare anche solo di ridurre qualche causa di infelicità indotta dal cambiamento: «Lasciando aperti un ufficio postale o una stazione ferroviaria a dispetto dei costi, risanando le periferie e finanziando il trasporto pubblico, tutelando l'esistenza dei legami familiari, proteggendo dalla peste turistica centri urbani e paesaggi, dando la possibilità alle persone anziane di essere ancora socialmente utili» <sup>7</sup>. Quando immagino come sarà invecchiare nel quartiere dove vivo a Roma, spero sempre che non chiuda l'ultima edicola o l'unico cinema rimasto; che la trattoria sotto casa dove pranzo quando non ho tempo per cucinare non si trasformi nell'ennesimo fast food che serve cibi precotti per turisti; che nel mio palazzo, ormai abitato solo dai clienti dei bed and breakfast e delle case vacanze, resista almeno l'ultima famiglia di residenti. Perfino una politica commerciale meno rapace e ingorda, che non faccia dei nostri centri urbani un parco vacanze, che non consegni le strade che abitiamo al dominio di una movida senza orari e senza rispetto per chi ci vive, sarebbe nel suo piccolo un modo per condizionare una modernità senza vero progresso perché mercantile, di fronte alla quale gli anziani si scoprono indifesi.

Sento già l'obiezione dei miei lettori: da ragazzo rivoluzionario, da vecchio reazionario. Ed è vero che la riscoperta delle virtù del passato è spesso il quasi naturale effetto dell'invecchiamento. Ma il conservatorismo può anche rappresentare un approccio nuovo e moderno alla realtà. Sarebbe infatti più facile accettare la contaminazione con culture e costumi diversi portati dalle migrazioni, se restassero più saldi i nostri valori: «La sensazione di sicurezza da entrambi i lati della barricata è una condizione essenziale per il dialogo tra le culture» <sup>8</sup>. Si può auspicare con maggiore credibilità un'efficace integrazione dei nuovi arrivati nelle nostre città se si resta determinati nella difesa dei principi della nostra civiltà, per esempio la parità tra uomo e donna, e la libertà religiosa. È molto meno rischioso difendere il passato nel presente

che proporsi di restaurarlo nel futuro.

Trovo che oggi sarebbe un progresso imparare a conservare con cura principi e istituzioni che ci vengono dalla nostra storia comune di italiani, a lungo disprezzati come residui del passato, dalla bandiera all'inno, comprese le procedure e i riti, perfino le duplicazioni e le lentezze della democrazia rappresentativa, che non scambierei con nessuna democrazia dell'opinione, del consenso o dell'algoritmo. Conservare quel simbolo di unità nazionale che è la Presidenza della Repubblica con le sue prerogative, chiunque lo incarni; difendere il potere del giudice supremo delle leggi, la Corte costituzionale, di porre un freno ai tentativi del Parlamento di abusare della sovranità popolare. Difendere le regole dall'assalto volgare di chi ritiene che non siano altro che un fastidioso galateo del quale liberarsi. Ripristinare il rispetto della divisa, contro chi vorrebbe sostituirla con le ronde e la difesa fai-da-te o, all'opposto, insultarla nei cortei. Proteggere le garanzie degli imputati nei processi, a dispetto di chi pensa che ciò che conta sia solo sbrigarsi a «fare giustizia».

Se conservare, nella propria vita privata, vuol dire scegliere con attenzione ciò che merita di essere salvato perché ne vale la pena, e scartare il resto, questa ginnastica è essenziale anche per la nostra Repubblica, ormai settantenne, invecchiata forse più di noi, e come noi bisognosa di una nuova vita, se non di una resurrezione.

---

<sup>1</sup> Cfr. Norberto Bobbio, *De senectute e altri scritti autobiografici*, Torino, Einaudi, 1996.

<sup>2</sup> Karl Popper, *La società aperta e i suoi nemici*, II, Roma, Armando, 1974, p. 327.

<sup>3</sup> Bianchi, *La vita e i giorni*, cit., p. 567.

<sup>4</sup> Popper, *La società aperta e i suoi nemici*, cit., p. 216.

<sup>5</sup> *Ibid.*

<sup>6</sup> Yascha Mounk, *La virtù dei moderati*, in «la Repubblica», 5 settembre 2018.

<sup>7</sup> Ernesto Galli della Loggia, *Una scelta di sinistra: conservare*, in «Corriere della Sera», 29 luglio 2018.

<sup>8</sup> Zygmunt Bauman, *Per tutti i gusti. La cultura nell'età dei consumi*, Roma-Bari, Laterza, 2016.

## Restituire il bene (ovvero sentirsi indegni)

Il modo migliore per trovare te stesso è quello di  
perderti servendo gli altri.

MAHATMA GANDHI

L'ingegner Antonio Salza è una specie di leggenda dalle mie parti. È un pioniere dell'industria aerospaziale, ha progettato e costruito aerei e pezzi dello Shuttle in America. Ha fatto scuola, creando nel Napoletano un habitat di eccellenza per questo settore ipertecnologico e avveniristico. Di recente ci hanno premiati entrambi nella nostra città natale, Castellammare di Stabia. Io immeritatamente, ma ne ho pagato il prezzo: nella motivazione del riconoscimento sono stato definito per la prima volta in vita mia, con malinteso intento laudatorio, un «decano» dei giornalisti, cioè anziano. Antonio Salza, invece, che pure ha ottant'anni, non sembra affatto vecchio. È allegro, sorridente, asciutto e pimpante, anzi saltellante. Per l'orgoglio di ciò che ha realizzato nella sua vita lavorativa? Certo, c'è anche quello. Ma in realtà l'unica cosa di cui sembra importargli davvero è quello che sta facendo adesso. Una quindicina d'anni fa ha scoperto di avere un tumore: ha lasciato la presidenza dell'azienda messa su dal figlio, un manager che sta seguendo le sue orme, e si è curato cambiando vita, dedicandosi al volontariato. Insieme al parroco del quartiere ha iniziato a raccogliere fondi tra amici e parenti, e ora passa buona parte del suo tempo in Burkina Faso a costruire ospedali. Per lui e la moglie questi viaggi sono diventati il fulcro dell'esistenza. A chi gli chiede il segreto della sua felicità, e della sua salute, risponde senza esitazioni: «Basta smettere di pensare a se stessi, e cominciare a occuparsi degli altri».

E in effetti moltissime ricerche confermano il carattere terapeutico del *give back*, ossia del restituire alla comunità quanto ricevuto nella vita, perché niente di ciò che abbiamo è solo merito nostro e tutto andrebbe invece considerato come il frutto

dell'interazione con l'ambiente in cui abbiamo vissuto, a partire dai nostri familiari che ci hanno allevato, dal quartiere o dal paese che ci hanno visto crescere, fino ai professori che ci hanno formato, agli amici che ci hanno sostenuto, ai compagni di lavoro che ci hanno aiutato.

Avere uno scopo nella vita, specialmente per gli anziani cui è stato pian piano scippato quello di un tempo, è necessario non solo per la salute mentale, il che è intuitivo, ma anche per quella fisica. Pare che curi perfino l'insonnia, regalando notti più tranquille e serene.

Uno studio pubblicato sulla rivista scientifica «The Lancet» ha direttamente correlato l'altruismo alla longevità <sup>1</sup>. Sentirsi appagati e soddisfatti, ovviamente, giova. Ma può accadere per molte e svariate ragioni. Per esempio: una cosa è l'eudemonismo (dal greco *eudaimonia*, che sta per felicità), e un'altra l'edonismo. Quest'ultimo è lo stato di benessere che deriva dal godere di attività piacevoli (la sensazione che si avverte quando si fa shopping o si va in un buon ristorante) e dall'assenza di dolore. L'eudemonismo definisce invece una felicità più complessa, quella che avvertiamo quando siamo intimamente convinti che la nostra vita abbia un significato e una direzione. Ebbene, il team che ha condotto la ricerca ha trovato nei due tipi di appagamento un retroterra genetico molto differente. Uno stato di vera e propria felicità risulta associato a una minore espressione dei geni che possono determinare infiammazioni e a una maggiore attività di quelli che producono anticorpi e antivirali; mentre per il semplice edonismo si riscontrava l'esatto opposto. Il risultato, pur corretto prendendo in considerazione i fattori sociali che incidono sulla salute dei soggetti indagati - come il benessere economico, la dipendenza dal tabacco o l'esercizio fisico -, ha accertato un rischio di morte ridotto del 30% in chi trae la propria felicità dal fare del bene <sup>2</sup>.

Niente male, come terapia. Del resto, è un fenomeno che conosciamo tutti per esperienza diretta. La gran parte delle angosce e degli stati depressivi che attraversiamo sono legati a periodi in cui ci concentriamo troppo sulle nostre questioni personali: più si pensa a se stessi, più ci si chiude in un circolo vizioso nel quale si perdono senso delle proporzioni e prospettiva, più i problemi si ingigantiscono fino a farci paura. Al contrario, spostare il centro dei nostri interessi da sé agli altri può dare benefici analoghi a quelli della meditazione, che in definitiva si basa proprio sullo sforzo di

svuotare l'area dell'ego nel nostro cervello.

Alla fine, antica saggezza orientale e moderna scienza occidentale concordano: occuparsi di qualcosa che vada oltre la nostra vita quotidiana è la strada migliore che possiamo scegliere anche per favorire il nostro benessere, nonché quello degli altri.

Sarà anche per questo, oltre che per seguire un imperativo morale, che multimiliardari come Bill e Melinda Gates si sono impegnati a donare, prima di morire, almeno la metà delle proprie sostanze al netto delle tasse. Il loro obiettivo è di determinare un progresso in molti campi della ricerca e del sociale, per portare sollievo a chi ne ha bisogno, ma anche per costruire un futuro migliore per tutti. E questo impegno ha creato un positivo effetto di emulazione, tanto che pure Mark e Priscilla Zuckerberg, insieme ad altri, hanno sottoscritto il progetto dal nome programmatico *The Giving Pledge*, la promessa di donare (agli albori della sua fortuna, Zuckerberg non aveva annunciato nessun impegno umanitario, ma la pressione dei media si è fatta sentire: perché tutti i miliardari donano e lui no? Così si è deciso a entrare nel gruppo). La cultura del *give back*, affiancata da una legislazione fiscale che favorisce le donazioni, sta producendo grandi risultati negli Stati Uniti e in generale nei paesi di cultura protestante, dove l'obbligo di restituire alla comunità è molto sentito. In Italia, invece, solo ostacoli alla beneficenza: la magistratura è arrivata a sequestrare il centro polifunzionale costruito a Norcia con i soldi di una sottoscrizione popolare dopo il terremoto in Umbria, con la motivazione, poi caduta, che non rispettava i vincoli paesaggistici.

Ma per fare del bene non bisogna necessariamente essere ricchi. Cedere parte del proprio patrimonio non è davvero l'unica strada per rendersi utili agli altri: ci sono infiniti modi in cui anche dei semplici pensionati possono fare qualcosa per la comunità in cui vivono. Già oggi i nonni danno un contributo inestimabile e gratuito all'economia delle nostre società occupandosi dei nipoti e lasciando così i figli liberi di produrre reddito. Ma ci sono molte altre attività che possono essere intraprese donando il proprio tempo e l'esperienza accumulata nella vita, invece che denaro: aiutare la scuola di quartiere, tenere d'occhio i bambini mentre giocano in cortile, accompagnare gli insegnanti in gita scolastica, allenare una squadretta di calcio o di pallavolo, offrirsi per il doposcuola a studenti che ne abbiano bisogno, rimettersi a studiare scienze naturali o storia dell'arte per fare la guida allo zoo o in museo,

insegnare la lingua agli immigrati, intrattenere e assistere i malati in ospedale. La cosa bella del volontariato è che nessuno ti dirà mai: sei troppo vecchio per farlo. Al contrario, è l'unico campo in cui è raro trovarsi di fronte a forme di discriminazione per l'età, così diffuse invece nel mondo del lavoro. Il che fa percepire agli anziani di essere ancora utili, e perciò padroni della loro vita. Si apprendono cose nuove, magari lontane da quella che è stata la propria esperienza lavorativa, ma altrettanto gratificanti per gli effetti che possono produrre: partecipate a un corso infermieri della Croce Rossa, e imparerete a fare le manovre che possono salvare la vita a una persona colpita da un malore o coinvolta in un incidente stradale. Addestratevi alla disostruzione pediatrica e potrete un giorno evitare che un bambino soffochi per una caramella andata di traverso. Il volontariato è inoltre un ottimo sistema per combattere la solitudine senza bisogno di centri per anziani o siti di incontri, perché si frequenta gente che condivide le proprie stesse motivazioni. Soprattutto ci si sente apprezzati, importanti e si recupera l'autostima, ciò di cui gli anziani hanno più bisogno. Non vale solo per i pensionati: conosco un top manager italiano ancora nel pieno dell'attività che ha dedicato una parte importante del suo tempo libero a imparare a guidare un'ambulanza ad alta velocità nel traffico cittadino, per potersi rendere utile nei week-end.

Far del bene fa bene sia al cervello sia al corpo, su questo credo si possa concordare. Ma non è affatto scontato, né automatico, che faccia altrettanto bene anche all'anima: che possa cioè diventare uno di quegli esercizi di resurrezione di cui siamo alla ricerca per riprenderci la nostra vita. Perché questo avvenga vi è infatti una condizione impegnativa: è necessario spogliarsi completamente dell'orgoglio, di quella supponente dignità con cui molto spesso abbelliamo perfino il nostro servizio agli altri. Bisogna fare molta attenzione, la nostra capacità di autoingannarci è sorprendentemente allenata: ed è spesso proprio quando intendiamo mostrare umiltà che stiamo facendo sfoggio della nostra *hybris*, elevandoci a compiacenti giudici di noi stessi. Ma niente ci potrà mai dare gioia autentica se non impariamo a sentircene indegni.

Sto parlando di un processo di distacco radicale che richiede davvero di mettersi a nudo, di gettare via l'abito che è invecchiato insieme al corpo e di indossarne uno nuovo, molto più sobrio, essenziale, oserei dire un saio, se non fosse che non sto proponendo



un ritiro monacale, ma un'esistenza pienamente immersa nella realtà e nella contemporaneità, tra i figli e gli amici, non in convento. Abbiamo passato un'intera vita a costruirci addosso una corazza di dignità per farci rispettare dagli altri, alzando così continuamente l'asticella oltre la quale proviamo soddisfazione per le cose che facciamo. Il più delle volte ci siamo riusciti attraverso il possesso, accumulando beni materiali. Una bella casa per vivere bene, ma anche una seconda per godere delle vacanze, l'iPhone di ultima generazione, la settimana al mare a Bali pur non essendo mai stati a Bari, e i figli che cominciano presto a giudicare i compagni di scuola dall'auto che guidano i genitori. Se donare e condividere i propri beni può essere un agile e salutare esercizio di pulizia personale, oltre che di generosità, ben più dura da intaccare è l'incrostazione del valore che attribuiamo a noi stessi, alla nostra posizione sociale o lavorativa, al nostro ruolo o alla nostra carriera. Il mondo intorno a noi - intorno a me, per lo meno - è pieno di persone che invecchiando hanno concluso di sapere tutto, di non avere più niente da imparare, di aver raggiunto il culmine della civiltà umana; e che per questo hanno smesso anche di ascoltare, ammesso che parlino con qualcuno. È un rischio di albagia che avverto fortemente anche in me, e spesso angustia le mie giornate, le rende malinconiche, prive di senso, dense di noia, passate a soppesare ciò che si ha e ciò che non si ha, invece di pensare a ciò che si è. Uno *spleen* con cui combatto ogni giorno. È la presunzione della nostra dignità che ci rende difficile trovare qualcosa che ci dia davvero gioia: niente è mai abbastanza, niente ci stupisce più.

Qual è la cura a questo male di vivere, questa progressiva anestesia del cuore, che un tempo esultava per poco - una giornata di sole, un alito di vento, un'ora di ozio - e ora non si accontenta più di nulla? Lo scrittore inglese Gilbert Keith Chesterton diceva che «il solo modo di gioire anche dell'erbaccia è di sentirsi indegni anche di un'erbaccia»<sup>3</sup>. Forse è una strada. Alla felicità crediamo ormai di avere diritto (come del resto alla dignità, per garantire la quale di recente è stato anche varato un decreto legge). E invece ecco qui qualcuno che ci suggerisce un metodo originale con cui raggiungerla: sentirsene indegni.

In effetti, quella offerta da Chesterton è la chiave per evitare che, come ci accade a un certo momento del nostro percorso, anche le cose migliori che abbiamo non ci sembrino più abbastanza buone. Se imparo a sentirmi indegno di tutto ciò che la vita mi ha dato, se

smetto di considerarlo il meritato premio di un gara cui partecipo ogni giorno con l'obbligo di vincere, e comincio invece a pensarlo come un dono per il quale dire grazie tutte le mattine, allora forse le gerarchie di valori si risistemano, ed è più semplice riuscire a provare di nuovo, almeno ogni tanto, l'allegria di un bambino.

