



il Bilanciere

Associazione Nazionale
Consulenti della persona,
della coppia e della famiglia

Notiziario de “Il Bilanciere”

Numero 19
Settembre 2024

Notiziario de
“Il Bilanciere”

La Felicità

di Angela Baio

Felicità: Le ali di Icaro?

Felicità (in greco eùdaimonìa).

Il dizionario di Filosofia di Nicola Abbagnano definisce la Felicità in generale come uno stato di soddisfazione dovuto alla propria situazione nel mondo.

Non è la Gioia, anche se spesso Felicità e Gioia vengono identificate, perché la Gioia è una delle emozioni fondamentali dell'uomo. Definire la Felicità è stata sempre una ricerca continua a partire dal mondo filosofico greco. Diverse sono stati i concetti con cui essa è stata espressa, ora identificata con la soddisfazione dei piaceri, ora con il raggiungimento di uno stato contemplativo, per pervenire anche, soprattutto in tempi più recenti, ad essere rivestita di un carattere sociale, il che ha portato a far ruotare il concetto di Felicità intorno a temi



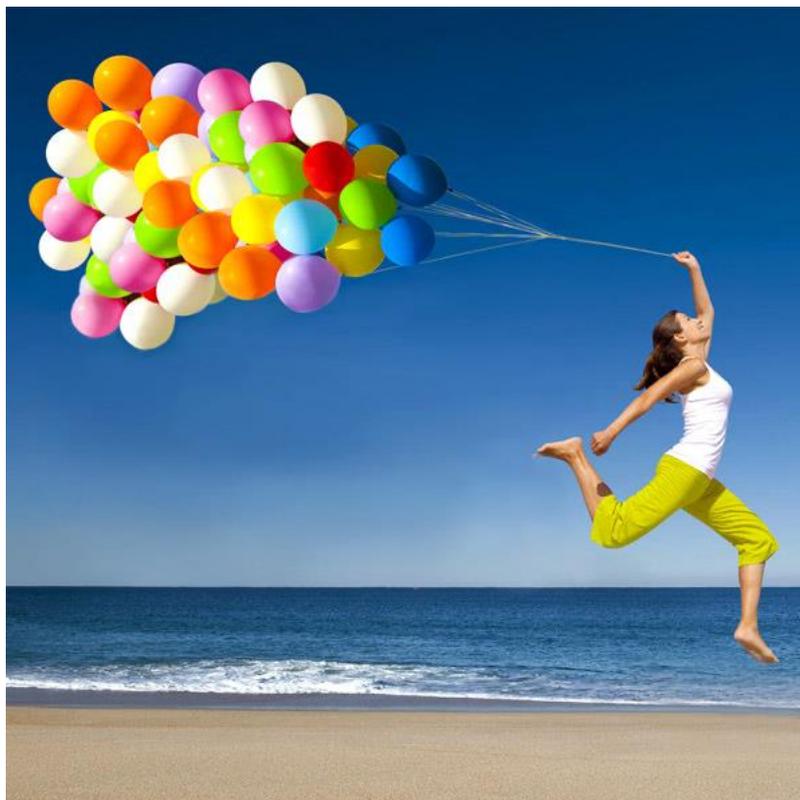
esclusivamente economici, priva di ogni carattere etico-teologico.

Nella nostra cultura si è pervenuti al concetto di Felicità = Possesso, io non sono più "Homo sapiens -sapiens", ma Homo Consumens, come lo avrebbe definito Zygmunt Bauman. Io possiedo dunque sono, io possiedo e questo mi darà la Felicità.



Ma la vera aspirazione dell'essere umano non si identifica con il possesso o con l'accumulo compulsivo di beni. Sostituire i valori che possono portare al raggiungimento della vera essenza della Felicità ha avuto come conseguenza una sensazione di frustrazione continua e di mancato appagamento che stimola un peregrinare incessantemente da una meta alla successiva e Achille in questa corsa estenuante non riuscirà mai a raggiungere la tartaruga, inseguendo un miraggio nel deserto dell'anima.

Questo senso di vuoto che vogliamo colmare ci porta a vivere situazioni disagio che richiedono un percorso orientato a comprendere quale può veramente essere l'essenzialità delle nostre aspirazioni, mete raggiungibili, perché come dice Seneca: dobbiamo avere innanzitutto chiaro quel che vogliamo, dopodiché cercheremo la via per arrivarci (L'arte di essere felici).



Partendo dalla percezione che la nostra cultura abbia svuotato il concetto di Felicità dalla sua vera natura, mi sono proposta di chiedere ad un piccolo campione di persone che idea avessero della Felicità, che posto aveva nella loro vita.

Questi sono i pensieri che sono stati donati.

Qualcuno, pur non negando che la nostra storia è attraversata da avvenimenti negativi, piccoli o grandi, ha considerato la Felicità come una scelta: si tratta di scegliere dove guardare, cosa guardare e come guardare. La nostra vita è costellata da piccole fotografie sbiadite di Felicità di cui non ci rendiamo conto, presi come siamo dal percorrere la nostra strada a testa dritta e di corsa.

E' stata una scoperta molto positiva l'aver ricevuto da giovanissimi una definizione della Felicità come consapevolezza di se stessi, come volontà e determinazione per raggiungere i propri obiettivi, partendo comunque dalla conoscenza dei propri limiti. Felicità come aspirazione della propria anima a vette alte, mettendo le proprie abilità al servizio di se stessi e di altri, in un miglioramento continuo.

Felicità è sapere di non essere soli in questo mondo

Felicità è sapere di non essere soli in questo mondo dove c'è senza dubbio qualcuno che necessita e gli si porga la mano per capire la felicità, a volte quel qualcuno potremmo essere proprio noi. Ma Felicità può voler dire anche speranza nella salute dei propri cari, e credere che coloro a cui vogliamo bene possano realizzare i propri sogni. Qualcuno identifica la felicità nel ricordo delle persone più care che non ci sono più, nel riviverle nei pensieri e nei gesti.

Qualcuno incontra la felicità nell'apprezzare le piccole cose, nella musica, nel respiro della natura, nell'amicizia e nella sicurezza che questa può dare, ma anche nella sana stanchezza che si può avere dopo un percorso fatto immersi alla natura.

Sono messaggi che ci orientano al positivo e ci stimolano a trovare delle chiavi di aiuto nelle relazioni che possiamo incontrare anche nella nostra attività. Si direi proprio che la Felicità è una scelta, che esula da tutto ciò che è effimero, dalla luce ingannevole che potrebbe bruciare le nostre ali.

La nostra storia può essere un percorso nel ricercare la vera essenza della nostra natura, permeata di semplicità, di stupore, di dignità, oppure un percorso segnato da abitudini, da competizioni, da finzioni e da superficialità. La posta in gioco è il fiorire o meno della Felicità nella nostra vita.

Felicità

Fin quando dai caccia alla felicità,

Non sei maturo per essere felice,

Anche se quello che più ami è già tuo.

Fin quando ti lamenti del perduto

Ed hai solo mete e nessuna quiete,

Non conosci ancora cos'è pace.

Solo quando rinunci ad ogni desiderio

E non conosci né meta né brama

E non chiami per nome la felicità

Allora le onde dell'accadere non ti

Raggiungono più

E il tuo cuore e la tua anima hanno pace.

(Hermann Hesse)



Associazione Nazionale Il Bilanciere riconosciuta dal MISE

Viale Europa, 38 – 03100 Frosinone Tel. +39 351 9358867

www.IIBilanciere.it