

LA SAGGEZZA
SPIEGATA A QUELLI
CHE LA CERCANO

FRÉDÉRIC LENOIR

LA SAGGEZZA
SPIEGATA A QUELLI
CHE LA CERCANO

Traduzione di
ANNA MARIA FOLI

PIEMME

Publicato per



PIEMME

da Mondadori Libri S.p.A.
© 2019 Mondadori Libri S.p.A., Milano
La sagesse expliquée à ceux qui la cherchent
© 2018 Éditions du Seuil

ISBN 978-88-566-7102-5

I Edizione settembre 2019

Anno 2019-2020-2021 - Edizione 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

*Quand'anche potessimo essere sapienti del sapere altrui,
non possiamo essere saggi se non della nostra propria saggezza.*

MONTAIGNE, *Saggi*, I, 25

DESIDERI VIVERE BENE?

Amico lettore, prima di iniziare questa conversazione vorrei che ti chiedessi che cosa ti interessa davvero. Il termine “saggezza”, infatti, può essere inteso in due sensi piuttosto diversi tra loro. Hai scelto questo libro perché stai cercando di comportarti in maniera moderata e prudente? Oppure desideri vivere felicemente, secondo il bene?

L’accezione filosofica di saggezza a cui mi riferisco è l’ideale di un’esistenza ben riuscita. Aspiri a ottenere successo, un lavoro importante e guadagni consistenti, oppure alla vera felicità?

Da sempre gli esseri umani si pongono domande esistenziali: siamo sulla Terra unicamente per mangiare, dormire, riprodurci, faticare, divertirci? Oppure la vita umana può avere un altro significato?

Uomini e donne, in epoche e luoghi molto diversi e in base alle loro conoscenze e alle loro esperienze, hanno tentato di rispondere a questa domanda, e le risposte spesso si sono rivelate simili tra loro. La cosa più importante durante il nostro

breve percorso terreno, affermano, è imparare a usare il cuore e l'intelligenza per condurre la miglior vita possibile. Per crescere in umanità. Per essere profondamente felici e utili agli altri. Per vincere i mali che ci rattristano l'anima e avvelenano i nostri rapporti con il prossimo.

Ed è proprio questo che chiamiamo «saggezza»: tendere verso l'ideale di un'esistenza nobile, consapevole, lucida, responsabile, amorevole, armoniosa, giusta, serena, felice, libera.

È vero, è proprio questo che desidero, ma non è una meta inarrivabile?

È molto difficile da raggiungere e proprio per questo è qualcosa a cui puntare e non un obiettivo da conquistare a ogni costo. Voler accrescere la propria saggezza significa già compiere una scelta fondamentale che può far cambiare la nostra vita: stabilire una gerarchia di valori. Che cosa è importante e che cosa non lo è? Quali priorità devo darmi? Privilegio la ricchezza esteriore o quella interiore? Preferisco morire circondato da molti beni materiali o da tanti cari amici?

Una cosa non impedisce necessariamente l'altra! Non si può essere contemporaneamente ricchi e saggi?

Naturalmente sì. Non per forza il denaro e il successo sociale sono da evitare. Esistono persone ricche e potenti che sono anche buone e sagge e altre povere e sconosciute che invece sono avidi e cattive. L'imperatore romano Marco Aurelio era uno degli uomini più facoltosi e importanti del suo tempo, ma amava profondamente la saggezza e cercava di condurre una vita giusta. Eppure sarebbe stato pronto a rinunciare a tutti i suoi beni e poteri se questi avessero rischiato di corrompere la sua anima e distoglierla dal suo obiettivo principale.

Ed è proprio questa la domanda che ti pongo: qual è la cosa più importante per te? Realizzarti e tendere a un'esistenza buona e felice a prescindere dagli sforzi necessari per ottenerla? Oppure per te conta di più diventare ricco e famoso anche se, ripeto, le due cose non sono per forza incompatibili?

Ci sono persone che desiderano unicamente dormire bene, nutrirsi, fare l'amore e distrarsi senza porsi altri interrogativi, e non si preoccupano di migliorare se stesse, né di contribuire al miglioramento del mondo. Come dice Maimonide, il grande pensatore ebreo del XII secolo: «Ogni uomo ha la possibilità di essere giusto [...] o malvagio, saggio o stupido [...]. Nessuno lo costringe o determina in anticipo il suo comportamento, nessuno lo spinge sulla via del bene o del male. È lui che, da solo e in piena coscienza, intraprende la strada che sceglie».