Per restituire non basta, insomma, dedicare un po' dei nostri averi o del nostro tempo agli altri, magari facendo l'elemosina a un barbone all'uscita dall'ufficio con l'aria condizionata nel quale trascorriamo le giornate o davanti al parcheggio nel quale sistemiamo la nostra scintillante auto, come fa il protagonista del film svedese *The Square* mentre, con le migliori intenzioni, tra un pranzo di lavoro e un successo mondano, offende la dignità di un ragazzino immigrato, disprezza i sentimenti di una donna con cui ha fatto l'amore per gioco e trascura le figlie nel poco tempo che trascorrono con il padre separato. Troppe volte, perfino quando facciamo del bene, in fondo al nostro cuore è piuttosto l'orgoglio a spingerci. Così, lo stesso volontariato rischia di diventare sempre più uno status symbol, un titolo da far valere sul curriculum o di cui vantarsi nei salotti, qualcosa che i ragazzi benestanti fanno d'estate, come una volta le vacanze intelligenti o il soggiorno-studio a Londra. Ci raccontiamo che a spingerci è il desiderio di liberarci del nostro senso di superiorità, di condividere ciò che è nostro; ma magari il reale intento è unicamente mostrare agli altri di avere e a noi stessi di valere. Finché andremo in giro indossando la protervia che ci deriva dalla presunzione di esserci meritati tutto, non potremo invece mai capire che la vera gioia del donare sta nel ricevere: «Più ci si riconosce vuoti, più ci si predispone a ricevere. Più si riceve, più si aumenta la propria capacità, ossia il potere di farsi brocca, il che può renderci solo più umili» <sup>4</sup>.

Svuotarci, invece di riempirci, dunque. Abbassare le aspettative è certamente un ottimo stratagemma pratico ed è sempre consigliabile. Ma il processo di autoumiliazione può essere anche più radicale.

La più famosa delle lettere di san Paolo è un'ode alla carità, all'amore inteso come agape, e cioè incondizionato, assoluto e disinteressato, *erga omnes*: «Anche se distribuissi tutte le mie sostanze e dessi il mio corpo per essere bruciato, ma non avessi la carità, niente mi giova. La carità è paziente, è benigna la carità: non è invidiosa la carità, non si vanta, non si gonfia, non manca di rispetto, non cerca il suo interesse...» <sup>5</sup>. Queste parole mi vengono

in mente quando vedo all'opera certi professionisti del buonismo o del pacifismo, che predicano l'amore universale come un'arma di lotta politica per ferire i loro nemici, ritenuti colpevoli di tutto il male della terra; ma lo fanno senza misericordia, usando il bene come una clava per guerreggiare mentre chiedono la pace, insultare mentre invocano solidarietà.

C'è, insomma, molto da fare per capovolgere la prospettiva da cui finora abbiamo visto le cose. Aiutare i deboli e i poveri è positivo, segno di umanità e sensibilità. Ma il servizio agli altri diventa misericordia solo se ci insegna a sentirci indegni della nostra stessa vita, imparando così ad amarla come merita. La fame di misericordia è tra le ragioni fondamentali per cui gli esseri umani hanno avuto bisogno di un dio (e non solo il Dio della tradizione ebraico-cristiana, ma anche Allah, che è definito «grande e misericordioso» nella preghiera dell'Islam). Non vuol dire, infatti, solo una naturale predisposizione alla bontà e alla solidarietà verso i nostri simili, ma sentire nelle proprie viscere compassione per la condizione umana, dunque anche per noi stessi. Se noi sapremo compatire gli altri, allora qualcuno compatirà noi, e ci perdonerà il nostro orgoglio. E questo sì che è davvero svuotarsi e rinascere: «L'esperienza umana che più assomiglia alla resurrezione sta proprio nell'essere perdonati» <sup>6</sup>.

Per potersi incamminare su questa strada bisogna però saper riconoscere con spietato candore i propri errori e le proprie colpe. Cominciando con l'ascoltare quando gli altri ci parlano.

Ascoltare i figli, per esempio. Lo facciamo davvero? O ci rivolgiamo a loro solo e sempre per fare la morale sulla base della nostra esperienza, forti dei nostri successi e sicuri del nostro stile di vita, tronfi addirittura per tutto quello che abbiamo realizzato, convinti che la loro esistenza potrà dirsi «riuscita» solo se sarà condotta ispirandosi alla nostra, seguendone le orme? Non li ascoltiamo mai veramente. Li lasciamo parlare, quando va bene, con un sorrisino compiacente, come se sapessimo meglio di loro che cosa desiderano e quanto male andrà a finire se non inizieranno presto a volere esattamente ciò che vogliamo noi. Anche il migliore dei padri commette questo errore e lo ripete ogni giorno. Spogliarci del nostro stupido orgoglio farebbe un gran bene innanzitutto alle famiglie in cui viviamo.

Poi, certo, ci sarebbe la via dei santi: applicare questo stesso principio anche ai nemici e amarli come i migliori amici. Pensare

che ciò che siamo, la vita che viviamo, è anche il frutto del comportamento di chi ci ha odiato, ci ha contrastato e ingannato. È il paradosso che Tommaso Moro individuava nella storia biblica di Giuseppe, venduto dai fratelli nel deserto. Per lui quella indicibile sofferenza segnò l'inizio di un cammino che lo avrebbe portato a diventare consigliere del faraone d'Egitto e in questa veste a salvare la sua famiglia: «I fratelli di Giuseppe non avrebbero mai potuto fargli bene maggiore, con il loro amore e il loro affetto, di quello che gli fecero con il loro odio e la loro malizia»<sup>7</sup>. E che dire del tradimento di Giuda, essenziale perché il disegno divino si compia e l'umanità venga salvata?

Non arriverò a includere tra i nostri esercizi di resurrezione anche l'amore verso i nemici. Mi ero ripromesso che avrei cercato strade magari impervie, ma sempre e comunque praticabili per esseri umani deboli e fragili quali siamo, certo non in odore di santità. Esiste però una possibile applicazione «moderata», per dir così, di questo insegnamento. Tanto più che nella nostra vita magari non ci sono neanche veri e propri nemici da perdonare. Ma avversari sì, e tanti; concorrenti in tutte le competizioni sociali cui prendiamo parte. Ce n'è sempre qualcuno sul lavoro che si mette di traverso o che tenta di batterci sul tempo; ce n'è uno, o più d'uno, nel nostro condominio, che ci inganna; e qualcuno che per egoismo tradisce la nostra fiducia. Un buon proposito sarebbe quello di ridurre il numero di questi avversari semplicemente mettendo fine alle battaglie che li vedono a noi contrapposti e che spesso sono ormai inutili, con un disarmo unilaterale e senza condizioni. Smettiamo di lottare per la carriera, o per la ricchezza, per il successo o la fama. Faremo così sparire i nostri nemici in un colpo solo, senza muovere un dito, semplicemente ritirandoci. Che cosa c'è di più zen?

---

<sup>1</sup> Andrew Steptoe, Angus Deaton, Arthur A. Stone, *Subjective wellbeing, health, and ageing*, in «The Lancet», 385, 9968, 5 novembre 2014, pp. 640-648.

<sup>2</sup> Alice G. Walton, *The Science Of Giving Back: How Having A Purpose Is Good For Body And Brain*, 10 luglio 2017, [www.forbes.com](http://www.forbes.com).

<sup>3</sup> Gilbert Keith Chesterton, *Autobiografia* (1936), Torino, Lindau, 2010.

<sup>4</sup> Hadjadj, *Risurrezione*, cit., p. 134.

<sup>5</sup> Prima lettera ai Corinzi, 13, 3.

<sup>6</sup> Massimo Recalcati in dialogo con Enzo Bianchi, citato in Antonio Sanfrancesco, *Bianchi: «La misericordia è qualcosa di scandaloso e folle»*, in «Famiglia Cristiana»,

15 maggio 2016.

<sup>7</sup> *Idea di Thomas More*, a cura di Angelo Paredi, Marialisa Bertagnoni, Cesare Grampa, Vicenza, Neri Pozza, 1978, pp. 141-142.

## Mollare i figli (ovvero scalare marcia)

Quel che è triste in questo aggrapparsi all'immaturità è che l'immaturità stessa è ben lontana dall'essere permanente.

IOSIF BRODSKIJ, *Per compiacere un'ombra*

Quando è arrivato a sessant'anni, Brunello Cucinelli, il «contadino» diventato il re del cachemire italiano, ha avuto una grande idea: si è emancipato dai figli. Ognuno di noi, a una certa età, si interroga se sta lasciando abbastanza, se cioè la sua eredità sarà sufficiente a garantire ai suoi ragazzi una buona vita. Lui invece si è chiesto l'opposto: come garantire una buona vita alla sua eredità, all'azienda di straordinario successo che ha messo in piedi nell'arco di una sola generazione e alla fondazione con cui ha realizzato il suo progetto di «abbellimento dell'umanità» nel borgo medievale di Solomeo.

Così, invece di affidarsi alle incognite del passaggio generazionale che ha distrutto tante aziende familiari italiane, ha blindato i valori cui ha ispirato la vita trasferendo la sua società a un «trust irrevocabile», un modello anglosassone da noi poco diffuso. Vincolando di fatto le due figlie, che hanno avuto la maturità di dividerlo, con un patto di sangue: vi lascio tutto a condizione che continuiate a seguire il mio esempio e la mia opera.

Anche se non abbiamo un'azienda da trasferire, la storia di Cucinelli ha qualcosa da insegnare anche a noi. «Fare pulizia», mettere ordine nella propria esistenza e darle una prospettiva, è infatti davvero difficile finché si vive nella convinzione di avere perennemente i figli a carico. E siccome noi italiani siamo troppo buoni e troppo mammoni per fare come Sting, il quale ha brutalmente annunciato che ai figli non lascerà un penny, dobbiamo studiare altri modi per «mollare» la prole e far sì che vada per la sua strada. Intendiamoci: dobbiamo ai figli amore, impegno, passione, vicinanza, sostegno anche economico fino all'ultimo

istante. Ma questo non significa affatto che sia giusto immolare il nostro progetto di vita o le nostre aspirazioni, e neanche la nostra pensione, agli obblighi di mantenimento verso di loro.

Invece, la disoccupazione giovanile di massa sta trasformando noi genitori in un esercito di badanti, una moltitudine di padri eterni e madri chioce che accudiscono i figli in perpetuo e rischiano di invecchiare insieme a loro. Ci è negata persino la sindrome del «nido vuoto», perché i nostri ragazzi non se ne vanno mai di casa. Veniamo così privati del diritto, sacrosanto alla nostra età, di dedicarci finalmente un po' a noi stessi, spendendo il tempo che ci resta e i risparmi di una vita senza più l'ansia di dover accumulare per chi verrà dopo di noi <sup>1</sup>.

Si è molto discusso in Italia degli effetti psicologici e sociali che l'età sempre più avanzata in cui si lascia la casa paterna produce sui giovani: immaturità, ansia e paura del futuro, ritardo nel matrimonio e nella procreazione, con conseguente crisi demografica e scarsa propensione al consumo. Poco si è discusso, invece, su che cosa cambia nella vita degli over sessanta con figli non ancora indipendenti: genitori costretti a posticipare il meritato riposo proprio nel momento in cui più forte è la voglia di cambiare vita o il bisogno di risorgere a una migliore.

Non c'è infatti alcun dubbio che il maggiore ostacolo a liberarsi dei tanti fardelli divenuti pesanti, compresa l'ansia da carriera e reddito, stia proprio nell'istinto che ci induce a occuparci dei figli finché non raggiungano l'indipendenza. Non si tratta solo di un fatto economico, della spinta cioè a guadagnare e a risparmiare il più possibile fino all'ultimo momento utile, magari continuando a occupare posti e caselle che potrebbero passare proprio ai giovani, e quindi indirettamente contribuendo ad aggravare il problema. Viene in mente la definizione del «familismo amorale» coniata dal sociologo americano Edward Banfield in un celebre saggio del 1958, frutto di una ricerca condotta in un paesino del Mezzogiorno d'Italia: «Massimizzare i vantaggi materiali e immediati della propria famiglia nucleare, supporre che tutti gli altri si comportino allo stesso modo» <sup>2</sup>.

È anche una questione psicologica. Diventare più modesti e sobri, prendere una casa più piccola oppure vendere la macchina, ridurre le ore di lavoro o scegliersi un'attività di maggiore soddisfazione seppure di minor guadagno, o anche solo passare più tempo a leggere o a viaggiare, sono tutte scelte di rallentamento,

del genere che gli americani chiamano *downshifting* (scalare la marcia), che sembrano impossibili finché i figli vivono ancora con noi e si fanno vedere a pranzo e a cena.

Del resto, so per esperienza diretta e quotidiana che non è facile per un genitore smettere di proteggere i figli. Da quando nascono, ogni giorno della nostra vita ci svegliamo pensando a loro, con la preoccupazione che non ce la facciano da soli e l'ansia di trovare il modo di aiutarli. Tuttavia molte volte, sebbene animati dal nobile intento di dare una mano, finiamo per danneggiare contemporaneamente loro, che così tardano a diventare adulti responsabili ed emancipati, e anche noi stessi, che meriteremmo una terza età diversa. La sindrome di Mastro Geppetto è dura a morire: pensiamo che, tenendoli accanto a noi, i figli possano essere modellati a nostra immagine e somiglianza, ma così è solo più probabile che finiscano nelle mani del Gatto e la Volpe.

Sta diventando un problema serio in tutte le società occidentali. Appena un decennio fa, prima della Grande recessione, avremmo potuto dire che quello dei «bamboccioni» fosse un fenomeno tipicamente italiano, più culturale che sociale, legato dunque a un difetto «familista» della nostra società. Secondo il rapporto Eurostat del 2010, più del 90% dei maschi e più dell'80% delle femmine convivevano infatti con la famiglia di origine fra i diciotto e i ventiquattro anni, ed entrambe le percentuali erano di una decina di punti più alte della media europea <sup>3</sup>.

Ma la crisi economica, la più pesante e lunga dal dopoguerra, ha agito potentemente anche in società meno familiste della nostra, e le cose sono cambiate ovunque. Ora il fenomeno dei figli trentenni (e oltre) che convivono con i genitori è universalmente noto, e ovunque genera un certo allarme: perché su un problema sociale concreto, e cioè la difficoltà di trovare lavoro, si innesta una tendenza culturale di molti giovani ad assumere stili di vita consumistici e pigri, che si cronicizzano approfittando del benessere senza doveri garantito dalle famiglie. In Germania li chiamano *nesthockers*, uccelli che non lasciano il nido. Il riferimento ornitologico prevale anche in Inghilterra, dove tre milioni di genitori oltre i cinquant'anni hanno ancora in casa i figli, cosiddetti *failed fledglings*, uccellini che non riescono a volare. In Giappone, un professore di sociologia ha inventato l'espressione *parasaito shinguru*, single parassiti. In Francia si parla di sindrome Tanguy, dal nome del protagonista di un film che oggi designa per



antonomasia il mammone d'Oltralpe <sup>4</sup>, mentre in Corea è la sindrome del canguro.

Questa decisiva trasformazione sociale si sta verificando perfino negli Stati Uniti, dove pure la spinta a lasciare la casa natale è storicamente fortissima, sia a causa di un mercato del lavoro estremamente deregolamentato e dinamico, nel quale la gente si sposta di continuo inseguendo l'offerta, sia grazie al modello dei college per gli studi universitari, che non possono essere frequentati restando in famiglia, come invece spesso avviene da noi con le università sotto casa. Anche stavolta, l'acronimo coniato per definire la situazione la dice lunga su quanto il fenomeno allarmi i genitori, preoccupati da questa nuova generazione di conviventi non paganti nelle loro abitazioni: *Kippers*, che sta per *Kids in parents pockets eroding retirement savings* (in breve, ragazzi che ci mangiano la pensione).

A quelli che non se ne vanno più, bisogna poi aggiungere coloro che ritornano, spesso anche in età molto matura: i figli che, dopo aver lasciato il nido per proseguire gli studi o per un'esperienza di lavoro, non essendo riusciti a raggiungere l'indipendenza economica, o magari non volendo più sottoporsi ai sacrifici necessari per conseguirla, tornano indietro.

Come reagiscono padri e madri a questo improvviso stravolgimento dei loro piani per la terza età? Che trauma provoca in persone che avevano programmato un cambio di vita e che invece devono tornare a quella precedente, al periodo dell'accudimento? Senza contare quei genitori, sempre più numerosi, che lo sono diventati avanti negli anni, dopo i quaranta, e che raggiungono i sessanta quando i figli non sono ancora maggiorenni (è questo anche il mio caso, con i miei ragazzi più piccoli). Molto spesso la loro vita finisce strozzata tra i doveri verso genitori anziani bisognosi di cure e assistenza e quelli verso i figli non ancora autosufficienti.

Nella rivolta politica contro l'establishment cui assistiamo in tutte le società occidentali, che va sotto il nome di «populismo» e si caratterizza per tratti di forte rancore sociale, è probabilmente proprio questo l'ingrediente decisivo: lo shock culturale che provoca l'incepparsi del normale passaggio di consegne tra le generazioni, e la paura che, per la prima volta dal dopoguerra, i nostri figli non potranno avere una vita migliore dei padri.

