

# Appesi al nostro scontento

Siamo sempre più inquieti, un po' frustrati, anche se non c'è nulla di negativo nella nostra vita. A parte il mondo intorno, pieno di emergenze, e che quasi ci impone di essere vincenti... Ma dominare questi sentimenti si può. Ce lo dicono gli esperti. E perfino Leopardi...

di Rossana Campisi

**Se dovessi spiegare a un bambino** questo articolo prenderei un sassolino, lo infilerei dentro la sua scarpa e gli direi: adesso vai, corri, divertiti e non fermarti! È un po' quello che facciamo noi adulti, del resto: andiamo, corriamo, ci divertiamo, a volte cambiamo strada, a volte compriamo nuove calzature ma il sassolino nella scarpa resta lì, non se ne va.

Ed è così da sempre, ovvero è dai tempi dell' homo sapiens, che viviamo in preda a qualcosa che ci mette in crisi. Si chiama "scontentezza", un sentimento chiamato con svariati nomi nel corso della storia. Irrequietudine, spleen, tristezza. Ansia, male di vivere, agitazione. Leopardi, nel *Canto notturno di un pastore errante dell'Asia*, l'aveva definita con versi memorabili: «Un fastidio m'ingombra la mente, ed uno spron quasi mi punge» conclude il pastore quando confronta la propria condizione umana a quella - all'apparenza più serena - del gregge di pecore.

La notizia però è questa: siamo da sempre scontenti ma oggi più che mai. Ce lo dicono i trend sociali e ce lo con-

ferma *L'animale inquieto: Storia naturale della scontentezza* (il Saggiatore), un saggio che si tiene lontano dai tecnicismi e vuol creare un ponte tra culture, generazioni ed emozioni "scontente" guardandole però dal punto di vista di tutte le attività umane.

Del resto, quando siamo scontenti? Quando qualcosa va storto ma anche quando non abbiamo nulla di così negativo nella nostra vita. La ragione sta tutta nella "predisposizione" umana alla scontentezza, un fenomeno di cui si parla poco anche se in realtà è quanto ci distingue dagli animali. «Siamo l'unica specie che sa considerare il tempo e lo spazio in una dimensione così profonda da essere sempre protesi verso tutte quelle opportunità di poter fare cose straordinarie» precisa Marco Furio Ferrario, filosofo e coautore col genetista Edoardo Boncinelli del libro. «In sostanza ci muoviamo carichi di ricordi e aspettative senza uscirne mai davvero soddisfatti». Scontenti, per l'esattezza.

C'è dell'altro però e sta alla base di quel fenomeno chiamato The Great Resi-



gnation, ovvero quella tendenza di massa per cui dimettersi dal lavoro è stata la cosa migliore da fare: iniziata nel 2020 negli Usa, dopo un anno in Italia ha coinvolto quasi un milione e mezzo di lavoratori dipendenti (e l'anno dopo altrettanti, dati Inps) e non si è mai fermata.

«Quanto è successo negli ultimi anni è in effetti la conseguenza di un malinteso che alla fine ci ha reso persone deluse» taglia corto Ferrario. «Ci hanno fatto credere che la meritocrazia e la democrazia fossero concetti naturali quando invece sono solo sovrastrutture culturali che possono nascondere ingiustizie ineliminabili. Quanto successo negli Usa negli ultimi cinquant'anni è il caso più eclatante. La ricchezza si è polarizzata nelle mani di un numero ristretto di persone, le stesse che nelle lobby di partito fanno le leggi a loro vantaggio. Altro che democrazia. È un meccanismo che genera frustrazione, malcontento. La gente si dimette oggi perché intuisce che qualcosa si è incrinato nel meccanismo promesso dalla costituzione in quel diritto alla felicità. Il grande sogno americano un tempo alla base della contentezza è ora in dubbio» aggiunge.

E mentre da noi esce *Il merito tradito* di Francesco Farina (Donzelli), la domanda è: sicuri che il nome corretto del fenomeno non sia The Great Scontent? Ovvero: lavoriamo per guadagnare, consideriamo il denaro come un elemento naturale al pari del cibo (hanno gli stessi effetti sul cervello), alla fine però non ci sentiamo appagati da ciò che pensiamo di meritare.

### Sono felici 5 lavoratori su 100

Siamo criceti su una ruota. Guadagniamo, spendiamo, restiamo scontenti. Lo dicono i dati: in Italia, cinque su cento lavoratori, non di più, sono «felici al lavoro» scrive Irene Soave in *Lo Statuto delle lavoratrici* (Bompiani). È la percentuale più bassa in Europa. Dopo Cipro, gli italiani detengono quella più alta di tristezza e tra le più alte di stress e preoccupazione.