Anche se sono propenso, sulla scia di Spinoza e Freud, a moderare la fede assoluta nel libero arbitrio dell'essere umano, tanto forte risulta infatti il condizionamento delle affezioni inconsce, sono tuttavia consapevole che ci troviamo continuamente di fronte a scelte etiche che ci portano in direzioni anche diametralmente opposte. Ora, chi cerca la saggezza tenta di progredire, crescere, sviluppare il suo potenziale d'intelligenza, creatività e bontà, e nello stesso tempo s'impegna per migliorare il destino del mondo in cui vive.

E tu? Qual è stata la priorità nella tua vita? Sei relativamente ricco e conosciuto grazie al successo dei tuoi libri. È stata questa la tua preoccupazione principale?

È importante che io sappia rispondere a questa domanda. Come potrei parlarti di questo argomento, se non avessi intrapreso io stesso questa via, non provassi piacere nel percorrerla e non avessi esperienza in merito?

La saggezza, per i filosofi dell'Antichità, è un sapere sia teorico (*sophia*, in greco, che significa anche «sapienza») che pratico (*phronesis*). Non esiste un aspetto senza l'altro. Come dice il mio amico André Comte-Sponville, che ha trattato mirabilmente questo tema: «Il saggio pensa la sua vita e vive il suo pensiero». Di conseguenza l'importante

è cercare sempre di concretizzare le proprie idee e convinzioni in azioni. Ciò non significa che ci sarà sempre una perfetta coerenza tra loro, ma che dobbiamo tendervi costantemente.

Per tornare alla tua domanda: fin dall'infanzia mi sono interrogato sul senso della vita umana.

«Perché siamo sulla Terra?», mi chiedevo. Ho cominciato a trovare un accenno di risposta verso i tredici o quattordici anni, quando mio padre mi ha messo tra le mani *Il simposio* di Platone. Da allora ho divorato tutti i dialoghi socratici e ho capito quello che volevo davvero fare: crescere imparando a conoscere me stesso e il mondo e progredire in saggezza!

Da adolescente ho letto moltissime opere di psicologia e spiritualità che mi sono state di grande aiuto durante il mio percorso. Dopo la maturità mi sono iscritto alla facoltà di filosofia, una disciplina che riunisce i concetti di saggezza e sapienza. Ho vissuto alcuni mesi in India e ho imparato a meditare dai lama tibetani. Durante questa intensa ricerca interiore ho anche vissuto una fortissima esperienza mistica cristiana che mi ha portato, all'età di vent'anni, a entrare in un monastero, proseguendo però gli studi universitari. Ne sono uscito tre anni e tre mesi dopo rinunciando a pronunciare i voti perché, pur amando quella vita di rinuncia e contemplazione, sentivo di non essere fatto per seguire i dogmi di una Chiesa, qualunque essa sia, né per il voto di castità.

Poi ho ricominciato a inseguire apertamente la saggezza e mi sono interessato in particolare al buddismo, sostenendo un dottorato sull'incontro di questa dottrina con l'Occidente. Da allora non ho mai smesso di studiare, leggere e riflettere sulle grandi questioni esistenziali, quelle della saggezza, e di meditare.

Contemporaneamente mi sono sempre sforzato di realizzare una vita buona e felice compiendo un grande lavoro su di me e per quasi vent'anni mi sono sottoposto a terapie di vario tipo. Questo mi ha permesso di conoscermi meglio e di liberarmi di vari blocchi, paure, tristezze e rancori ereditati da un'infanzia dolorosa dal punto di vista affettivo. Così, anche con l'aiuto della meditazione, ho imparato ad accogliere e dominare meglio le mie emozioni e a collegare corpo, cuore e mente. Infatti mi sembra che anche l'armonizzazione delle diverse componenti del nostro essere sia un aspetto fondamentale della saggezza, su cui insisterò in seguito.

Ora passiamo alle tue domande sui soldi e il riconoscimento sociale. Per me il denaro non è mai stato un obiettivo primario, anche se oggi guadagno molto bene grazie ai miei libri. Il successo è arrivato quando avevo quarantadue anni, dopo aver pubblicato una ventina di libri che avevano avuto una diffusione molto limitata. Eppure non ero affatto infelice. Non ho mai deviato dalle mie priorità, indipendentemente dai guadagni e dalla

fama. Quando ho cominciato a mantenermi grazie alla scrittura, ho ceduto ad alcuni desideri materiali, come comprare un'auto sportiva decappottabile. Poi però mi ha stancato e l'ho rivenduta per riprendere la mia vecchia macchina, che oggi ha più di vent'anni e trecentocinquantamila chilometri.