Naturalmente, come sempre in famiglia, ci si arrangia, e il più

delle volte ci si adatta anche ai grandi cambiamenti sociali. In fin dei conti l'inquilino della stanza del figlio è sangue del tuo sangue, e l'amore dei genitori è qualcosa di troppo grande ed eterno perché non si faccia sentire nel momento del bisogno. Ma non sempre le cose funzionano. I problemi ci sono e spesso esplodono, talvolta travalicando le mura domestiche. Di recente ha destato una certa sensazione, proprio perché è la punta di un iceberg, la vicenda giudiziaria di una coppia dello Stato di New York, Mark e Christina Rotondo, che si è rivolta al giudice per costringere il figlio «bamboccione» e trentunenne ad andarsene di casa, ottenendo alla fine l'ingiunzione di sfratto. Il ragazzo, per così dire, era letteralmente sulle spalle della famiglia, sebbene non avesse niente che non andava e che gli impedisse di trovare un lavoro, anche saltuario e precario, o di occuparsi del figlioletto di cui aveva perso la custodia legale proprio perché padre assente. Era invece totalmente dipendente dal reddito dei genitori, nonostante questi gli avessero più volte prestato il loro aiuto purché lui provasse a costruirsi una vita per conto suo. Dopo la sentenza di sfratto, il giovane ha tentato di rientrare nella casa da cui era stato mandato via con la scusa di dover recuperare i suoi Lego: il padre, giustamente esasperato, gli ha sbattuto la porta in faccia <sup>5</sup>.

Anche senza arrivare a tali estremi, la questione rimane seria. Proliferano perciò libri e blog specializzati nel dare consigli anche pratici, finanziari o addirittura legali, che giustamente suggeriscono di comportarsi con un po' di sano egoismo; come dicono le istruzioni per le emergenze sugli aerei, indossate prima voi la maschera a ossigeno e solo dopo pensate ai bambini. È il modo migliore per salvare anche loro. Il vero lavoro del genitore, infatti, consisterebbe innanzitutto nel preparare i figli a diventare autosufficienti. E questo impegno non può essere sospeso o addirittura contraddetto neanche in caso di crisi economica, recessione o emergenza sociale, quando i figli sono costretti a tornare in famiglia o non riescono a lasciarla. Bisogna infatti stare attenti a non dare loro l'idea che nella vita esistano pasti gratis, che possano fondare la loro sopravvivenza sul nostro patrimonio, abituandoli a permettersi, con i nostri soldi, un tenore di vita superiore a quello che sarebbe sostenibile alla loro età in circostanze normali, se cioè vivessero e si sostenessero da soli. Certamente è giusto aiutarli nelle difficoltà, ma guai a renderli dipendenti, perché rischieremo di privarli per sempre della fiducia in se stessi, elemento necessario per potersi un

giorno staccare dalla famiglia. Lo psicologo israeliano Haim Omer ha addirittura identificato una sindrome, la *Adult entitled dependence* (Aed) per definire «una cronica, sistemica condizione familiare che coinvolge un giovane adulto disfunzionale e almeno un genitore che ne favorisce la dipendenza, fornendogli servizi inappropriati per la sua età»<sup>6</sup>. Quanti di noi hanno in casa giovani adulti ancora incapaci di dare il giusto valore al denaro, di saper tenere un bilancio delle loro spese, o semplicemente ricordare la data di pagamento di una bolletta o di una rata dell'assicurazione? E con che credibilità possiamo prendercela con loro se siamo stati noi, fino a quel momento, a gestire la loro vita invece di pensare un po' di più alla nostra?

Evitare questo disastro è molto importante, ben più che mostrarsi «buoni». Non è dunque per cattiveria, egoismo o tirchieria, ma è in quanto parte integrante della responsabilità genitoriale, che dobbiamo provare in ogni modo a scongiurarlo. Per esempio, chiedendo ai nostri figli di partecipare alle spese familiari, o perfino spingendoli a pagare su base mensile una piccola somma per l'affitto della loro stanza, magari prendendo un lavoretto, così da comprendere il valore del bene messo a disposizione dai genitori. C'è addirittura chi propone di stipulare dei piccoli contratti con i figli che vivono con noi oltre la maggiore età, nei quali essi assumano delle obbligazioni. In ogni caso, è importante parlare apertamente con loro della situazione finanziaria della famiglia, informandoli e rendendoli partecipi di ogni eventuale mutamento, in modo che non restino sorpresi o, peggio, non si sentano traditi, quando scopriranno che inevitabilmente la capacità di reddito e di spesa dei genitori, con il passare degli anni, tende a ridursi. E questo vale anche per chi può, per coloro che hanno un reddito sufficiente a reggere il peso dei figli a lungo. Anzi, vale forse di più. «Da' ai tuoi figli abbastanza perché facciano qualcosa, ma non abbastanza perché non facciano niente», sentenza George Clooney nel film *The Descendants*, nel quale interpreta un uomo ricco alle prese con l'educazione di due figlie. E il già citato *The Giving Pledge*, il patto per donare in vita almeno la metà del proprio patrimonio sottoscritto da decine di multimiliardari americani, fa riflettere su come proprio i ricchi mostrino di preoccuparsi del rischio reale di rovinare la vita dei figli lasciando loro troppo, e della necessità di lasciare invece di più a quelli degli altri. Perché i nostri eredi condivideranno inevitabilmente le sorti della comunità

in cui si troveranno a vivere, e la secessione dei ricchi è il più grave dei pericoli che minacciano la coesione sociale.

Il comportamento più razionale dei genitori, in ogni caso, sarebbe di non cambiare i propri programmi per la terza età, nonostante il ritardo dei figli nel farsi una loro vita. Detto così sembra crudele; invece cercare di star bene, dal punto di vista psicologico e anche spirituale, è il modo migliore di essere di aiuto ai figli, e anche di esempio. So che dirlo è più difficile che farlo. In Italia poi, paese ancora benestante ma intrappolato in un evidente destino di declino economico, l'ansia dei genitori si manifesta in modi sempre più acuti, per esempio nel tentativo di dare ai figli un'istruzione super e global, nella speranza che possa garantire loro una prospettiva di impiego fuori dal nostro paese. Di qui il boom delle scuole straniere a pagamento, e il fenomeno dei «figli lontani», mandati cioè a studiare in un'università o a fare pratica di una professione all'estero, a Londra o a New York, a Sidney o a Shanghai, che ha ormai assunto dimensioni notevoli, almeno nella sezione più facoltosa della nostra società. Conosco molti miei coetanei che hanno fatto e fanno i salti mortali nella convinzione di «comprare» così un futuro ai loro ragazzi, e qualche volta mi chiedo perplesso se poi davvero la conoscenza del mandarino o del castigliano farà tutta questa differenza, se tanta lontananza e tanti sacrifici hanno un senso e saranno ripagati; se, insomma, non sarebbe giusto investire più tempo e meno soldi sui figli.

Intendiamoci: le manifestazioni di premura genitoriale, in cui padri e madri italiane eccellono, sono ammirevoli. Ma bisogna stare attenti a che un eccesso di amore non provochi alla lunga effetti indesiderati; perché, se non siamo soddisfatti noi per primi della nostra vita, se ne stressiamo e procrastiniamo all'infinito gli aspetti più infelici, magari dandone inconsciamente la colpa proprio alle esigenze dei figli, è difficile che possiamo essere davvero utili alla loro crescita morale e affettiva, dedicando loro l'attenzione che meritano e di cui forse hanno anche più bisogno che di uno stage a Stoccolma. Forse i ragazzi che avranno successo nella vita saranno invece proprio quelli che hanno alle spalle una «tradizione», quella complessa eredità culturale che va sotto il nome di «educazione» e che significa qualcosa di più e di più importante dell'istruzione.

In questo percorso bisogna mettere in conto anche le cadute. È possibile che al primo tentativo i nostri ragazzi non ce la facciano a lasciare il nido, o che non aprano nemmeno le ali, ma guai se

smettiamo di incitarli a farlo, se rinunciamo a spingerli. E questo può rivelarsi il più grande atto d'amore che compiamo nei loro confronti; anche perché in realtà è un gesto di altruismo, in quanto contrasta e bilancia la pulsione egoistica che ci spingerebbe invece a tenerceli sempre stretti, forse soddisfacendo così più la nostra ansia di non restare soli che la loro necessità di staccarsi <sup>7</sup>. Non bisogna, insomma, ripetere con i figli adulti gli errori che abbiamo tutti compiuto con i figli piccoli: bambini che non si sono mai sbucciati un ginocchio cadendo da un'altalena, ma che magari proprio per questo diventano preda di mille fobie una volta cresciuti.

D'altra parte è bene sapere che, seppur legati dal vincolo di sangue, non è poi così agevole per genitori e figli convivere felicemente oltre una certa età, quando la natura porterebbe loro a comportarsi da adulti e noi da anziani. Sono numerosi i casi di famiglie trasformate in campi di battaglia dal disagio conseguente alla convivenza forzata, con denunce di abusi fisici o psicologici, di consumo di droghe e di alcol, di liti per denaro. La *charity* britannica Parenting Plus stima che un decimo delle oltre centomila chiamate che riceve ogni anno provengano da padri e madri preoccupati dall'emergere di forti tensioni con i figli ancora a casa <sup>8</sup>.

Nelle nostre società urbane e moderne, in cui la famiglia patriarcale è stata sostituita dal modello mononucleare, la convivenza tra adulti è in realtà innaturale e fonte di stress per tutti, anche per i genitori. Non sono solo i figli, infatti, a provare risentimento quando è loro negata la realizzazione del sogno che ogni generazione di giovani coltiva: andarsene di casa, poter scegliere, diventare padroni della propria vita. Ma anche i genitori, invecchiando, diventano via via più intolleranti perfino verso le manifestazioni di affetto dei figli, che col tempo sembrano prendere il carattere di un'ingerenza, e talvolta di una sorveglianza, e si esprimono in una fastidiosa abitudine a giudicarne gli stili di vita. Nei focus group dei genitori consultati dai sociologi, ricorrono spesso recriminazioni sul modo in cui i figli diventano troppo arroganti o troppo protettivi, sottolineando in mille modi, espliciti e impliciti, la loro superiore energia fisica e psichica, pretendendo di imporre le loro convinzioni; oppure preoccupandosi eccessivamente della salute dei loro «vecchi», della loro memoria, dei loro comportamenti. Come quel trentottenne di Carpi, tornato a vivere

con i genitori dopo il fallimento del suo matrimonio, che è stato denunciato per aver lasciato per una notte intera fuori dal balcone il padre, settantasette anni, sostenendo di averlo fatto «per il suo bene» perché fumava <sup>9</sup>. Quando le gerarchie dell'infanzia si invertono e i figli cominciano a comandare, padri e madri si sentono inevitabilmente umiliati <sup>10</sup>.

Fare pulizia è dunque anche imparare a lasciarli andare. Aiutarli ad andarsene. Per risorgere a nuova vita dobbiamo diventare genitori nuovi, completare con una separazione la lunga storia di un'educazione, perché questo è il lavoro di tutti i genitori del mondo: mettere i figli in condizione di camminare sulle proprie gambe, fornire loro un'eredità morale, non solo economica, e aprire la porta di casa perché se ne vadano. Inutile dirlo, a noi sembra sempre troppo presto, sembrano sempre nati ieri. Ma da quando si aggrappano a noi per tirarsi in piedi, fino a quando noi ci aggrappiamo a loro per frenarne il delirio di onnipotenza, di tempo ne è passato. Sta a noi prenderne atto, e riuscire a compiere la grande trasformazione dal genitore «accuditivo» che siamo stati al genitore «etico» che dobbiamo diventare. Guai a non farlo. Perché il «padre accuditivo, che trasmette solo affetti e non norme, sentimenti e non valori, è l'ispiratore e il garante delle aspettative narcisistiche del figlio» <sup>11</sup>. Così si coltivano e si cronicizzano le frustrazioni dei nostri ragazzi, si diventa complici del loro essere «bamboccioni», se ne giustifica la paura di lasciare il nido e di provare a farcela con le proprie forze; si compie a loro danno un vero e proprio «scippo del futuro».

Staccarci è la soluzione giusta per noi e per loro. Perfino il più amorevole dei genitori, il Padreterno, quando fu il momento lasciò che il figlio andasse incontro al suo destino; e questi, pur consapevole del disegno superiore di salvezza dell'umanità che con la sua morte si sarebbe compiuto, dalla croce si rivolse a lui con un ultimo umanissimo grido: *Lemà sabactàni?*, «Perché mi hai abbandonato?».

A paralizzarci è il pensiero di lasciarli soli. Eppure va fatto. Noi genitori dobbiamo essere, come ha scritto Khalil Gibran, «l'arco dal quale, come frecce vive, i figli sono lanciati in avanti» <sup>12</sup>. Se invece accettiamo che deperisca e si rovini il legno dei nostri archi - fuor di metafora, la qualità e la serenità della nostra vita -, allora perderemo anche l'unica spinta propulsiva che possiamo imprimere ai nostri figli, e saremo tutti, noi e loro, più infelici.

---

<sup>1</sup> La percentuale dei Neet (acronimo per *Not engaged in education, employment or training*) fra i diciotto e i ventiquattro anni, in Italia è del 25,7%, a fronte di una media europea del 14,3%.

<sup>2</sup> Edward Banfield, *Le basi morali di una società arretrata*, Bologna, il Mulino, 1976.

<sup>3</sup> Enrico Bronzo, *Gli italiani restano dei gran bamboccioni*, in «Il Sole 24 Ore», 11 ottobre 2010.

<sup>4</sup> Tanguy di Étienne Chatiliez, 2001.

<sup>5</sup> Cfr. Annalisa Grandi, *Stati Uniti, a 30 anni vive ancora a casa. I genitori gli fanno causa e vincono: «Se ne deve andare»*, in «Corriere della Sera», 24 maggio 2018.

<sup>6</sup> *Extreme social withdrawal, dependence and emerging adulthood*, [nvrpsy.com](http://nvrpsy.com).

<sup>7</sup> Saskia Sarginson, *Throwing my children out might be an act of kindness*, in «The Guardian», 19 agosto 2017.

<sup>8</sup> Graham Tibbetts, *Adult Children Living at Home “Strain Families”*, in «The Telegraph», 7 febbraio 2008.

<sup>9</sup> Giordano Tedoldi, *L'Edipo della bassa!*, [www.liberoquotidiano.it](http://www.liberoquotidiano.it), 16 giugno 2018.

<sup>10</sup> Claire Berman, *What Aging Parents Want From their Kids*, in «The Atlantic», 4 marzo 2016.

<sup>11</sup> Gustavo Pietropolli Charmet, *Cosa farò da grande? Il futuro come lo vedono i nostri figli*, Roma-Bari, Laterza, 2012.

<sup>12</sup> Khalil Gibran, *Il Profeta* (1923), Milano, Feltrinelli, 1991, p. 18.

## Venerare la bellezza (ovvero innamorarsi della moglie)

L'uomo, spinto dal senso della bellezza, trasforma un avvenimento casuale in un motivo che va a iscriversi nella composizione della sua vita.

MILAN KUNDERA, *L'insostenibile leggerezza dell'essere*

Ci sono sere in cui non riesco a prendere sonno se durante il giorno non ho avuto la mia razione di bellezza. Con l'avanzare degli anni, ne divento sempre più dipendente. Può capitarmi di provare un desiderio struggente, al limite della sofferenza, di qualcosa di bello. Certe volte mi sembra di essere tornato bambino, quando avevo bisogno di una favola per chetarmi. La facciata di una chiesa, un affresco, il profumo di un vino, possono addirittura commuovermi; oppure un tramonto, un'ora di silenzio, la lettura di pagine che mi svelino qualcosa a cui non avevo mai pensato o che non avevo provato. Ma anche la bellezza delle donne, così misteriosa per noi maschi, fin dal seno della mamma, da restare un segreto anche dopo decenni di consuetudini amorose. Perché ci piace una donna? Perché è così diversa da noi? Perché la linea di un piede, il profilo di una spalla, il candore di una mano, ci scombussolano tanto? E che cosa proveranno loro, le donne, nel guardare i fianchi di un uomo, le sue braccia, il punto dove il collo incontra il busto?

Queste domande non perdono d'importanza dopo i sessant'anni. Forse ne assumono ancora di più, come se crescesse l'ansia di capire prima che sia troppo tardi. Per questo guardo ancora le donne. Tento di penetrare con lo sguardo la loro sorprendente differenza, per carpirne finalmente il mistero. Come Tomáš, l'«amante epico» descritto da Milan Kundera nell'*Insostenibile leggerezza dell'essere*, sono mosso dal «desiderio di impadronirmi dell'infinita varietà del mondo femminile oggettivo», e per questo trovo la bellezza anche laddove non c'è, e magari sono attratto da un dettaglio, un particolare, perfino un difetto che incanta.



Guardare le donne, però, soprattutto quelle giovani, sta diventando un problema: non è una buona cosa, in particolare per un sessantenne. Intanto perché è il peggior modo per scoprire di essere diventati invisibili, oltre ogni più pessimistica previsione. Poi perché a una certa età il desiderio che gli sguardi inevitabilmente tradiscono smette di essere considerato un peccato veniale della natura maschile e viene giudicato una perversione.

