

CONFERENZA SU LETIZIA E LEGGEREZZA di Gianfranco Bertagni

Buonasera.

Allora: Letizia e leggerezza. Diciamo subito qualcosa di analogo a quello che si è detto la scorsa volta all'inizio della conferenza su equanimità e libertà. Cioè: così come la libertà contiene in sé l'equanimità e così come l'equanimità è pratica di libertà, allo stesso modo letizia è leggerezza e leggerezza è letizia. Questo per cercare di spiegarci subito sul motivo di binomi come questi.

Poi diciamo un'altra cosa, sempre come premessa al nostro discorso, che è qualcosa di specifico invece di questa accoppiata, appunto letizia e leggerezza. Questi sono due termini che, a dire la verità, non compaiono con insistenza nelle diverse spiritualità, sia in oriente che in occidente. Questo è vero per la letizia, con qualche eccezione, ma è ancora più vero per la leggerezza. Quindi quello che cercheremo di fare è un'indagine trasversale tra quei temi, quei concetti, quegli aspetti della spiritualità e delle filosofie d'oriente e d'occidente che, anche se non vengono chiamati esplicitamente con il nome di leggerezza e letizia, sono tuttavia "portatori" di questi concetti.

Un'ultima cosa, proprio riguardo a "concetti". Ovviamente ci vogliamo porre in tutt'altra prospettiva rispetto al meramente concettuale. Cioè cerchiamo di intenderle, la letizia e la leggerezza, non semplicemente come nozioni, termini, concetti, idee, ma come qualcosa di più vivo, più concreto. Potremmo dire: letizia e leggerezza come pratica di vita, come esercizio personale, come lavoro su di sé, come metodo di pulizia interiore.

Partiamo allora dalla letizia. Ecco: una cosa prima riguardo all'etimologia. Letizia deriva dal latino *laetitia*, che è a sua volta un derivato di *laetus*, lieto. E *laetus* significa propriamente "fecondo". Perché "letizia" deriva da "fecondità"? Poi ci torneremo. Dunque: questa parola, come premettevamo prima, non la troviamo proprio ovunque nelle diverse forme di spiritualità e religioni. Ma c'è un'eccezione veramente importante, che incontriamo all'interno della tradizione cristiana e che è il francescanesimo. Nel francescanesimo, cioè in quel tipo di tradizione spirituale che è fondata, che si ispira a San Francesco d'Assisi, la letizia è qualcosa di veramente fondamentale, di centrale. Quando, in un ambiente cristiano, si parla di letizia, il riferimento – anche se implicito – è proprio a San Francesco. Su San Francesco, la sua vita e il suo insegnamento, come sappiamo tutti, c'è una ricchissima letteratura. E tra i tanti testi, forse il più famoso sono "I Fioretti di San Francesco d'Assisi" come sappiamo, un'opera scritta poco dopo la sua morte. Ecco: in un capitolo dei fioretti, l'ottavo, abbiamo la più famosa e completa definizione della letizia.

Lo leggiamo e via via diciamo qualcosa a commento. Premetto che il testo originale è nell'italiano del 1200, che ci può risultare un po' ostico. Allora ho fatto qualche modifica qua e là, ma rimanendo totalmente aderente al testo.

Il titolo del capitolo è: "Camminando insieme santo Francesco con frate Leone, egli gli spiegò quelle cose che sono perfetta letizia".

«Venendo una volta santo Francesco da Perugia a Santa Maria degli Angeli con frate Leone nel periodo dell'inverno, in una giornata di grandissimo freddo che fortemente li provava, chiamò frate Leone il quale gli era innanzi, e disse così: "Frate Leone, anche se i frati Minori in ogni terra dessero grande esempio di santità e di buona edificazione; nientedimeno scrivi e nota diligentemente che non è qui la perfetta letizia"».

Dunque, la prima cosa è che la letizia non è un atteggiamento esteriore, non è il dare l'esempio di fare vita da santi e virtuosa. Potremmo dire anche che una vita morale non è ipso facto perfetta letizia.

«E andando più oltre santo Francesco, lo chiamò la seconda volta: "O frate Leone, benché il frate Minore dia la vista, raddrizzi gli storpi, scacci i demoni, dia l'udito ai sordi e faccia camminare gli zoppi, parlare i muti e, ch'è maggior cosa, resusciti i morti di quattro giorni; scrivi che non è in ciò perfetta letizia"».

Quindi il fare miracoli non è abbastanza come segno di perfetta letizia.

«E andando ancora per un poco, santo Francesco gridò forte: "O frate Leone, se il frate Minore sapesse tutte le lingue e tutte le scienze e tutte le scritture, sì che sapesse profetare e rivelare, non solamente le cose future, ma conoscendo anche i segreti delle coscienze e degli uomini; scrivi che non è in ciò perfetta letizia"».

Dunque la conoscenza, la cultura, la sapienza, il profetare, il conoscere i pensieri intimi degli uomini non è e non dà perfetta letizia.

«Andando un poco più oltre, santo Francesco chiamava ancora forte: "O frate Leone, pecorella di Dio, benché il frate Minore parli con la lingua degli angeli, e sappia i corsi delle stelle e le virtù delle erbe, e se anche gli fossero rivelati tutti i tesori della terra, e conoscesse le virtù degli uccelli e dei pesci e di tutti gli animali e delle pietre e delle acque; scrivi che non è in ciò perfetta letizia"».

