

Esiste una sola felicità nella vita Il dono dell'amore

di Smarties

«Più sono le cose alle quali un uomo si interessa, e maggiori occasioni di felicità egli ha, e tanto meno è in balia del destino, poiché se perde una cosa può ripiegare su un'altra. La vita è troppo breve per potersi interessare a tutto, ma è bene



interessarsi a tutte quelle cose che sono necessarie per riempire la nostra giornata», dice il filosofo gallese Bertrand Russell riflettendo sulla natura della felicità.

Preso in se stessa questa frase può voler dire tutto e niente. Per quanto riguarda la prima parte del pensiero, essa appare vera, quasi ovvia, perché se una persona ha tanti interessi può farli fruttare, svilupparli ed essere felice nella loro realizzazione. Però a me pare che una persona con tanti interessi sia molto indecisa, cambi idea continuamente e forse sia portata a bloccarsi davanti alle delusioni, a non saperle affrontare, e perciò a cercare sempre dei diversivi. Forse questa sono io: una sognatrice che allontana troppo l'immaginazione dalla realtà e perciò va troppo in alto e poi cade precipitando, un po' come Peter Pan quando i tristi pensieri non gli permettono di volare, nonostante abbia con sé la polvere di fata.

Ma la felicità non è volare, non è sognare, ma è nel vedere realizzati i propri sogni, i propri progetti e magari dopo fatiche e lacrime

– più ancora dopo fatiche e lacrime. La felicità è fatta di un niente che nel momento in cui lo viviamo ci sembra tutto, ed è così inspiegabile e coinvolgente che non abbiamo parole per descriverla, anzi più ne parliamo e più la magia di cui è fatta viene meno.

Oggi l'uomo è sempre infelice perché è insoddisfatto di ogni cosa, continua a correre per raggiungere chissà quale meta e, quando si accorge di non avere le capacità o che qualcuno ne ha di più e riesce ad arrivare dove egli non arriva, allora torna indietro, per poi riprendere la fiducia e ripartire. Questo accade quando ci si pone come obiettivi il successo, la fama, la carriera, i soldi, il potere; quando si cerca una felicità materiale che non potrà mai essere soddisfatta pienamente perché le cose materiali sono effimere.

Una dimostrazione? Ne basta una mi creda, caro lettore, e visto che viviamo in un mondo di immagini sono certa che farà effetto: il sorriso di

un bambino africano, che non ha nulla e nel nulla sorride.

Noi siamo nati nel troppo e ormai, anche se cercassimo di vivere come quel bambino africano, saremmo infelici perché troppo conformati al consumismo e alla massificazione propri di questa nostra società. Siamo destinati ad una felicità effimera fatta di cose e non di emozioni, data dall'aver e non dall'essere.

Ti ricordi quando mi hai chiesto se avevo le pastiglie per la felicità? La pastiglia è la vita. Vivi, buttati, apriti, ascoltati. Le tue paure, le tue ansie sono dovute al fatto che tu esisti ma non vivi. Sei castrato nei sentimenti. Sei bloccato. Ti ricordi quella frase di Oscar Wilde? Diceva che vivere è la cosa più rara al mondo. La maggior parte della gente esiste, e nulla più.

Fabio Volo, È una vita che ti aspetto

Allora un primo passo per raggiungere la felicità vera potrebbe essere non seguire la massa, perché non sempre la strada percorsa dalla maggioranza è quella giusta o quella migliore, come diceva anche Seneca nella sua opera sulla felicità (*De vita beata*). Un secondo passo per essere felici è interessarsi maggiormente alla propria interiorità, a quella che alcuni definiscono la nostra anima, allontanandosi da questa nostra assidua, eccessiva e a volte addirittura ossessiva ricerca di beni materiali. Basta un saluto, un sorriso per cominciare bene la giornata. Basta un saluto, un sorriso per cominciare bene la giornata. Basta interessarsi agli altri e non solo a se stessi, prima all'altro che a se stessi per sentirsi più utili e soddisfatti; e bisogna dedicarsi agli altri anche se non vediamo ricambiato il sentimento o l'interesse, perché questa deve essere un'azione gratuita, che non richiede nulla in cambio: è un dare senza aspettarsi un avere. Basta cercare l'umiltà e la sincerità e rimanere sempre coerenti con questo proposito, senza lasciarsi prendere da confronti senza senso, svilenti, che ci indurrebbero facilmente a sentimenti negativi come l'insoddisfazione, l'invidia, l'egoismo... Basta cercare di avere saldi e validi valori



con cui guidare la propria vita.