Questa è forse la vera discriminante culturale nei confronti degli anziani. Per gli altri la nostra sessualità, comunque si manifesti, è una cosa «sporca». È considerata incompatibile con i nostri corpi in decadenza, imperfetti, non più sodi e levigati, gli unici che pare abbiano ormai diritto al sesso, e che infatti abbondano in tutto l'immaginario iconografico connesso alla seduzione.

Non vorrei essere frainteso, ma sono convinto che se ad abusare del proprio potere sulle attrici fosse stato un giovane e attraente cineasta, invece di un signore di sessantasei anni sovrappeso come Harvey Weinstein, la campagna globale #metoo non avrebbe avuto la stessa risonanza. E sarebbe stato un peccato, perché quello scandalo ci è servito per portare allo scoperto il delirio di dominio e l'abitudine predatoria dei maschi che ancora resiste nei luoghi di lavoro, anche i più liberi, moderni e spregiudicati. Però non c'è dubbio che l'uomo finito al centro dei riflettori si prestava perfettamente alla bisogna, proprio perché incarnava l'ideale tipico del «vecchio porco». Espressione che già in sé contiene un pregiudizio linguistico nei confronti degli anziani. Nessuno, infatti, direbbe di un molestatore ventenne che è «giovane porco». Ma state certi che se a infastidire una donna è un uomo oltre i sessanta, le cronache riporteranno la sua età presentandola come un'aggravante per un comportamento che meriterebbe invece di essere stigmatizzato e represso a prescindere.

Lo spirito del tempo suggerisce dunque di essere estremamente cauti, alla mia età, nel manifestare la propria fascinazione per la bellezza femminile. Il rischio di essere frainteso è alto, anche più che in passato. Una volta mi è accaduto di avvertirlo con chiarezza e senso di vergogna e da allora ho deciso di non cascarci più. È avvenuto in un'occasione di lavoro. Con me collaborava una giovane donna che aveva appena concluso gli studi universitari e trascorso un periodo di stage all'estero. Trepidante ed entusiasta per quel suo primo impiego, era una ragazza magnifica, straripante di vita, piena di forza ed energia, gli occhi che comunicavano fiducia e speranza

nel futuro. *Kalos kai agathos*, avrebbero detto i greci: la bellezza nella sua accezione più pura. Con analoga purezza di intenti ho sentito il bisogno di comunicarle tutta la mia ammirazione. Incontrare una persona così migliora anche la tua vita, almeno per qualche ora. Non sono riuscito a trattenermi dal confidarglielo. Ho trovato un momento durante il lavoro che stavamo facendo insieme per poterle dire quanto era bella. Confondendo i piani, l'ho così attirata in una situazione che lei ha potuto equivocare come l'inizio di un fastidioso corteggiamento; cosa che invece non era nelle mie intenzioni perché decisamente inappropriato, non solo per l'abissale differenza d'età tra di noi, ma anche per l'ambiente in cui ci trovavamo, nel quale io ero «il suo capo», dunque in condizione di esercitare un potere. Lei me l'ha fatto notare, con severità. Mi ha chiesto che cosa possono aspettarsi le giovani donne se anche chi dovrebbe avere l'esperienza e la cultura per rispettarle ne frustra così le aspirazioni: «Io speravo che lei mi parlasse di lavoro, invece voleva parlarmi della mia bellezza», mi disse.

Aveva ragione. È stato un duro colpo. Mi ha spinto a riflettere su come si possa continuare a nutrire il desiderio di bellezza, e perfino il desiderio tout court, cui credo dobbiamo sentirci pienamente titolati in ogni età della vita, senza che questo diventi offensivo o sgradevole per le persone che incontriamo.

Il punto è che il contatto con la bellezza dei giovani è un'esperienza veramente rigenerante oltre una certa età, qualcosa di cui anche il peggior scorbutico si accorge prima o poi di non poter fare a meno. Il pessimista e misantropo Arthur Schopenhauer conobbe una terza età più serena del resto della sua vita grazie ai successi intellettuali che infine ne premiarono l'opera filosofica. Ma non solo: la fama raggiunta portò in casa sua una giovane e avvenente scultrice, Elizabet Ney, la quale gli propose di posare per un busto, come aveva fatto con altre celebrità del tempo. Il vecchio filosofo si lasciò conquistare. Scriverà compiaciuto all'amica Ottilie von Goethe: «La Ney è una giovane di ventiquattro anni, molto carina e indescrivibilmente amabile e originale». Oltre a ritrarlo, infatti, la ragazza allietò con la sua grazia le ultime giornate che la vita gli concede. «Lavora tutto il giorno da me e quando ritorno dal pranzo prendiamo insieme il caffè, seduti l'uno vicino all'altro sul sofà: mi sembra di essere sposato» <sup>1</sup>.

L'antico mito della fonte della giovinezza, la sorgente che dona l'immortalità, nasce dunque dall'osservazione della realtà. Ed è

stato a sua volta preso spesso alla lettera. Già nel 1615 un medico tedesco suggeriva come rimedio contro l'invecchiamento trasfusioni del sangue «caldo e ricco di umore» di un giovane. Nel 1924 uno scienziato bolscevico, Aleksandr Bogdanov, mise in pratica l'idea iniettandosi nelle vene plasma di giovani studenti, finché non si trasfuse quello di un ragazzo malato di malaria e di tubercolosi, e ne morì. Si chiama parabiosi ed è la connessione chirurgica di due sistemi circolatori: nel 2005, in un laboratorio di Stanford, uno scambio di sangue tra un topo più giovane e uno più anziano ha effettivamente funzionato, ringiovanendo il fegato e i muscoli dell'«esemplare» più vecchio <sup>2</sup>.

E poi, ovviamente, c'è il sesso. Il desiderio sessuale vero e proprio. Quell'onda ormonale che dicono si riduca negli anziani, ma non sempre, non subito, non necessariamente. Dobbiamo considerarlo un peccato di vecchiaia? O un diritto naturale?

Oggi il parere generale di scienziati, medici, psicologi, moralisti, è che il sesso degli anziani è benedetto, ed è anzi motivo di benessere fisico e psichico come poco altro al mondo. E questo nonostante i profondi cambiamenti psichici e biologici che avvengono nelle donne e negli uomini tra i cinquanta e i sessant'anni, cioè durante il climaterio, la fase di passaggio dalla maturità alla terza età.

Diciamo che, superata la fase riproduttiva, la natura si libera un po' alla volta di una serie di caratteristiche fisiche che non le risultano più necessarie. Nelle donne, una volta in menopausa, si interrompe la produzione di estrogeni e ciò provoca l'atrofia dei tessuti dipendenti da questi ormoni, con conseguenze, come la secchezza vaginale, che rendono difficile e meno piacevole fare l'amore. Gli uomini, a loro volta, pur non perdendo mai del tutto la capacità generativa, producono meno testosterone e subiscono modificazioni vascolari che allungano il tempo necessario per ottenere e mantenere l'erezione, e talvolta la inibiscono del tutto <sup>3</sup>.

Ma sappiamo che oggi tutto ciò non è più un ostacolo insormontabile al godimento della sessualità da parte degli anziani. Le terapie ormonali femminili alleviano non poco i sintomi della menopausa, e hanno dunque un effetto benefico, prima ancora che sul fisico, sull'immagine che si ha di sé, sull'autostima, decisiva in qualsiasi gioco amoroso o di seduzione. Da parte sua il Viagra ha fatto miracoli per l'erezione maschile, replicando così a favore degli uomini meno giovani un successo simile a quello che ebbe la pillola

anticoncezionale per liberare la sessualità delle donne. Solo in Italia si calcola che quaranta milioni di maschi l'abbiano ingerita almeno una volta nella vita, e spesso si tratta di quarantenni e cinquantenni, i quali, più che curare una vera e propria disfunzione, vogliono alleviare la loro ansia da prestazione e rendere più facili, felici o semplicemente frequenti, le loro relazioni. Più che un farmaco, il Viagra è insomma diventato un sostegno. E non è il solo. Sono già quattro le pasticche «magiche», ognuna con caratteristiche mirate a soddisfare le esigenze delle varie nicchie di mercato. Oltre al capostipite, la «pillola blu», ci sono infatti il Cialis, detto la «pillola del week-end» perché funziona come un diesel, nel senso che parte lenta, ci vogliono almeno un paio d'ore perché si manifestino gli effetti, ma poi durano più tempo; il Levitra, noto come la «mentina dell'amore», si presenta come una caramellina da sciogliere sotto la lingua e per questo offre l'incommensurabile vantaggio della discrezione, poiché si può assumerla senza che la partner capisca di che si tratta; infine l'ultimo arrivato, il made in Italy Spedra, che riduce ulteriormente il rischio di effetti collaterali. Insomma, ce n'è per tutti i gusti; e, se acquistati al mercato nero di internet, anche per tutte le tasche. Molti attribuiscono addirittura a questi farmaci lo stupefacente incremento dei divorzi dopo i sessant'anni, che ormai in Italia hanno raggiunto il venti per cento del totale: resi sicuri della loro perdurante vitalità, gli uomini abbandonano la famiglia per avviare nuove convivenze con donne più giovani. «Vedove del Viagra»: così vengono definite le mogli abbandonate <sup>4</sup>.

Ma il sesso degli anziani ha conosciuto in questi anni una trasformazione anche più profonda: è stato sdoganato dalla cultura popolare, dal cinema alle serie tv. Se nell'antica Grecia Sofocle sosteneva che la vecchiaia era l'età più bella perché lo aveva liberato dalle pulsioni sessuali di cui era stato succube tutta la vita <sup>5</sup>, oggi gli anziani del mondo occidentale, benestanti e ben pasciuti, considerano il sesso un diritto.

Intendiamoci: per gli uomini, specialmente se ricchi e potenti, è sempre stata socialmente consentita, quando non esplicitamente lodata, la frequentazione di partner più giovani (forse una delle manifestazioni più esibite del dominio maschile sulle donne). Adesso, sul modello dello stile di vita delle stelle di Hollywood, da Demi Moore a Sharon Stone, è considerato accettabile anche per le donne, forse perfino alla moda, avere relazioni con uomini di età

inferiore. Non avviene solo in tv: una delle serie di maggior successo su Netflix, *Grace and Frankie*, interpretato da Jane Fonda e Lily Tomlin, narra le vicende di due anziane signore che parlano continuamente di «vibratori per la terza età»: lasciate dai mariti e in cerca di nuovi partner sessuali, mettono su un'attività che si occupa nientemeno che di *sex toys*. Ma sempre più spesso si vedono anche in società queste coppie – diciamo così – miste. Il termine *toy boy* è addirittura entrato nel dizionario Treccani con il significato di «giovane uomo prescelto come accompagnatore o partner da una donna più anziana di lui». Più che gli antichi gigolò, i cosiddetti «mantenuti», si tratta di veri e propri «fidanzati di professione» per donne che hanno tutto, bellezza, moda e salute, e vogliono godersi la vita senza limitazioni di età <sup>6</sup>.

Naturalmente non è affatto detto che ciò sia da considerarsi un progresso in termini di parità dei sessi. A metterlo in dubbio è innanzitutto la terminologia adottata per queste nuove figure femminili, con definizioni che contengono un implicito giudizio morale negativo, come *cougar* e *milf*: la prima paragona a una pantera (ossia a un animale predatore) la donna matura che va con un giovane; la seconda è un acronimo e la designa invece come oggetto sessuale (*Mother I'd Like to Fuck*). Dovrebbe far riflettere in questo senso il diverso standard riservato dai media a due coppie presidenziali. Alla storia d'amore tra Brigitte, sessantacinquenne, ed Emmanuel Macron, di venticinque anni più giovane, non viene risparmiato un interesse morboso, quando non un vero e proprio offensivo sarcasmo. Nessuno si permette però di trattare allo stesso modo Donald Trump, che pure ha la stessa differenza d'età nei confronti della moglie Melania. E la ragione è molto semplice: è un uomo. Appare spesso evidente, insomma, nonostante botox e tacchi a spillo, «la doppia discriminazione che colpisce dopo una certa età l'altra metà del cielo: a quella contro le donne si aggiunge infatti quella contro la vecchiaia, talché le donne vecchie vengono relegate a livelli molto bassi di considerazione sociale» <sup>7</sup>.

La verità è che, al di là delle riviste patinate e del mondo del glamour, nella vita di ogni giorno la sessualità degli anziani resta un'esperienza complessa, difficile, e talvolta un vero e proprio problema sociale, ancora coperto da troppi tabù. Si può anzi dire che «in nessun ambito come in questo l'«ageismo», e cioè la discriminazione per età, sia così feroce». Il sesso è considerato nella nostra società come il dominio assoluto dei giovani, anzi,

l'espressione più arrogante del giovanilismo imperante e, dunque, oltre una certa età è stigmatizzato dal «fattore bleah», come un atto poco dignitoso, a causa della repulsione che ci è stata insegnata per il corpo degli anziani, così diverso dall'immaginario sessuale della pubblicità, della moda, della tv <sup>8</sup>.

Fortunatamente, però, la sessualità non è solo sesso: è identità, ruoli, erotismo, piacere, intimità. È tutto ciò che proviamo e sentiamo quando stiamo con un'altra persona. In molte ricerche demoscopiche la stragrande maggioranza di donne e di uomini oltre i sessantacinque – più uomini che donne, a dire la verità – dichiarano che fare all'amore resta un aspetto fondamentale della loro vita, perché fa sentire vivi, rende felici e combatte la solitudine; ma non sono poi così tanti coloro che considerano l'atto sessuale come il fulcro del «fare all'amore». Affetto, conoscenza, fiducia, rispetto, compatibilità sono elementi considerati anche più importanti. Ciò che conta, insomma, non è la frequenza delle attività sessuali, ma la qualità dello stare insieme e il desiderio di condividere sentimenti ed emozioni con un partner <sup>9</sup>.

Per questo credo che, superata la soglia dei sessanta, si possa imparare meglio a distinguere tra i sentimenti connessi al desiderio. Lo struggente bisogno di bellezza che spesso si presenta sotto la forma di fascinazione per la gioventù, non è infatti destinato a trasformarsi necessariamente nell'ansia di possesso di corpi giovani. L'esperienza ci dice anzi che difficilmente la concupiscenza trova mai soddisfazione, anche quando ottiene il suo obiettivo, perché trasforma l'amato in oggetto, e lo «consuma» in un attimo lasciando intatto il vuoto che intendeva colmare. Non a caso uso il termine «concupiscenza», parola che proviene dalla cultura cristiana: perché si può applicare anche ad altre passioni dello stesso inappagabile genere, come quella per la ricchezza o per il potere <sup>10</sup>.

Mentre dell'erotismo, della contemplazione della bellezza dell'altro sesso, si può godere senza appropriazioni indebite. Non a caso, la dimensione erotica è accettata e perfino sublimata nel cristianesimo, proprio perché è «il rovesciamento e il compimento della concupiscenza» <sup>11</sup>, e in questa forma è considerata uno degli aspetti della mistica, cioè dell'amor divino. Chi abbia visto la statua di Santa Teresa d'Avila scolpita da Bernini nell'atto di godere dell'estasi, che si contorce tra le vesti scomposte mentre viene penetrata dalla luce divina, sa perfettamente di che cosa parliamo.

La statua, che si trova nella chiesa di Santa Maria della Vittoria a Roma, è ispirata a uno scritto in cui la stessa santa descrive una delle sue esperienze mistiche: «Un giorno mi apparve un angelo bello oltre ogni misura. Vidi nella sua mano una lunga lancia alla cui estremità sembrava esserci una punta di fuoco. Questa parve colpirmi più volte nel cuore, tanto da penetrare dentro di me. Il dolore era così reale che gemetti più volte ad alta voce, però era tanto dolce che non potevo desiderare di esserne liberata... Quando l'angelo estrasse la sua lancia, rimasi con un grande amore per Dio»<sup>12</sup>.

L'aspetto sensuale dell'esperienza d'amore - di qualsiasi amore - non è quindi per niente estraneo neanche alla cultura cattolica nella quale siamo stati allevati, e cui spesso attribuiamo le colpe di una morale sessuale restrittiva e repressiva (magari è più vero nel caso del protestantesimo, che ha una visione più cupa del peccato originale, ma questo è un altro discorso). Non a caso, la prima enciclica di Benedetto XVI era dedicata proprio alla differenza tra *eros* e *agape*, tra la passione dell'uomo per il dominio sull'altro e la passione dell'uomo nel donare se stesso. L'*agape* «indica l'amore oblativo che cerca esclusivamente il bene dell'altro», l'*eros* «denota invece l'amore di chi desidera possedere ciò che gli manca ed anela all'unione con l'amato»<sup>13</sup>.

Letto in questa chiave, il dilemma del mio incontro con la bellezza giovanile che ho raccontato all'inizio sarebbe stato presto risolto: avrei potuto *amare* quella giovane donna cercando esclusivamente il suo bene: allora non avrei dovuto ignorare che tutto il suo essere era proteso in quel momento verso l'esperienza di lavoro che stavamo facendo insieme e mi chiedeva aiuto per renderla un esaltante momento del suo progetto di vita. Non avrei dovuto dare invece a lei, e forse anche a me stesso, la sensazione di desiderare il possesso di quel bene, la gioventù, che incarnava e di cui noi «over» avvertiamo con tanta acutezza la mancanza. La bellezza della gioventù va venerata; bisogna inginocchiarsi davanti a essa, non tendere la mano per toccarla.