La maggior parte dei miei redditi se ne va in tasse (e quindi in favore della società) e viene ridistribuita in diverse associazioni e fondazioni, alcune create da me. Vivo molto bene, ma senza eccessi.

Quanto alla notorietà, i numerosi anni di terapia mi hanno aiutato a capire che in passato ne avevo avuto bisogno per dimostrare a mio padre che poteva essere orgoglioso di me. Dopo aver acquisito una vera fiducia in me stesso e liquidato questa nevrosi, mi sono liberato di questa necessità. La celebrità mi consente di diffondere le mie idee e ne sono felice.

Oggi la mia unica ragione di vita è continuare a crescere in umanità ed essere utile agli altri.

Allora sei un saggio?

Assolutamente no! La saggezza, ripeto, è un ideale a cui tendo. Anche se cerco il più possibile di rendere coerenti i miei valori, i miei pensieri e le mie azioni, ci sono settori in cui mi risulta ancora difficile. Non riesco a correggere alcuni aspetti della

mia natura. L'essenziale è desiderare di migliorare, voler crescere e trasformarsi.

È meglio dedicarsi a questa ricerca, anche se incompiuta, piuttosto che rinunciarvi o sentirsi in colpa perché rappresenta una meta troppo elevata. Comunque mi sento sempre più profondamente e complessivamente felice e ci sono poche cose che turbano la mia gioia e la mia serenità. Ma chissà se domani potrei cambiare a causa del decesso di una persona cara o di una grave malattia?

Vuoi dire che la cosa più importante è darsi una rotta, una direzione e cercare di seguirle anche se non saremo mai sicuri di arrivare a destinazione?

Esattamente. Una delle massime che preferisco e che ho fatto stampare e incorniciare è una frase di Montaigne tratta dai *Saggi*, ispirata a Seneca: «Nessun vento è favorevole per chi non sa in quale porto approdare». Questo significa che se si vuole andare avanti nella vita bisogna puntare a una meta e dotarsi di mezzi per conquistarla, piuttosto che errare senza obiettivo.

Nessuno ha mai raggiunto una destinazione nobile senza averla agognata ardentemente. Questo vale sia per la vita artistica, sportiva, professionale e familiare che per l'ideale della saggezza.

Dobbiamo desiderare di essere felici profonda-

mente e in modo duraturo, impegnarci per riuscirci e allora i venti potranno esserci favorevoli. Dobbiamo aspirare a diventare persone più intelligenti, lucide, buone e responsabili e avremo tutte le possibilità di essere migliori. Se invece non vogliamo nulla di tutto ciò, è poco probabile che accresceremo la nostra umanità.

Dobbiamo voler fare della nostra esistenza un'opera d'arte perché la vita ci aiuti a ottenerla.

Eppure ho letto da qualche parte che «il saggio non si aspetta nulla» e il buddismo, per esempio, consiglia di eliminare qualsiasi desiderio.

Quello che Budda suggerisce di sopprimere per non soffrire è l'«attaccamento» (*tanha*, in sanscrito), ma non è vero che ogni desiderio sia cattivo in sé, al contrario. Voler migliorare se stessi o raggiungere il Risveglio sono aspirazioni spirituali estremamente necessarie e benefiche.

Riguardo alla frase citata, non significa affatto che non bisogna aspirare alla saggezza, ma che non si deve vivere nella speranza e nell'attesa che essa arrivi. Bisogna far di tutto per raggiungerla, ma non attendere o sperare alcun risultato, altrimenti trascorreremo la nostra esistenza nella delusione! Se progrediamo su questa via, se siamo felici e costanti nella vigilanza, tanto meglio. Se faticiamo

ad arrivarci e non sempre i nostri sforzi portano a dei risultati, non è grave. Questa ricerca non dev'essere né un'imposizione né una *performance*.

È vero che viviamo in un mondo fatto di prescrizioni, anche nel campo dell'essere – «*Devi essere felice e realizzarti nella vita*» –, che riserva un culto alla prestazione, all'efficienza e al rendimento, cosa del tutto contraria a questo spirito.

L'individuo non deve tentare di diventare un eroe spirituale, l'uomo più saggio o virtuoso del mondo, ma crescere il più possibile, accettando i propri limiti, le proprie vulnerabilità e fragilità.

Questo percorso è una via di umiltà e accettazione della realtà.