Non è facile, lo so bene, sono una sognatrice ma non un'ingenua. Ma cerca di porsi su questa via vuol dire porsi sicuramente nella direzione della felicità. Come ben dice Russell, «la vita è

troppo breve per interessarsi a tutto». E “tutto” è irraggiungibile oltre che indefinibile, infatti «è

bene interessarsi a tutte quelle cose che sono necessarie per riempire la nostra giornata», è sufficiente interessarsi a quel poco che basta per sentir battere sempre il cuore.

Il segreto per essere felici sta nel non avere il tempo di domandarsi se si è davvero felici. Questo vuol dire non che si ha tempo da sprecare, neppure per se stessi, ma che il tempo che si ha lo si impiega operativamente e per ringraziare per quello che abbiamo, del giorno trascorso e di tutti i giorni che ancora ci attendono.

Bisogna dare a ogni giornata la possibilità di essere la più bella della nostra vita, e questo lo si ottiene soltanto se la riempiremo col fare e con amore. Mi viene in mente poi una canzone di Nek che dice : «*Puoi decidere le strade che farai / puoi scalare le montagne oltre i limiti che hai / potrai essere qualcuno se ti va / ma se non ami / se non ami / non*

Seneca, De vita beata

Tutti aspiriamo alla felicità, ma, quanto a conoscerne la via, brancoliamo nel buio. E' infatti così difficile raggiungerla che più ci affanniamo a cercarla, più ce ne allontaniamo, se prendiamo una strada sbagliata e se questa, poi, conduce addirittura in una direzione contraria (...) Perciò dobbiamo avere innanzitutto ben chiaro ciò che vogliamo, dopodiché cercheremo la via per arrivarci, e lungo il viaggio stesso, se sarà quello giusto, dovremo misurare giorno per giorno la strada che ci lasciamo indietro e quanto si fa più vicino quel traguardo a cui il nostro impulso naturale ci porta. (...) Non c'è nulla di peggio che seguire, come fanno le pecore, il gregge di coloro che ci precedono, perché essi ci portano non dove dobbiamo arrivare, ma dove vanno tutti. Questa è la prima cosa da evitare. Niente c'invischia di più in mali peggiori che l'adeguarci al costume del volgo, ritenendo ottimo ciò che approva la maggioranza, e il copiare l'esempio dei molti, vivendo non secondo ragione ma secondo la corrente.

hai un vero motivo per vivere / se non ami / non ti ami e non ci sei / se non ami / non ha senso tutto quello che fai».

È questo il segreto per essere felici: amare gli altri incondizionatamente, come ha fatto Colui che ci ha donato la vita in cambio della sua; perché, ammettiamolo, con la lotta, l'odio si può arrivare chissà dove ma cosa si avrà raccolto alla fine del cammino? E soprattutto come si sarà ridotto il nostro povero cuore?

La vita è il dono più grande che abbiamo, se non vi fosse in me vita, respiro, non avrei potuto scrivere nemmeno tutte queste parole. Molto spesso non ce ne rendiamo conto perché vivere ci sembra una cosa dovuta, anzi magari ci lamentiamo anche della vita che ci è stata data!

Quando si comincerà ad amare davvero la vita, la propria e quella altrui, quando la si vivrà in pace ed armonia, allora saremo felici, e per far questo ci vuole coraggio, determinazione e bontà. La vita è un dono che non si può buttare via, non si può sprecare in sentimenti negativi o travimenti autolesionistici e non si può vivere da solo ma in condivisione e in armonia con gli altri. Si troverà la soddisfazione e la libertà, si raggiungerà la felicità, se nel fare e nell'amare la si vivrà la vita. Quindi voglio lasciarle, caro lettore, una preghiera con la speranza che lei riesca a cogliere il significato profondo delle parole che sono riuscita a mescolare e purtroppo ridurre, con l'intento di parlare di quello che per me è la felicità:

La vita è un'opportunità, coglila.

La vita è bellezza, ammirala.

La vita è beatitudine, assaporala.

La vita è un sogno, fanne realtà.

La vita è una sfida, affrontala.

La vita è un dovere, compilo.

La vita è un gioco, giocalo.

La vita è preziosa, abbine cura.

La vita è ricchezza, valorizzala.

La vita è amore, vivilo.

La vita è un mistero, scopriilo.

La vita è promessa, adempila.

La vita è tristezza, superala.

La via è un inno, cantalo.

La vita è una lotta, accettala.

La vita è un'avventura, rischiala.

La vita è la vita, difendila.

Madre Teresa di Calcutta