L'arte di invecchiare è, in definitiva, innanzitutto questo: imparare a donarsi invece che a prendere. Donarsi innanzitutto alla propria compagna o al proprio compagno, quando c'è. Anche dal punto di vista della soddisfazione sessuale, infatti, l'esistenza di una relazione di coppia stabile è cruciale<sup>14</sup>. La morte o la malattia del partner è anzi la principale causa di solitudine per gli anziani,

l'evento che spesso segna la fine di una soddisfacente vita sessuale.

Alla fine, e nonostante le tante ansie di evasione o sperimentazione che ci hanno inseguito per tutta la vita, ci accorgiamo che l'amore coniugale è la matrice, il modello e il prototipo dell'amore romantico. Per essere tale, e dunque per poter durare, esso richiede infatti di non confondere il sesso con il possesso: la reificazione della persona amata è la sua negazione, causa principale del fallimento di ogni relazione e all'origine di tragedie come il femminicidio.

«Fare l'amore» con la propria moglie o con il proprio marito è del tutto diverso dal «fare sesso». Ne ho avuto una prova quasi scientifica. Avendo accusato delle aritmie cardiache, e in attesa di un esame che avrebbe poi assolto le mie coronarie, fui sottoposto dal mio cardiologo a un regime di restrizioni precauzionali: non correre, sospendi la palestra, non metterti in situazioni di forte stress emotivo, lavora meno ecc. Su richiesta di mia moglie, sempre molto attenta a questo aspetto della vita di coppia, gli chiesi se anche il sesso mi era inibito. Il medico rispose: «Dipende. Il sesso coniugale lo puoi fare, lì non c'è pericolo. Fuori dal matrimonio è più rischioso». Ci stava dicendo che nelle relazioni extraconiugali c'è più piacere? ci chiedemmo io e mia moglie. O che c'è solo più stress, perché la soddisfazione che vi si cerca è quella del proprio narcisismo e della propria vanità? Facemmo l'amore poche ore dopo, e fu diverso da sempre e bellissimo: quasi una rivincita della vita sulle bizze del mio cuore. In gloria del sesso tra coniugi, da allora teniamo sul comodino un passaggio del Cantico dei cantici nel quale si descrive la particolare e intima sensualità che lo rende così diverso da ogni altra esperienza: «L'amato mio ha introdotto la mano nella fessura / e le mie viscere fremettero per lui. / Mi sono alzata per aprire al mio amato / e le mie mani stillavano mirra; / fluiva mirra dalle mie dita / sulla maniglia del chiavistello» <sup>15</sup>.

Innamorarsi della propria moglie, ogni anno se serve, ma ce n'è bisogno anche più spesso, è un esercizio di resurrezione che consiglio. È un'attività impegnativa, richiede un duro lavoro per rimuovere costantemente l'accumulo di rabbia, frustrazione, delusione, dolore e risentimento che una vita di coppia, immersa nelle attività quotidiane e nella cura dei figli, inevitabilmente produce. Una montagna di fronte alla quale ci si chiude spesso nell'autodifesa, per proteggersi dalla sofferenza allontanandosi. Ogni lite, ogni contrasto di opinioni apre una ferita narcisistica,



perché questo innanzitutto siamo (soprattutto noi uomini): narcisi <sup>16</sup>. Ma proprio il sesso «coniugale» può fare il miracolo: se si ha la forza e l'umiltà di girarsi dal lato giusto del talamo, di chiedere scusa senza parlare ma protendendo il corpo, allungando una gamba, toccando un fianco, allora sarà proprio il desiderio sessuale a rivelarsi il servo dell'amore.

Le coppie più affiatate, in cui si instaura una commovente abitudine di entusiasmo e dolcezza, possono anzi vivere «un'estate di San Martino della sessualità» <sup>17</sup>. Scrive Cicerone: «Sebbene la vecchiaia si privi dei banchetti smodati, tuttavia può prendere diletto da convivi moderati» <sup>18</sup>.

Imparare a innamorarsi continuamente del proprio partner è infine anche un'ottima assicurazione sul sesso da vecchi, perché tiene accesa la speranza di poterne godere perfino quando la forza di gravità farà sentire sulla carne il proprio irresistibile potere e ogni passione sarà spenta. Non c'è bisogno di immaginarsi – come fa mia moglie – nei panni di Fermina e Florentino, i protagonisti dell'*Amore ai tempi del colera*, stretti insieme a letto con le dentiere intrecciate nel bicchiere sul comodino. Basta il tweet con cui un grande vecchio del giornalismo, Dan Rather, ha sentito di recente il bisogno di onorare il suo amore senile per la moglie: «Amo passeggiare con Jane al tramonto. I miei passi si fanno sempre più lenti e sempre di più ho un altro viaggio nella mente, quello verso l'eternità. Ma la gioia, l'assoluta, inalterabile gioia di una camminata con lei a passi lenti, mano nella mano, mentre cadono le ombre della sera, non finirà mai».

L'amore coniugale (e quando dico coniugale mi riferisco a ogni relazione stabile, duratura e sincera, comunque definita giuridicamente) sublima l'amore perfino al di là e oltre il suo oggetto. «Avere una donna che ti aspetta, che dormirà con te, è come il tepore di qualcosa che dovrai dire, e ti scalda e t'accompagna e ti fa vivere... Sposarsi vuol dire costruire una vita» <sup>19</sup>, ha scritto Cesare Pavese, che per mancanza d'amore la vita se l'è tolta. E la prova più inconfutabile di quanto il nostro essere aneli a questo tipo di amore è data proprio dalla nostalgia che ne sentiamo una volta che l'abbiamo perso, e che ci spinge a ricercarlo quando la persona amata non c'è più. È l'esperienza delle vedove e dei vedovi che trovano un secondo amore. Si tratta di un fenomeno sociale e culturale in forte crescita proprio grazie all'invecchiamento della popolazione, descritto ormai in tanti format

televisivi e osservabile dal vivo anche solo recandosi il sabato sera nelle balere del Nord Italia. È per fortuna ormai dissolta la riprovazione sociale che circondava chi si univa in una nuova relazione dopo aver perso il marito o la moglie, nonostante la tarda età. Anzi, sotto i nostri occhi, schiere di settantenni e ottantenni rimasti soli riavviano storie d'amore e anche di sesso. Ed è significativo che spesso si tratti di un secondo primo amore, della riscoperta per esempio di un compagno degli anni di scuola, poi smarrito, andato via, e reincontrato al momento giusto. Oppure ancora di un amico di lunga data, spesso frequentato anche insieme al coniuge scomparso e per questo paradossalmente più intimo nella relazione a tre che si sta per avviare, in cui convivono splendidamente l'amore intatto per chi non c'è più e l'amore intenso per chi c'è ancora.

Perché il vero protagonista dell'amore coniugale è l'amore, non il possesso. Di conseguenza, la morte della persona amata non coincide con la morte dell'amore. L'amore resta vivo perché è vita. Amare di nuovo non è dimenticare chi si è amato: il nostro cuore è abbastanza grande per due amori, a patto che siano veri.

---

<sup>1</sup> Franco Volpi, *Introduzione*, in Arthur Schopenhauer, *L'arte di invecchiare*, Milano, Adelphi, 2006.

<sup>2</sup> Friend, *Silicon Valley's Quest*, cit.

<sup>3</sup> Roberta Rossi, Francesca Aversa, *Sessualità nel climaterio e nella terza età*, Istituto di Sessuologia Clinica di Roma, 2015, [sessuologiaclinicaroma.it](http://sessuologiaclinicaroma.it).

<sup>4</sup> Negli Stati Uniti il tasso di separazioni nelle coppie over cinquanta è addirittura raddoppiato negli ultimi trent'anni. Margherita De Bac, *Dirsi addio dopo i 60. Il divorzio non ha età*, in «Corriere della Sera», 19 luglio 2018.

<sup>5</sup> Platone, *Repubblica*.

<sup>6</sup> La definizione della Treccani online cita Melania Dalla Costa, in «Panorama», 7 dicembre 2011.

<sup>7</sup> Rigotti, *De senectute*, cit.

<sup>8</sup> Applewhite, *Il bello dell'età*, cit.

<sup>9</sup> Ashley Macleod, Marita McCabe, *Older people still have sex, but it's the intimacy and affection that matters more*, in «The Conversation», 26 gennaio 2017.

<sup>10</sup> Cfr. Gianni Baget Bozzo, *La mistica dell'eros*, in «Il Foglio», 19 agosto 2008.

<sup>11</sup> *Ibid.*

<sup>12</sup> Santa Teresa d'Avila, *Autobiografia*, XXIX, 13.

<sup>13</sup> Benedetto XVI, *Deus caritas est*, Milano, San Paolo, 2005.

<sup>14</sup> Gli uomini e le donne oltre i quarantacinque anni ritengono di gran lunga più importante per la qualità della loro vita una buona relazione con lo sposo/sposa o con un partner duraturo (91,9% per gli uomini, 87,1% per le donne) che una soddisfacente attività sessuale (66,8% per gli uomini e 56,7% per le donne). Fonte:

Harvard Medical School, marzo 2017.

<sup>15</sup> Cantico dei cantici, 5, 4-5.

<sup>16</sup> Cfr. Umberta Telfener, *Ho sposato un narciso. Manuale di sopravvivenza per donne innamorate*, Roma, Castelvechi, 2014.

<sup>17</sup> La definizione è di Alessandra Graziottin, direttore del centro di Ginecologia e sessuologia medica del San Raffaele Resnati di Milano, citata in Sara Ficocelli, *Il sesso della terza età*, in «D di Repubblica», 16 novembre 2011.

<sup>18</sup> Cicerone, *De senectute*.

<sup>19</sup> Pavese, *Il mestiere di vivere*, cit., pp. 307.

## Farsi digitali (ovvero imparare a disimparare)

Si dimentica soltanto ciò che si era già dimenticato  
quando accadeva.

CESARE PAVESE, *Il mestiere di vivere*

Forse non faremo la triste fine di Daniel Blake, il protagonista dell'omonimo film di Ken Loach. Falegname alle soglie dei sessant'anni, costretto a lasciare il lavoro che amava per problemi di cuore, Daniel cerca disperatamente di farsi riconoscere il diritto all'indennità di malattia e con esso la dignità di chi non ha certo scelto di vivere di sussidi. Ma il welfare inglese, con i centri per l'impiego dati in appalto a privati e le prestazioni assistenziali nascoste dietro impenetrabili enigmi burocratici, è ormai accessibile solo a chi sa usare un computer, compilare un questionario online, procurarsi certificati digitali. E lui non lo sa fare. È una vittima sacrificale del *digital divide*. Morirà di un attacco cardiaco mentre ancora cerca di ottenere ciò che gli spetta.

È una storia che abbiamo sentito raccontare anche in Italia. Per esempio da chi ha cercato di fare domanda per l'Ape volontaria, ossia per l'anticipo della pensione, e ha scoperto che è possibile inoltrarla solo online. Molti ci hanno rinunciato per questa ragione. Per tanti anziani riuscire a penetrare la logica che presiede all'utilizzo della rete, più ancora che imparare a usare un computer, è estremamente difficile, se non proibitivo. Anche perché chi disegna questi software sembra del tutto indifferente al fatto che molto spesso non verranno usati da nativi digitali, ma da cittadini cui l'età e la formazione non garantiscono la dimestichezza necessaria col mezzo. Rischiano, così, di restare tagliati fuori dalla vita della comunità, che sempre più si svolge solo in rete. Una vera e propria forma di esclusione sociale.

Ho fatto esperienza diretta di quanto, invece, una seconda vita digitale possa aiutare chi sta uscendo dal mercato del lavoro a rimanere in contatto con il suo mondo e, anzi, gli permetta di

accedere ad altri e nuovi sistemi di relazione. Qualche anno fa ho vissuto un momento difficile della mia carriera. Ho dovuto lasciare il giornale che avevo fondato, «il Riformista», e sono rimasto a casa per qualche anno, collaborando con il «Corriere della Sera» dall'esterno, come commentatore politico. All'improvviso, per la prima volta dopo trentacinque anni, non avevo più una redazione dove andare la mattina: avevo perso l'accesso alle agenzie di stampa che incessantemente, minuto per minuto, ti portano il mondo davanti agli occhi, ed era venuto meno il dialogo costante con i colleghi che seguono le storie e tornano al giornale per riferirne. Privato di colpo di quel clima di fervore e di stimolo intellettuale che si respira in un giornale, e che era l'humus in cui si sono formate tutte le mie idee fin da quando avevo diciannove anni, mi chiedevo come avrei potuto continuare ad avere opinioni senza quel background. Ho temuto che stare a casa, da solo, avrebbe rapidamente inaridito le fonti della mia creatività, facendo di me, in breve tempo, un ex giornalista.

La soluzione è stata Twitter. Dieci anni fa era di moda, non come adesso che è invece di moda denigrarlo. Quel social network si rivelò decisivo per il mio reinserimento al lavoro. Ci trovavo, e su scala globale, tutto ciò che mi serviva: le notizie, i commenti dei colleghi che le riprendevano, le opinioni dei lettori che ne discutevano, in una conversazione pubblica oltretutto più rapida e tempestiva perché immediata e interattiva. Twitter è diventato, un po' alla volta, la mia nuova redazione. Lì ho ricominciato a pensare e a informarmi in tempo reale, condizione essenziale per riprendere a scrivere. Sono uscito così da una crisi professionale regalando alla mia carriera un nuovo inizio, mentre ormai ne davo per scontata la fine.

Poi, certo, anche Twitter è cambiato. E oggi si può dire che non presenta solo vantaggi di socializzazione, ma anche gravi rischi di imbarbarimento civile, a causa di una conversazione che si è fatta via via sempre più astiosa, faziosa, crudele, talvolta volgare, con un pubblico diviso in tribù poco interessate alla verità dei fatti e molto invece a farsi la guerra. Ne pago anch'io il prezzo, vittima come tanti altri di troll e fanatici sempre più numerosi. Un tempo, se qualcuno non era d'accordo con te, al massimo ti dava del cretino; adesso il minimo è «servo». E chi prima si limitava a dissentire ora si sente in dovere di esprimere «disgusto» per le tue idee, chiosandole con il classico «Vergogna!», ingiunzione chiave del

nostro tempo che trasforma una semplice divergenza di opinioni in una sentenza morale.

Ma non credo sia giusto dire, come pure si fa, che sia stato il peggioramento del clima sui social a produrre effetti negativi sul dibattito pubblico nel nostro paese e a determinare il successo elettorale di forze antiestablishment o estremiste. Magari è accaduto proprio il contrario: i social ci hanno segnalato con prontezza ciò che stava cambiando nella società, ma le élite erano così distratte da non capirlo, perdendo tempo in denunce dei follower più facinorosi alla polizia postale o «bannando» qualche persecutore particolarmente fastidioso. Il che renderebbe, se possibile, anche più prezioso continuare a frequentare oggi i social, magari con maggiore attenzione e intelligenza. Per conto mio, posso dire che considero tuttora il beneficio che offrono in termini di informazione e di connessione con il mondo superiore al danno che può provocare qualche insulto.

Noi baby boomer arriviamo per nostra fortuna alla pensione con un grado di alfabetismo digitale di gran lunga superiore a coloro che ci hanno preceduto. Abbiamo fatto in tempo a intercettare la rivoluzione tecnologica nel pieno degli anni lavorativi. E seppure non siamo capaci come i nostri figli e nipoti, di certo sappiamo usare uno smartphone, concludere un acquisto online, frequentare la rete e i social media. I vantaggi che ne potremmo ricavare da anziani sono potenzialmente enormi. Per esempio combattere l'isolamento, il vero grande nemico dell'ultima età della vita. Un pericolo non solo sul piano psicologico, perché ne è provata la connessione con dipendenze come il tabagismo o l'alcolismo e con stati depressivi (a proposito di tecnologia: mia suocera, da tempo vedova, quando si sente giù compulsa l'album di foto digitali dei nipoti sul suo smartphone: lo usa come terapia contro i momenti tristi). Ma anche perché, secondo uno studio condotto su quasi mezzo milione di britannici, di solitudine si può letteralmente morire, visto che aumenta i rischi di attacco cardiaco, di diabete e di obesità, accrescendo del 50% la probabilità di una fine prematura. Familiari e amici sono insomma veri e propri supporti vitali, a una certa età. Sfortunatamente, però, non sono sempre disponibili, a ogni ora del giorno o quando ce n'è bisogno, perché vivono lontani e hanno i loro affari da seguire. Mentre cresce il numero degli anziani soli, i figli li affidano alle badanti. Le nuove tecnologie, invece, possono fare miracoli per combattere la

solitudine prodotta dall'età, permettendo a tanta gente di conservare autonomia e indipendenza, ma allo stesso tempo garantendone un controllo attento e costante.