Il lavoro però nobilita, nessuno ammette di odiarlo. Però ci si dimette. O ci si isola come fanno i giovani hikikomori chiusi nelle loro camerette, ovvero «asceti in cerca di un distacco fisico proprio perché portatori di questo tedio esistenziale» aggiunge Ferrario. «Anche se questa ricerca di solitudine in un momento storico di massima interconnessione

umana sembra un paradosso, si prevede che la spinta all'isolamento investirà centomila persone nei prossimi anni e, a livello globale, in breve si raggiungeranno 10 milioni di casi. Dietro la scelta di questi anacoreti digitali c'è delusione e disillusione».

### La responsabilità del senior

Ma anche disagi psichici e disagi sociali, scrive Marcello Veneziani in *Scontenti* (Marsilio), un testo in cui la scontentezza sarebbe frutto di un mix di malessere spirituale e storico. Viviamo in un'epoca che ci chiede sacrifici e rinunce mentre dispensa minacce ed emergenze di ogni sorta. Bellica, climatica, energetica, sanitaria.

Non è poco, eppure di trattati sull'(in)felicità le biblioteche sono piene, sulla scontentezza quasi nulla, quasi fosse qualcosa di pratico e risolvibile caso per caso. John Steinbeck ha scritto *L'inverno del nostro scontento* (il titolo richiama il primo verso del dramma shakespeariano *Riccardo III*) ma anche qui lo "scontento" è un ospite che non investe la centralità della vita. E invece, sottolinea Veneziani, dovrebbe essere tutt'altro che laterale perché non è uno stato d'animo ineffabile ma un pensiero frutto di una coscienza. È pura disillusione. «E in terapia oggi i disillusi sono tanti» afferma Lucrezia Marino, psicoterapeuta nota sui social come *@lumore.psi* e autrice di *Mai abbastanza* (Sperling e Kupfer).

«Vanno dai 18 ai 35 anni d'età e condividono spesso un senso di delusione per non aver trovato qualcosa di desiderabile. È un segno del nostro tempo e la responsabilità è da cercare in quella prospettiva poco rosea lasciata dagli adulti "senior". Da loro i giovani adulti si sono sentiti dire "non crescete", "si stava meglio da piccoli", "non vi sposate". Sono tutte indicazioni contrarie alla normale direzione della vita, che va avanti e non può arrestarsi, e a dire questo sono proprio quegli adulti un po' affaticati, alle prese con troppe responsabilità e pochi piaceri oppure avvvinghiati a un'epoca che non riescono a lasciarsi alle spalle. A tutto ciò si aggiungono dati di realtà: c'è stato un tempo in cui il diventare gran-

di poteva essere preso alla lettera, mentre ora il mondo del lavoro, in particolare in Italia, non è allettante tra stipendi bassi e orari folli e così la ricerca continua» conclude Marino.

### Paladini della scontentezza

Eppure la scontentezza ha anche una sua virtù, già intuita da Leopardi: il fastidio avvertito dal pastore era anche uno "spron". Ovvero un incitamento. A essere creativi, coraggiosi, curiosi, avventurosi e fautori di progresso e guadagno. In campo economico, la scontentezza è una tecnica di profitto: ci rendono insoddisfatti, quando serve, così poi spendiamo.

Nella letteratura, invece, è il fremito dell'eroe. Ulisse del resto è l'uomo che «né dolcezza di figlio, né la pietà del vecchio padre, né il debito amor di Penelope» poterono vincere il suo ardore di lanciarsi nell'ignoto solo per conoscere il mondo. La storia culturale umana è infatti piena di paladini della scontentezza: dal *Faust* di Goethe a Vasco Rossi che can-

ta «vivere e non essere mai contento» a Mick Jagger con «I can't get no satisfaction». Trovata la virtù, ecco in sintesi il vizio: la scontentezza ci rende incapaci di vivere nel presente. L'antidoto? Si chiama ironia. «Colui che sa vivere l'attimo è ironico. Ov-

vero chi la smette di muoversi coi pensieri tra passato e futuro, chi riesce a guardare dall'alto la contraddizione tra ciò che esiste e ciò che si vuole conosce l'ironia. E ha un sorriso simile a quello del bambino che guarda il mondo con uno sguardo puro: il sorriso di Buddha» conclude Ferrario che ci ricorda una figura mitica che tanto ci assomiglia, apparsa in un poema tra i più antichi dell'umanità. Gilgamesh si ritrova intrappolato tra il passato (ovvero il lutto dell'amico) e il futuro (la ricerca dell'immortalità per sconfiggere la paura della morte).

Per trovare pace segue il consiglio di una locandiera che ha dimestichezza col divino e gli dice: vai, bagnati nel fiume e custodisci il bambino che è in te. Cioè: vai, lascia scorrere il tempo e lascia andare quel potere che hai di guardare passato e futuro. Stai nel presente, come i bimbi (quelli senza sassolini).

io

© RIPRODUZIONE RISERVATA