Se ne occupa la «gerontecnologia», un settore dell'industria tecnologica in pieno sviluppo, anche perché gli over sessantacinque sono già tredici milioni e mezzo in Italia e sono destinati a sfiorare i ventidue milioni (e i due miliardi nel mondo) nel 2050 <sup>1</sup>. La gamma dei gadget e delle app già disponibili è piuttosto ampia. Ci sono i tessuti intelligenti, come i calzini dotati di sensori in grado di monitorare da lontano i movimenti di un anziano, per capire dal modo in cui cammina se aumenta il rischio che cada e dare l'allarme quando avviene; cosa non da poco, visto che questo tipo di incidenti domestici è una delle principali cause di morte per chi è oltre una certa età e vive solo. Allo stesso modo, un medico può rilevare gli indicatori essenziali della salute di un anziano senza costringerlo ad arrivare fino al suo studio, grazie alla telemedicina che permette di misurargli la pressione e fargli l'elettrocardiogramma da lontano. C'è addirittura un'app, iTriage, che offre risposte mediche di primo soccorso. Altre si incaricano di ricordare di assumere le medicine alle ore giuste e nella giusta dose.

Tutti i movimenti in casa, o anche una sospetta e prolungata assenza di movimenti, possono essere controllati grazie a sensori localizzati nei posti chiave, dal bagno all'armadio, e gli stessi aggeggi possono servire per compiere senza sforzi i tanti piccoli gesti della vita domestica, come aprire un cassetto troppo in alto o ricordarsi di spegnere la fiamma di un fornello.

Le ipotesi più avveniristiche prevedono lo sviluppo di robot capaci di assistere gli anziani in casa: ne esiste già uno a Singapore, RoboCoach, una sorta di istruttore di ginnastica che sceglie programmi di allenamento personalizzati e durante l'esecuzione fornisce consigli e incitamenti in diretta, proprio come in palestra.

Ma ci sono anche esigenze sociali più sofisticate che l'esperienza della share economy può aiutarci a soddisfare. Il sistema Papa, già attivo in Florida, vero Eden dei pensionati più benestanti del mondo, funziona sul modello di Uber o di Airbnb: al posto di automobili o case consente di prendere in affitto per qualche ora un «nipote» (*grandkids on-demand*), un giovane selezionato e preparato che terrà compagnia al «nonno» o alla «nonna» alla modica cifra di quindici dollari l'ora, per chiacchierare, giocare a

scacchi o semplicemente ammazzare il tempo insieme e curare la nostalgia dei familiari <sup>2</sup>.

Ma è un altro il fattore decisivo per cui la rivoluzione digitale può cambiare davvero per sempre la vita degli anziani, con effetti di incalcolabile portata: internet sta diventando infatti una specie di memoria esterna, dove stipare una quantità infinita di informazioni, date, appuntamenti, numeri di telefono, indirizzi, tragitti stradali, foto e testi. Una vita di ricordi che non dobbiamo più per forza ricordare, perché c'è qualcun altro che lo fa per noi.

Questo vero e proprio accrescimento delle potenzialità del cervello umano, quasi una «realtà aumentata», è visto da molti con preoccupazione: si teme che il genere umano perda progressivamente importanti abilità cognitive, come la concentrazione e la capacità di riflessione <sup>3</sup>. In fin dei conti – sostengono gli apocalittici – ricordare non è solo una merce che si può senza danni esportare fuori dal cervello: è per allenarci a pensare che a scuola ci hanno fatto mandare a memoria le tabelline, le formule chimiche e i versi di Pascoli. Ma ci sono altri studi secondo i quali coloro che usano internet da tempo e massicciamente ne ricavano invece un notevole incremento dell'attività cerebrale proprio nelle parti della corteccia pre-frontale associata con la capacità di risolvere problemi e di prendere decisioni.

Nell'attesa che i neuroscienziati si mettano d'accordo, una cosa si può dare per sicura: l'esplosione della tecnologia digitale sta influenzando il modo in cui funziona la nostra mente, incrementando l'efficienza dei sistemi da essa governati. D'altra parte, non è certo la prima volta nella storia della specie che il cervello dell'uomo si trova esposto a una radicale trasformazione dell'ambiente in cui opera, e finora ha sempre reagito dimostrando grande plasticità e capacità di adattamento: dall'uso della pietra per fare utensili un paio di milioni di anni fa, all'età dei metalli, fino alla nascita del linguaggio, e poi alle prese con l'invenzione della scrittura. Senza contare l'innovazione della stampa a caratteri mobili, rivoluzione la cui portata è da molti punti di vista paragonabile a quella digitale, perché cambiò completamente, e per il meglio, il modo in cui si diffondevano le idee tra gli uomini.

Non lasciamoci dunque la testa prima del dovuto: l'«effetto Google», e cioè la disponibilità di un immenso archivio in rete facilmente e rapidamente consultabile, può migliorare la specie,



consentendole di concentrare le sue energie su qualcosa di più utile e creativo che ricordare dati e nozioni <sup>4</sup>.

D'altra parte, circolava fin dagli anni ottanta, cioè prima della diffusione di massa delle tecnologie digitali, una teoria secondo la quale gli esseri umani fanno già da millenni affidamento su una sorta di «memoria transattiva», che condividono con gruppi di propri simili: innanzitutto nelle coppie e nelle famiglie, ma anche in organizzazioni più estese. Nella nostra vita privata e nel nostro lavoro, deleghiamo infatti spesso agli altri il compito di ricordare qualcosa per noi. Pensate a come, in famiglia, tra moglie e marito ci si divide quasi spontaneamente l'incombenza di tenere a mente gli impegni. E in un gruppo di amici c'è sempre quello a cui rivolgersi per sapere il nome dell'attrice che abbiamo appena visto in un film e quell'altro che conosce tutte le formazioni delle squadre di calcio. In ufficio c'è il collega bravo nel padroneggiare organizzazione del lavoro e gerarchie e un altro specializzato nello snocciolare senza battere ciglio cifre e dati del bilancio aziendale. Non soltanto non opponiamo resistenza a questa divisione dei compiti, al contrario, vi facciamo affidamento, e il più delle volte lasciamo che alcune informazioni scivolino via dalla nostra mente proprio perché sappiamo che all'interno del gruppo, più ristretto o più largo, ci sarà un altro che le ha immagazzinate. Gli esseri umani fanno cioè parte da tempo di un sistema di memoria collettiva, composto di tante memorie individuali che interagiscono l'una con l'altra. E questo è sempre stato un vantaggio evolutivo.

Il nostro rapporto con internet, in fin dei conti, funziona nello stesso modo; solo su una scala enormemente più vasta e con una potenzialità virtualmente infinita. Abbiamo tutti imparato dall'esperienza che è più facile e comodo «scaricare» le informazioni quando ci servono dal cloud, dove è depositata la memoria collettiva dell'umanità, piuttosto che cercare di ricordarle da noi. E, infatti, la consapevolezza che si possa trovare in rete qualsiasi cosa si abbia bisogno di sapere, è stata associata spesso, negli esperimenti degli psicologi, a una maggiore difficoltà a ricordare: rimuoviamo subito i dettagli di una storia o di un problema, perché sappiamo che c'è Google che ci solleva dalla fatica di registrarli. Ciò accresce l'autostima del genere umano: siamo tutti più sicuri di noi stessi, ci sentiamo in grado di far fronte a ogni quesito e, anche se cerchiamo la risposta sul web, siamo ugualmente fieri di conoscerla, perché consideriamo ormai la

memoria digitale come parte integrante del nostro sistema cognitivo: un'estensione di intelletto, appartenente a noi e solo fisicamente altrove.

È un bene? È un male? A prima vista parrebbe un bene. Si potrebbe addirittura definire internet una sorta di *Intermind*, un ampliamento collettivo delle abilità della mente umana che ci risparmia la fatica di riempire il nostro cervello con informazioni non essenziali, lasciandoci così lo spazio e il tempo per dedicarci ad aspetti più delicati e complessi, e forse più gratificanti, della vita; un ulteriore passo avanti, insomma, nel lungo cammino con il quale l'uomo tenta di affrancarsi dalla fatica fisica per dominare e sfruttare con la sola forza del cervello l'ambiente che lo circonda <sup>5</sup>. Dall'America giunge addirittura una nuova teoria, detta dell'*unlearning*, secondo la quale presto diventerà una necessità della specie «la capacità di cancellare in fretta quello che sappiamo e che sappiamo fare, ma non ci serve più, per lasciare spazio a nuove conoscenze» <sup>6</sup>. Il disimparare programmato potrebbe anzi diventare presto la competenza professionale e personale più importante per far fronte a un'innovazione accelerata <sup>7</sup>.

Un problema però esiste, ed è il seguente: lo spazio che si libera nella nostra mente viene sempre usato anche per rafforzare il nostro spirito critico? Se, infatti, non dobbiamo più ricordare in prima persona le informazioni, dobbiamo pur sempre «sapere dove andare a cercarle», come ci spiegava Umberto Eco, che identificava in questa abilità la vera barriera d'ingresso al mondo della cultura. Ed è esattamente compiendo questa operazione, e a seconda di come la compiamo, che possiamo accrescere o perdere la nostra capacità di discernere l'informazione attendibile da quella che non lo è, quella che arriva da una fonte che conosciamo e di cui possiamo fidarci da quella che è entrata di contrabbando nel sistema. Perfino quando seguiamo le indicazioni di un navigatore - e dio solo sa quale lacuna questi affari abbiano colmato nella vita di persone come me, del tutto prive di senso dell'orientamento -, non dovremmo mai fidarci fino in fondo, e infatti nel nostro cervello confrontiamo costantemente i suoi suggerimenti con le nostre nozioni e con ciò che ci suggerisce l'istinto. A seguire ciecamente un computer si rischia di finire in un fiume (come peraltro è davvero accaduto).

Viene da pensare: se ci comportiamo in questo modo al volante di un'auto, perché mai dovremmo accettare invece a occhi chiusi

informazioni politiche o nozioni di economia che troviamo su un sito o su un blog? Eppure sappiamo benissimo che accade spesso e che questa «credulità digitale» sta cambiando in peggio gli orientamenti culturali e il senso comune di gran parte dei cittadini.

Il fatto è che gli esseri umani usano sempre una memoria selettiva: prediligono cioè le informazioni che coincidono con ciò che credono o sperano, trascurando le altre. Se trovo in rete un articolo che pronostica lo scudetto all'Inter il prossimo anno, state certi che lo ricorderò meglio di qualsiasi altra analisi, diciamo così, più oggettiva e meno ottimista. Questo accade anche per le nostre esperienze. La possibilità illimitata di scattare foto digitali durante un viaggio o in famiglia fa sì che i ricordi sbiadiscano. Certe volte ricordiamo meglio momenti, luoghi e persone che non abbiamo fotografato. E non c'è dubbio che, nell'ansia di immortalare tutto, molto spesso perdiamo l'opportunità di una contemplazione più prolungata, più profonda, di quell'istante che passa e che una foto non sarà mai in grado di farci rivivere.

Subappaltare alla rete la nostra memoria non è dunque esente da incognite o rischi. Ma i vantaggi pratici sono evidenti e possono migliorare la qualità della vita, soprattutto nella terza età, quando si hanno più problemi nel ricordare e un accesso più difficile alle informazioni. Pensate all'isolamento di cui, prima di internet, era vittima un anziano che non poteva uscire di casa, raggiungere l'edicola, andare al cinema, frequentare una libreria, acquistare un disco. Oggi può avere tutto ciò che gli serve in versione digitale con un semplice click. E gli anziani possono imparare a usare la tecnologia restando quelli di prima, senza perdere cioè le loro facoltà cognitive, a differenza dei nativi digitali, che non hanno fatto in tempo ad apprenderne alcune, come per esempio far di conto senza usare calcolatrici e simili. Per chi arriva dall'era predigitale non è infatti mai troppo tardi, perché «siamo tutti natural born cyborg, abbiamo cioè la capacità innata di incorporare nuove tecnologie che migliorano le nostre performance», a qualunque età <sup>8</sup>.

Non butteremo dunque la nostra memoria personale. È giusto esserne gelosi. Senza esagerare, però. Bisogna tener presente, infatti, che il nostro stesso cervello fa un continuo lavoro di pulizia dei nostri ricordi, scartando quelli inutili: quando si formano cellule nuove nell'ippocampo, la regione del cervello associata alla memoria, queste nuove connessioni si incidono sopra i vecchi

ricordi cancellandoli o seppellendoli. È infatti importante e utile dimenticare i dettagli irrilevanti, affinché la mente possa ripulirsi e spostare energie e risorse sulle informazioni che le sono essenziali per fare bene il suo mestiere: prendere decisioni nella vita reale.

Dimenticare non ci rende dunque affatto stupidi, può anzi farci più intelligenti. E questa è una grande scoperta per gli anziani di tutto il mondo, che condividono con i grandi scienziati e filosofi la loro tendenza alla distrazione e alla smemoratezza. Non essere più costretti a ricordare tutto perché c'è qualcun altro che può farlo per te, è, in fin dei conti, una grande liberazione.

Ricordare tutto non è poi così bello come si potrebbe credere. E, nonostante i rischi e i pericoli che l'invasione della tecnologia digitale certamente presenta, godersi il «Google effect» è meglio che imbottirsi di nootropi, i nuovi farmaci che la Silicon Valley comincia a sfornare per la terza età e che sono un vero e proprio doping delle funzioni cerebrali. Meglio lasciar lavorare il computer che assumere sostanze. L'estensione delle capacità umane è sempre preferibile alla loro alterazione.

«Il mondo dei vecchi, di tutti i vecchi, è, in modo più o meno intenso, il mondo della memoria» <sup>9</sup>, ha scritto Norberto Bobbio. Eppure il grande filosofo, alla fine della sua vita ammetteva con franchezza che i mezzi intellettuali di un vecchio non gli consentivano più di ricordare: «Per ricostruire anche solo un frammento della vita passata, di una vicenda che amerei raccontare, di una conversazione che un tempo mi appassionò, di una lettura che mi istruì, mi occorre un paziente lavoro di ricostruzione di piccoli tratti di memoria che appaiono e scompaiono, come guizzi nel buio [...] lo spazio delle mie esplorazioni nei diversi campi del sapere si va restringendo senza che ne sia del tutto consapevole, come se il ripostiglio dove sono andato accumulando le conoscenze acquistate nelle più disparate letture, negli studi durati anni su un certo argomento, per cui ho visitato biblioteche in diversi paesi, compulsato centinaia di libri e documenti, sia ormai stipato e non entri più nulla» <sup>10</sup>. Sarebbe stato felicemente sorpreso di scoprire che, appena qualche anno dopo la sua morte, quel cassetto sarebbe diventato come la borsa magica di Mary Poppins, senza fondo, sempre aperto, accessibile ventiquattr'ore su ventiquattro, per rendere la memoria infinita. Dimenticare non è più un'opzione, al giorno d'oggi.

---

<sup>1</sup> Nicolò Di Leo, *La famiglia «fa rete» con l'app che fa da badante e baby sitter*, in *Corriere Innovazione*, «Corriere della Sera», 20 aprile 2017.

<sup>2</sup> Joe Pinkstone, *The “Papa” app that lets lonely pensioners Buy “grandkids on-demand” for \$15 per hour so they can provide company and help with chores*, [www.dailymail.co.uk](http://www.dailymail.co.uk), 27 giugno 2018.

<sup>3</sup> Nicholas Carr, *Is Google Making Us Stupid?*, in «The Atlantic», luglio-agosto, 2008.

<sup>4</sup> Cfr. Ryan Wittingslow, *Outsourcing memory: the internet has changed how we remember*, in «The Conversation», 25 novembre 2012.

<sup>5</sup> Daniel M. Wegner, Adrian F. Ward, *The Internet Has Become the External Hard Drive for Our Memories*, [www.scientificamerican.com](http://www.scientificamerican.com), 1° dicembre 2013.

<sup>6</sup> Carlo Bordoni, *Disimparare non è peccato*, in *La Lettura*, «Corriere della Sera», 19 agosto 2018.

<sup>7</sup> Cfr. Cosimo Accoto, *Il mondo dato. Cinque brevi lezioni di filosofia digitale*, Milano, Egea, 2017.

<sup>8</sup> Elena Meli, *La nostra memoria è affidata alla Rete: pro e contro di questa “scelta”*, in «Corriere della Sera», 31 ottobre 2016.

<sup>9</sup> Bobbio, *De senectute*, cit., p. 29.

<sup>10</sup> *Ibid.*

## Godere ed esultare (ovvero togliere peso)

Figlio, per quanto ti è possibile, trattati bene [...].  
Non privarti di un giorno felice.

Siracide, 14

Ho imparato a mangiare facendo una dieta. Sembra un paradosso, perché la parola dieta di solito è associata alla privazione, alla fame, alla mortificazione del gusto. E invece per me è stata l'occasione per spezzare la frenesia ingorda e inconsapevole con la quale di solito mangiavo, stimolando una riflessione sul cibo, sul suo incredibile valore simbolico, sulla relazione stretta che esiste tra il nutrimento e l'anima. Cibarsi è infatti un atto di «incorporazione», il momento in cui introduciamo nel nostro corpo sostanze provenienti dal mondo esterno. Un processo dunque estremamente delicato, nel quale mettiamo in gioco noi stessi. Qualcosa di molto simile a ciò che facciamo con le idee, che ci vengono dall'esterno, ma che noi digeriamo, assimiliamo o respingiamo, nutrendo così il nostro intelletto e il nostro sentimento.

Da ogni punto di vista, insomma, mangiare è un fenomeno culturale: non solo «l'uomo è ciò che mangia», secondo la formula di Ludwig Feuerbach; ma l'uomo mangia ciò che è, ossia nutrendosi compie delle scelte che definiscono il suo rapporto con l'ambiente che lo circonda, modificandolo. Non a caso siamo l'unica specie sulla faccia della terra che cucina il cibo e lo consuma in compagnia, intorno a una tavola.

Per me tutto è cominciato dalla banale constatazione, così frequente negli «over», di aver messo su pancia. Il che - come ben sapete - presenta molte controindicazioni, e non solo estetiche: l'affanno sulle scale che prima salivi due gradini alla volta, la difficoltà ad arrivare ai piedi per allacciarti le scarpe, la goffaggine a letto e, last but not least, una postura rigida e impacciata, con la schiena che si curva in avanti per reggere il peso accresciuto del

ventre. Insomma, il modo migliore per diventare vecchi prima del tempo. E, se pure abbiamo deciso di non fare niente per tornare giovani, neanche dobbiamo per forza affrettare un invecchiamento precoce.

Dunque, spinto dall'amor proprio e dal mio endocrinologo, mi sono deciso per una dieta. Ma quale? Orientarsi nella giungla di suggerimenti, consigli, decaloghi, libri, blog e app che insegnano a dimagrire - *ça va sans dire*, di molti chili in pochi giorni - è praticamente impossibile. Dunque ho optato per l'understatement, affidandomi a un libro dal titolo seducente, *La dieta non dieta* <sup>1</sup>. Quell'ossimoro, furbissimo, prometteva di corrispondere perfettamente al compromesso che stavo cercando: osservare un regime alimentare senza fare una vera dieta, dimagrire senza soffrire, migliorare senza esagerare, non ridurmi come tanti coetanei finiti nel girone infernale degli ossessionati dalla bilancia, pur di perdere qualche chilo poi prontamente ripreso con gli interessi.

La «guru» che mi sono scelto mi ha invece rassicurato fin dalla prima riga del suo testo: niente quantità né grammi da pesare, condimenti ammessi, nessuna medicalizzazione del pasto quotidiano, che fa perdere più voglia di vivere che chili. L'obiettivo non è tanto dimagrire, ma rimettere in moto il metabolismo, così da tornare naturalmente al peso-forma e restarci a lungo. Perciò non si smette di mangiare. Si impara a moderarsi, a sopperire alle quantità con il gusto, a masticare con lentezza per assaporare di più le pietanze e ingannare l'appetito. All'inizio cambiare abitudini è complicato, poi le cose migliorano, finché non si arriva a familiarizzare con un modo nuovo di stare a tavola, così piacevole da poter essere conservato agevolmente per sempre, scacciando via le esagerazioni e gli errori del passato. Ma soprattutto - e questo è il punto - si impara a capire che cosa stai mangiando, quali effetti produce sul tuo corpo, come ogni alimento si rapporta agli altri che hai ingerito. Una specie di corso accelerato sui cibi e sui modi in cui li cuciniamo. D'altra parte - come ho poi scoperto parlando con uno dei più rinomati chef italiani, Nico Romito -, lo studio delle proprietà chimiche e organolettiche degli alimenti è oggi alla base anche della grande cucina, fatta non più solo di artigianato e di talento, ma di scienza e conoscenza. Solo così si spiega in che modo uno come Nico, il quale non aveva mai cucinato in vita sua prima di ereditare la trattoria del padre, sia stato capace di portare il suo

ristorante al successo, tra i primi del mondo.

Il risultato più importante della nostra dieta («nostra» perché mia moglie si è subito aggregata, in segno di solidarietà) è stato che a casa mia si è cominciato a mangiar bene. Intanto perché si cucinava ogni sera, essendo stati espulsi dalla tavola tutti i cibi surgelati, precotti, conservati, crudi, freddi, incompatibili con il nostro nuovo «sapere» culinario. Di conseguenza si mangiava insieme, perché quando si cucina si mette anche la tovaglia, si apparecchia la tavola, si versa il vino nei calici, ci si predispone a gustare il cibo invece di ingurgitarlo, e ci si accorge così che il «convivio» (dal latino *cum vivere*) consiste proprio nel senso di comunità e di condivisione che riaccende in noi.

Poi, certo, sono anche dimagrito: dieci per cento in meno di peso corporeo nell'arco di due mesi, e dopo un anno conservo ancora il risultato. Così ho interrotto la dieta, ma non ho smesso di pensare prima di mangiare. Coltivo perfino la segreta speranza che il nuovo stile di vita possa ringiovanirmi. Sono infatti ormai molti gli studi che mettono l'alimentazione in rapporto diretto con l'invecchiamento. Tra questi, la teoria dell'*inflammaging* - termine coniato dallo scienziato italiano Claudio Franceschi fondendo «infiammazione» e «aging»<sup>2</sup> -, secondo cui «l'invecchiamento e le patologie associate sono il risultato dell'infiammazione cronica di basso grado che aumenta con l'età e non è riconducibile a infezioni specifiche»<sup>3</sup>. Una nuova strada della ricerca che mette fine a decenni di semplificazioni sulla genetica, passati a dare la caccia a un singolo gene responsabile di ciascun aspetto della nostra vita - dall'intelligenza alla malattia, dalla malinconia alla vecchiaia - e punta invece a studiare i complessi meccanismi attraverso i quali i nostri stili di vita interagiscono con l'espressione dei geni. I quali c'entrano eccome con l'invecchiamento, ma possono essere «accesi» o «spenti», se così possiamo dire, da ciò che accade intorno a loro. Questa scienza si chiama epigenetica. Ed è una soluzione anche filosoficamente interessante, perché mette fine all'ormai stucchevole dibattito *nature vs nurture*, tra i deterministi, secondo cui la nostra vita è decisa alla nascita dal patrimonio genetico che abbiamo avuto in dote, e gli evolucionisti, i quali sostengono invece che tutto dipende da come veniamo allevati, nutriti, educati.

Di qui l'interesse per quelli che la stampa popolare chiama *superfood*, alimenti che sono in grado di spegnere - o almeno



calmare – questi processi infiammatori. Va da sé che da soli non fanno miracoli, ma, se inseriti in una dieta equilibrata e ovviamente mediterranea (è la migliore che esista), possono davvero produrre effetti importanti sui processi di invecchiamento. E mentre alcuni sono noti ai più, nel senso che sappiamo tutti che fanno bene, come i pomodori o la frutta, altri sono stati per me delle vere e proprie scoperte, che hanno arricchito non di poco i miei pasti e il mio gusto, diventando anzi dei nuovi piaceri, capaci di trasformare il pranzo in un appuntamento atteso e appagante: dal vino rosso, che oggi non manca mai sulla mia tavola e spesso, un sorsetto alla volta, sopperisce sul palato alle quantità mancanti di cibo; al pesce grasso, che adesso mangio perfino a colazione, come gli eschimesi; alla frutta con il guscio, noci e arachidi alla fine di ogni pasto; fino alla cioccolata fondente, con la quale, liberato dai sensi di colpa, contrasto con successo l'immane momento down di ogni giornata.

Nell'apprezzare il piacere della tavola, dandogli l'importanza che merita nella nostra vita, noi che siamo nati nell'Europa cristiana abbiamo il grande vantaggio di poterci consentire un rapporto libero e senza proibizioni con il cibo. In tutte le altre religioni e culture esistono divieti, tabù, alimenti che sono considerati impuri e dunque vietati: la carne per gli indù, il maiale per l'Islam, il cibo non kosher per gli ebrei. Il cristianesimo, invece, ruppe fra i tanti anche questi vincoli, seppure in seguito a un aspro dibattito tra i seguaci di Gesù che si svolse dopo la sua morte, ma alla fine del quale, su impulso di Paolo e della corrente che intendeva trasformare il cristianesimo dal credo di una piccola setta ebraica in una predicazione universale rivolta a tutti, si stabilì che non esistevano cibi impuri, perché tutto ciò che è stato creato da Dio è puro e dunque l'uomo può cibarsene. Nei testi sacri il momento chiave di questa svolta è la visione di Pietro a Giaffa, quando l'apostolo sta per essere invitato a pranzo da un centurione romano che vorrebbe convertirsi. Pietro ha dei dubbi: nell'ebraismo i tabù alimentari erano un elemento costitutivo dell'alterità del popolo eletto rispetto ai gentili, e non si poteva condividere il pasto con un non ebreo. Ma all'improvviso, per convincerlo, il Signore fece scendere dal cielo un telo di lino sul quale «erano tutte le specie di quadrupedi e rettili della terra e uccelli del cielo. E una voce gli disse: "Pietro, alzati, uccidi e mangia". Ma Pietro disse: "Non sia mai Signore, perché non ho mai mangiato nulla di impuro e

contaminato”. E la voce di nuovo a lui, per la seconda volta: “Non chiamare impuro ciò che Dio ha purificato”»<sup>4</sup>.

Era una sorta di via libera. Poi, certo, nei secoli la Chiesa ha fatto ricorso a molte regole alimentari, prescrivendo astinenze e digiuni, ma «la prospettiva si è spostata dall’oggetto al soggetto, dal cibo all’uomo»<sup>5</sup>. Non è il cibo in sé a essere impuro: possono esserlo invece il modo e il tempo in cui l’uomo lo consuma. E comunque la scelta è lasciata a lui.

Gesù stesso era un buon commensale, a differenza, per esempio, di Giovanni Battista, un asceta che non beveva vino né bevande inebrianti, cibandosi di radici e di miele; e non ha mai praticato o imposto ai suoi discepoli mortificazioni della carne. Enzo Bianchi calcola nei Vangeli una quindicina di pranzi di Gesù, non pochi: «Tra i diversi testi religiosi dell’antichità, nessuno come la Bibbia parla tanto di cibi e bevande, e nessuno come i Vangeli parla tanto di pasti e banchetti»<sup>6</sup>. Non a caso, i nemici del Nazareno gli davano del «mangione e beone», perché si sedeva a tavola con tutti, pubblicani e peccatori compresi<sup>7</sup>. In un’occasione, a Cana, produsse con un miracolo la bellezza di seicento litri di buon vino<sup>8</sup>. E la prima cosa che fa una volta risorto, nel Vangelo di Giovanni, è mettersi a cucinare il pesce per i suoi discepoli sul lago di Tiberiade.

Per i cristiani, dunque, che mangiando e bevendo celebrano perfino la loro comunione con Cristo, il cibo può essere consumato senza sensi di colpa e diventare una grande gioia. «Come mi sono divertito», diceva Marcello Marchesi dopo un buon pasto. E però la gola, cioè, al contrario, un rapporto sfrenato, senza limiti e regole, con il mangiare e il bere, è considerato il più subdolo dei vizi capitali, perché apre la strada a tutti gli altri. Fu infatti un peccato di gola a rovinare Adamo ed Eva nel giardino dell’Eden, segnando così la storia dell’umanità: «Il primo uomo», scrive san Girolamo, «fu scacciato dal paradiso per la sua sottomissione al ventre piuttosto che a Dio»<sup>9</sup>.

Ecco spiegata dunque la lezione che, nel mio piccolo, ho ricevuto dall’esperienza della dieta: regole e limiti non sono affatto la negazione del piacere; al contrario, possono perfino accrescere le gioie del corpo, esaltandone il valore mentre lo si vincola a un progetto di purificazione. E questo non vale solo per il cibo: la metafora del masticare lento, dunque del godersi di più il meno, è davvero applicabile a molti ambiti della nostra vita corporea.

Compreso il sesso: che perde, dopo una certa età, la frenesia degli anni giovanili, quando tutto il nostro essere era proteso ad arrivare in fretta al gran finale; ma guadagnandone in profondità e sensibilità. Per me non c'è alcun dubbio che fare l'amore sia meglio a sessant'anni che a trenta. Cesare Pavese, così angosciato dai suoi insuccessi con le donne amate, purtroppo non lo sapeva quando scriveva, al colmo della disperazione: «Quell'uomo che eiacula troppo rapidamente, sarebbe meglio non fosse mai nato. È un difetto per cui vale la pena di uccidersi» <sup>10</sup>.

*Less is more*, dicono gli inglesi. E hanno ragione. L'arte del levare, con cui Michelangelo spiegava la sua tecnica scultorea, può essere una delle grandi conquiste della terza età, quando le limitazioni si impongono, perfino per ragioni fisiche, ma ci offrono la possibilità di rivelarci modi del tutto nuovi e originali di vivere il piacere. Pensiamo all'esercizio fisico: eliminare sudore e tossine con lo sforzo, come ben sanno tutti coloro che vi si sottopongono considerandolo una ricompensa e non un sacrificio, è un indubbio piacere e diventa spesso quasi una forma di dipendenza quotidiana, perché altrimenti il corpo non produce le endorfine necessarie a farlo sentire vivo. Il paradosso per cui avverto più spossatezza e sonnolenza alla sera se non ho faticato e sudato durante la giornata, ne è la dimostrazione più plastica. E a chi ha un buon insegnante (e io ce l'ho), anche il Pilates può regalare il sottile piacere di cominciare a conoscere e capire il proprio corpo, di sentire come lavorano tra loro i muscoli, rendendo chi li padroneggia - come dicevano i latini - *compos sui*, letteralmente padrone di sé.

Credo che derivi da un'analogia esigenza di togliere, stavolta peso non nel senso di chili ma di forza di gravità, la ragione per cui camminare in montagna è diventato negli anni così importante per il mio equilibrio psicofisico. Nato sul mare e abituato a concepire il relax come Jack Ma, conquista della posizione orizzontale su una spiaggia, ora non posso letteralmente fare a meno di cercare quiete e serenità arrancando sui sentieri di montagna, scoprendo l'incredibile senso di libertà che produce mettere per migliaia di volte un piede davanti all'altro; appoggiandosi a un bastone, sì, ma per ascendere, in posizione eretta, alzando lo sguardo verso l'alto, verso un luogo posto ogni volta più in su di tutto ciò che conosco. E senza mai chiedermi quanto manca, perché «la meta è il cammino», come dicono i pellegrini di Santiago di Compostela.

Erling Kagge, camminatore d'eccezione che ha percorso a piedi

l'Antartico, dice che lo stesso senso di liberazione si prova camminando in un bosco e fermandosi a guardare gli alberi. «Nel 1982, in Giappone, diedero un nome a questa sensazione: Shinrin-yoku, “bagno di bosco”, una bosco-terapia». E aggiunge che Henry David Thoreau, che aveva capito il valore terapeutico del camminare centocinquant'anni prima, ne era così convinto da concedere a coloro che non camminano «solo una certa considerazione per non essersi suicidati già da tempo»<sup>11</sup>. Forse è per questo che più vai avanti e più ti sembra di non poterti fermare, come succede a Forrest Gump.

E sta di nuovo nel togliere, questa volta in fretta, il motivo per cui preferiamo con il passare degli anni esercizi fisici di resistenza, che comportino la ripetizione all'infinito di uno stesso gesto e durino a lungo. Nuotare per un'ora in piscina, contando le vasche e le bracciate, alternando inspirazioni ed espirazioni sempre allo stesso ritmo, crea un effetto da trance ipnotica che non deve essere molto dissimile da quello che produce il recitare un mantra tibetano: mi capita di uscire dall'acqua con la mente completamente vuota, senza ricordare niente del tempo passato, e allo stesso tempo perfettamente lucido, come alla fine di un sonno profondo e ristoratore.

Mangiar sano, fare lentamente all'amore, produrre uno sforzo, raggiungere una meta, ripetere un movimento: forse sono tutte forme di purificazione, intesa come selezione dell'essenziale e scarto del superfluo. Voi direte che mi accontento di poco? Il trucco è tutto lì.

---

<sup>1</sup> Debora Rasio, *La dieta non dieta. Riattivare il metabolismo e ripristinare il peso forma con l'alimentazione naturale*, Milano, Mondadori, 2017.

<sup>2</sup> Rimando al testo di divulgazione scientifica sul tema, cui hanno collaborato medici e ricercatori dell'ospedale universitario Humanitas: Eliana Liotta, *L'età non è uguale per tutti*, Milano, La nave di Teseo, 2018.

<sup>3</sup> *Ibid.*, p. 22.

<sup>4</sup> Atti degli Apostoli, 10, 9-16; citato in Massimo Montanari, *Mangiare da cristiani. Diete, digiuni, banchetti. Storia di una cultura*, Milano, Rizzoli, 2015.

<sup>5</sup> *Ibid.*

<sup>6</sup> Enzo Bianchi, *Spezzare il pane. Gesù a tavola e la sapienza del vivere*, Torino, Einaudi, 2015, p. 55.

<sup>7</sup> Luca, 7, 34; Matteo, 11, 19.

<sup>8</sup> Ordinando che gli vengano portate sei anfore di pietra (contenenti circa centro litri l'una) destinate alla purificazione, ne trasforma il contenuto in vino. Bianchi,

*Spezzare il pane*, cit., p. 64.

<sup>9</sup> Girolamo, *Epistulae*, XXIII, 10, Lettera a Eustochio.

<sup>10</sup> Pavese, *Il mestiere di vivere*, cit., p. 50.

<sup>11</sup> Kagge, *Camminare*, cit., pp. 105, 81, 82.

## Cercare la felicità

Può accadere anche a voi. In un momento folgorante, qualcosa si apre. Siete nuovi in ogni fibra. Vedete lo stesso non-più-stesso mondo con altri occhi.

MUMON, *La porta senza porta*

Se dovessi riassumere in poche parole il ribaltamento di prospettive che sto vivendo con l'avanzare dell'età, la reazione all'invecchiamento che ho tentato di raccontare in queste pagine, direi che per la prima volta nella mia vita mi sembra di poter rivendicare un diritto alla ricerca della felicità. E intravedo persino una speranza, certo parziale e limitata ma finalmente realistica, di riuscita.

Non ho mai creduto molto alla felicità: pensavo fosse qualcosa di troppo personale, intimo, casuale, per poter fare nient'altro se non aspettare che arrivi, senza illudersi che duri. Ho anzi sempre diffidato di chi la promette e la spaccia, usandola come specchietto per le allodole dei gonzi, di quelli capaci di credere che un governo, un leader o un guru possano aiutarci a essere felici. Non penso neanche che sia un diritto sociale o politico, come molti paiono credere oggi, e meno che mai che lo Stato sia tenuto a promuoverla, se non addirittura a garantirla. E ciò, nonostante nella Costituzione americana, la madre di tutte le Costituzioni democratiche, *the pursuit of happiness* sia esplicitamente citata tra i «diritti inalienabili» conferiti all'uomo dal Creatore, al pari della vita e della libertà. Perché il «diritto alla ricerca della felicità» non può essere confuso con un generico «diritto alla felicità». È lo stesso errore che si farebbe se, parlando della Costituzione italiana, qualcuno sostenesse che il diritto alla salute in essa riconosciuto a tutti i cittadini equivalga a un diritto a star bene, senza incorrere in malattie e accidenti: una cosa, infatti, è garantire un sistema sanitario efficiente, giusto e universale; ben altra è il benessere fisico, che in gran parte dipende dai nostri comportamenti

individuali e dalla lotteria genetica (geni a parte, lo stesso discorso vale anche per il diritto al lavoro).

La mia nuova speranza deriva piuttosto dalla convinzione che, paradossalmente, sia proprio l'invecchiamento a cambiare le cose in materia di felicità, e che le cambi in meglio. Perché, fra tanti problemi, presenta almeno un grande vantaggio: obbliga a una progressiva scoperta e accettazione dei propri limiti. E, per quanto possa apparire strana questa affermazione nel mondo di oggi, costruito sulla retorica dei diritti, accettare i propri limiti è un eccezionale fattore di liberazione.

Comincio, così, a concepire un'idea di felicità che non corrisponde più pienamente a quella tanto diffusa nel nostro tempo e in questa parte del mondo, che è essenzialmente psicologica. Oggi tutti la consideriamo uno stato d'animo, dipendente di solito da tre fattori: quanto ci piacciamo (in termini di identità, realizzazione sociale e lavorativa), quanto abbiamo (ovvero di quali risorse economiche disponiamo per raggiungere i nostri fini) e di quante relazioni godiamo (per riscaldarci il cuore, tenere sveglio il cervello e sentirci giovani). In tutti questi tre campi il nostro grado di soddisfazione personale, e dunque la speranza che in qualche raro ed eccezionale momento si trasformi in felicità, richiede necessariamente un costante incremento: dei successi, degli averi, dei rapporti.

Ma è bene ricordare che non è stato sempre così. Anzi. Noi che viviamo nell'età del capitalismo - epoca alquanto recente, visto che non ha molto più di due secoli -, siamo infatti i primi nella storia dell'umanità a dare così tanta importanza al possesso individuale come metro di giudizio del nostro grado di felicità. Il pensiero classico era molto più scettico. «Nessuno dei viventi è felice», diceva Solone a Creso, che menava vanto della sua ricchezza e chiedeva chi mai avrebbe potuto stare meglio di lui. Perché nel mondo antico - e ancora oggi in molti luoghi fuori dall'Occidente - la felicità non era intesa come uno stato dell'animo, una condizione psicologica e un'esperienza intimistica, ma era piuttosto un fatto sociale, una dotazione di virtù e saggezza che conquistava a chi ne era degno un'esistenza piena di significato e la stima della comunità in cui viveva. *Eudaimonia*, si diceva in greco antico: oggi la si intende come «seguire il proprio demone», pura autorealizzazione; mentre per gli antichi voleva dire «avere un buon demone», e dunque contribuire al bene comune.

Ed è così che le strade di queste due felicità si sono separate radicalmente. Aristotele ci invitava a cercare la «vita buona», ma per noi contemporanei questo scopo è stato sostituito da un altro obiettivo prioritario: «Non la vita buona, bensì la vita stessa: la tranquillità, la comodità, il prolungamento dell'esistenza». Mi ha colpito leggere questa frase, così densa di giudizio morale, nel libro di due esponenti della «triste scienza» dell'economia, padre e figlio Skidelsky <sup>1</sup>. Eppure le conseguenze che essi ne fanno derivare ci dimostrano con grande chiarezza gli effetti collettivi che può produrre un cambiamento di prospettiva personale. Secondo loro è infatti proprio «l'eclissi della vita buona» nella nostra epoca a spiegare l'incredibile «espansione dei bisogni» e, di conseguenza, dei diritti, che la caratterizza. È questa la causa della nostra attuale «tendenza all'insaziabilità, in passato tenuta a freno da proibizioni e ideali contrapposti»; mentre oggi, «separati da ogni visione del bene umano e fomentati dall'invidia e dalla noia, i bisogni si moltiplicano come le teste dell'Idra».

Proprio la possibilità di ridurre quei bisogni, di cominciare a tagliare un po' di quelle teste, è l'apporto significativo della maturità. Ed è la ragione per cui credo che solo alle prese con l'invecchiamento si possa cominciare a cercare seriamente la felicità, non più annaspando nel buio ma guidati da una piccola torcia. Sono i limiti stessi della nostra nuova vita che ci consentono una selezione. Non siamo infatti più condizionati (o almeno non lo siamo più come prima) né dalle aspettative degli altri né dall'immagine che intendiamo dare di noi stessi. Siamo perciò molto più liberi. Certo, più dipendenti a livello fisico dai nuovi limiti del corpo, ma più indipendenti dentro di noi, perché non dobbiamo più dimostrare niente. Mentre «il nostro uomo esteriore si va disfacendo, quello interiore si rinnova di giorno in giorno», come aveva capito san Paolo <sup>2</sup>. Dentro di noi continuiamo a maturare anche mentre il corpo decade; anzi, dal punto di vista spirituale, la crescita interiore accelera, perché si confronta sempre più da vicino con l'oggetto della sua riflessione: l'infinito. Si liberano energie impreviste, fino a questo punto «bloccate dall'ansia di competizione, dal desiderio di realizzarsi, dall'immaturità e, perché no, anche dalla presunzione di sentirsi immortali» <sup>3</sup>.

Cesare Pavese anelava a quella maturità che non avrebbe mai raggiunto, avvertiva che avrebbe potuto salvarlo: «Non è più necessario col tempo», scriveva nel 1938, «muoversi nel mondo



esterno vivendoci l'ansia: basta il suo rapido accenno, sapere che esiste ed esiste in noi, e attendere un mondo tutto fatto di vita interiore... La maturità è anche questo: non più cercar fuori ma lasciare che parli, col suo ritmo che solo conta, la vita intima»<sup>4</sup>.

Di fronte alle convenzioni e alle imposizioni del mondo esterno, possiamo insomma tutti sperare di condividere un giorno la «mozione Scalfari»<sup>5</sup>. Il fondatore di «Repubblica», tra i maestri del giornalismo italiano, nel corso di un'intervista in tv se n'è infatti uscito con questa frase: «Se uno attraversa il decennio novanta-cento, e io sono a novantaquattro, allora quello è uno che... scusate... è uno che se ne fotte». Ma il nostro obiettivo deve essere di provarci un po' prima dei novantaquattro, quando di tempo per cercare un po' di felicità ce n'è ancora tanto.

Come per l'esperienza del cibo e del vino, piaceri che prima non eravamo capaci di apprezzare, sepolti com'erano nell'insaziabilità ingorda della nostra vita precedente, possono invece ora assumere una grande importanza nella costruzione di giornate felici. È la semplice soddisfazione quotidiana del sentirsi al proprio posto e in pace col mondo: ciò che i danesi - secondo tutte le ricerche il popolo più felice d'Europa - chiamano *Hygge*. La ricerca della «vita buona» non richiede, infatti, davvero di mortificare il corpo o lo spirito; la consapevolezza del tempo che fugge non comporta necessariamente macerazione e umiliazione. Siamo anzi pronti a goderci la vita che ci aspetta, e per un sessantenne può essere ancora lunga e piena di sorprese.

C'è chi pensa che alcune caratteristiche, come la creatività, possano perfino incrementarsi nell'ultima fase dell'esistenza. «Il regista Manoel de Oliveira, scomparso nel 2015, ha girato meno di dieci film prima degli ottant'anni e più di venti tra gli ottanta e i centocinque, sempre più anticommerciali, sempre più estremi, sempre più ambiti dai grandi attori di tutto il mondo»<sup>6</sup>, grazie alla libertà di espressione, di fare ciò che gli piaceva, che ha conquistato con l'età. Giuseppe Verdi, che pure era un genio, forse non avrebbe mai avuto l'ardire di comporre un'opera così rivoluzionaria come il *Falstaff*, se non avesse superato gli ottant'anni, liberandosi dai cliché del suo tempo. Clint Eastwood, attore a lungo noto per avere due sole espressioni - una con il cappello e una senza -, è diventato il regista di prim'ordine che è, vincendo due premi Oscar a sessantatré e a settantadue anni. Neanche Angelo Roncalli aveva particolarmente brillato nella sua professione prima di diventare

papa Giovanni XXIII, a settantasette anni, ed entrare nella storia del Novecento <sup>7</sup>.

Risorgere a nuova vita può aprire insomma prospettive impensabili e riservarci grandi soddisfazioni. Non è ritirarsi dal mondo, rifugiarsi in un eremo, ma espellere da sé il male e la confusione, conquistando una visione più chiara dell'essenziale. Per riuscirci, però, come sempre nella vita, bisogna lavorare, impegnarsi, allenarsi: innanzitutto affinando due virtù indispensabili.

La prima è la pazienza. Il significato greco della parola *hypomone*, da cui deriva l'italiano «pazienza», è «sostenere con fermezza, mantenersi saldi». Capacità di sopportazione e di resistenza, dunque. Ne avremo bisogno sempre di più, con il passare degli anni. Un po' perché saremo chiamati certamente a qualche sofferenza, fisica e morale; un po' perché ne sapremo ormai abbastanza della vita da non fare l'errore di impegnarci in battaglie inutili per puro orgoglio, per averla vinta, per vanità. Continueremo, ahinoi, a incontrare gente che ci sta antipatica, o che non ci piace, ma non avrebbe più senso lottare per dimostrare loro la nostra superiorità. Non abbiamo più bisogno di essere superiori a nessuno, non siamo più in competizione. Abbiamo invece bisogno - da padri, nonni, maestri o volontari - di sostenere con la nostra pazienza giovani che faticano a sopportare le avversità o le inimicizie. Dunque, il capitale di pazienza di cui disporremo non solo renderà noi più saldi e più miti, ma accrescerà anche il nostro valore sociale, arricchendo la comunità di cui facciamo parte.

L'altra virtù di cui non potremo fare a meno è l'umorismo. Che poi è in qualche modo un prodotto collaterale della pazienza: solo chi sa sopportare è in grado di cogliere gli aspetti umoristici dell'esistenza, così comprendendone meglio il senso e le finalità.

Divertirsi, essere allegri, ridere e far ridere, sono elementi essenziali di ogni vita buona, figuriamoci di una seconda vita. Sempre più spesso ce lo racconta anche il cinema. Le storie di anziani sono passate in pochi anni dalla sconvolgente tristezza di film come *Amour* di Michael Haneke, dove nella vita di una coppia di anziani la fa da padrona la malattia; alla malinconia di *Youth - La giovinezza*, di Paolo Sorrentino, in cui gli anziani non riescono a staccarsi dalla nostalgia di una gioventù che ancora desiderano; alla scanzonata dolcezza di *Ella & John*, i due vecchi ragazzi di Paolo Virzì che fuggono dai figli per ritrovarsi in un road-movie, meta la

casa di Hemingway a Key West; alla comicità vera e propria con cui Jean Rochefort interpreta un irresistibile ottantenne alle prese con l'Alzheimer in *Florida* di Philippe Le Guay; fino al magnifico sorriso buddhista con cui il grande Harry Dean Stanton, alla sua ultima prova d'attore in *Lucky*, dice addio alla vita come una testuggine, incamminandosi lentamente nel deserto.

Bisogna, infatti, sempre tenere a mente la massima di Maurice Chevalier: «Non si smette di ridere perché si invecchia, ma si invecchia perché si smette di ridere». Al senso di perdita che ci angoscia man mano che si avvicinano gli ultimi anni, bisogna sostituire un senso di conquista: niente di ciò che è esistito è perso per noi, ma tutto ciò che stiamo per vivere è nuovo e inedito, e dipende solo da noi se sarà bello o brutto. Del resto, è stato così in ogni fase della nostra vita. Non imputeremmo mai alla giovinezza un periodo triste; perché dunque pensiamo di poter dare la colpa all'invecchiamento di una incapacità di gioire che invece è tutta nostra?

Sarebbe il caso di accogliere in pieno l'invito dell'esortazione apostolica di papa Francesco: «Rallegratevi ed esultate». E se proprio cercassimo una preghiera per augurarci lunghi anni e felici, potremmo scegliere quella attribuita a san Tommaso Moro: «Dammi, Signore, una buona digestione, e anche qualcosa da digerire. Dammi la salute del corpo, con il buon umore necessario per mantenerla. Dammi un'anima che non conosca la noia, i brontolamenti, i sospiri e i lamenti, e non permettere che mi crucci eccessivamente per quella cosa ingombrante che si chiama "io". Dammi, Signore, il senso dell'umorismo. Fammi la grazia di capire gli scherzi, perché abbia nella vita un po' di gioia e possa comunicarla agli altri».

Amen.

---

<sup>1</sup> Robert e Edward Skidelsky, *Quanto è abbastanza. Di quanto denaro abbiamo davvero bisogno per essere felici? (meno di quello che pensi)*, Milano, Mondadori, 2012.

<sup>2</sup> Seconda lettera ai Corinzi, 4, 16.

<sup>3</sup> Alberto Maggi, *Elogio della vecchiaia*, [www.illibraio.it](http://www.illibraio.it), 1° febbraio 2018.

<sup>4</sup> Pavese, *Il mestiere di vivere*, cit., pp. 142-143.

<sup>5</sup> Guido De Franceschi, *Dopo la fine dell'età adulta, stiamo assistendo anche alla fine della vecchiaia?*, in «Il Sole 24 Ore», 31 marzo 2018.

<sup>6</sup> *Ibid.*

<sup>7</sup> Marisa Fumagalli, *Geniali in tarda età. Scrittori, pittori, musicisti, filosofi: i talenti «rinviati»*, in *Liberi tutti*, «Corriere della Sera», 17 agosto 2018.

## Ringraziamenti

Voglio ringraziare Ottavio Di Brizzi, conversando con il quale ho capito che un grumo di idee meritava di essere sviluppato in un libro. Mia moglie Patrizia, per il dialogo quotidiano sui temi che ne sono al centro. Francesca Culcasi, per la sorveglianza affettuosa ma rigorosa sul modo in cui ne ho scritto. E più di tutti Costanza Rizzacasa d'Orsogna, ancora una volta preziosa nell'indirizzare e aiutare le mie ricerche, infaticabile nel segnalarmi testi da leggere, audace nel proporre idee nuove da sviluppare. Senza di lei questo libro non sarebbe stato possibile.

# Antonio Polito

## Prove tecniche di resurrezione

Come riprendersi la propria vita



Marsilio NODI

# Indice

Copertina	118
Abstract - Autore	2
Frontespizio	3
Copyright	4
Esergo	6
Introduzione	8
Compilare una lista (ovvero ricordarsi di morire)	20
Restare umani (ovvero farsi crescere la barba)	31
Fare pulizia (ovvero darsi pace)	42
Diventare conservatore (ovvero cambiare idea)	51
Restituire il bene (ovvero sentirsi indegni)	61
Mollare i figli (ovvero scalare marcia)	70
Venerare la bellezza (ovvero innamorarsi della moglie)	80
Farsi digitali (ovvero imparare a disimparare)	92
Godere ed esultare (ovvero togliere peso)	102
Cercare la felicità	110
Ringraziamenti	117