Quindi la letizia non risiede nelle conoscenze di questo mondo.

«E andando ancora avanti un pezzo, santo Francesco chiamò forte: "O frate Leone, anche se il frate Minore sapesse così bene predicare da convertire tutti gli infedeli alla fede di Cristo; scrivi che non è qui perfetta letizia"».

Quindi la perfetta letizia non sta nelle belle parole, nel bel parlare di teologia, di religione, non è nel convertire.

«E continuando nel parlare in questo modo per due miglia, frate Leone, con grande ammirazione gli domandò: "Padre, io ti prego in nome di Dio che tu mi dica dove è perfetta letizia". E santo Francesco così gli rispose: "Quando noi saremo a santa Maria degli Angeli, così bagnati per la pioggia e infreddoliti per il freddo e sporchi per il fango e afflitti di fame, e picchieremo la porta del luogo, e il portinaio verrà adirato e dirà: Chi siete voi? e noi diremo: Noi siamo due dei vostri frati; e colui dirà: Voi non dite il vero, anzi siete due impostori che andate ingannando il mondo e rubando le elemosine dei poveri; andate via; e non ci aprirà, e ci farà stare lì fuori nella neve e nell'acqua, col freddo e con la fame fino al giungere della notte; allora se noi tanta ingiuria e tanta crudeltà sosterranno pazientemente senza turbare e senza mormorare sul suo conto, e penseremo umilmente che quel portinaio veramente ci conosca, che Iddio così lo fa parlare contro di noi; o frate Leone, scrivi che qui è perfetta letizia».

Ecco, qui finalmente si spiega cosa sia la letizia. Il significato mi sembra del tutto evidente. Sottolineiamo solo un paio di cose. La frase chiave è: "Se noi tanta ingiuria e tanta crudeltà sosterranno pazientemente senza turbare e senza mormorare sul suo conto". Quindi, notiamolo bene: qui non si parla di sopportazione. Io posso sopportare un'ingiuria, un gesto o una parola sul mio conto che reputo ingiusta, offensiva; però, parallelamente, ho un moto d'ira, di astio, di violenza, dentro di me. La parola "sopportazione" ha qualcosa in sé di sforzato, un senso di costrizione: sopporto qualcosa, ma con i denti stretti, con i pugni chiusi. È una resistenza. È un po' come la

tolleranza, di cui ci si riempie tanto la bocca, ma che spesso è un atteggiamento di facciata che nasconde un senso di superiorità. Ti tollero, come dire: tollero quello che sei, quello che stai facendo, ma non lo sopporto proprio, lo faccio perché tu capisca la mia superiorità. Allora: la letizia non è sopportazione, perché non porta con sé resistenza, contrapposizione, sforzo. Ecco: la letizia è il deporre l'uso della forza (nel parlare, nel pensare, nell'agire). La letizia è mancanza di turbamento. Il turbamento è una forma di reazione, no? Succede qualcosa e mi turbo; penso a qualcosa e mi turbo; prevedo qualcosa e mi turbo? È insomma una risposta emotiva a un certa informazione, a un certo fatto, a un certo pensiero, ecc. Qui Francesco invece dice che la letizia è l'opposto: è l'accoglimento di qualcosa di certamente non piacevole in uno stato di non reattività, di non contrapposizione ("Senza turbare e senza mormorare sul suo conto"). Mormorare è qualcosa di sottile: non è semplicemente non inveire a parole contro di lui, ma neppure produrre quel dialogo interiore, quel giudizio non espresso che è comunque una condanna di quella persona, che è comunque un astio anche se silenzioso. Del resto la mancanza di turbamento ha per suo effetto naturale la mancanza di mormorio giudicante.

«E se anzi perseverassimo picchiando, ed egli uscirà fuori turbato, e come gaglio importuni ci caccerà con villanie e con grida dicendo: Andatevene via da qui, ladroncelli vilissimi, andate a farvi ospitare da altri, perché qui non mangerete né albergherete; se noi questo sosterremo pazientemente e con allegrezza e con buon amore; o frate Leone, scrivi che qui vi è perfetta letizia».

Ecco, qui traspaiono altre caratteristiche della letizia. Prima di tutto la perseveranza nelle situazioni "critiche". Naturalmente questa è una semplice conseguenza dello stato interiore proprio della persona lieta, così come ci è stata presentata nel brano che abbiamo letto precedentemente. Se non c'è sforzo, contrapposizione, se non c'è giudizio negativo, allora ovviamente non c'è fatica, non c'è abbattimento, non c'è stanchezza. Allora la letizia, vista da questa angolatura, è mantenimento dell'energia, è argine al suo spreco, al suo prosciugamento: per questo la possibilità della perseveranza. Quindi la letizia è perseverante perché mantiene in sé l'energia. Altra proprietà della letizia di cui qui si parla è la pazienza: su questa non insistiamo, perché mi sembra abbastanza evidente il suo stretto rapporto con la perseveranza e con il mantenimento dell'energia di cui abbiamo appena parlato. Poi la letizia è legata qui all'"allegrezza" e al "buon amore". Allora: l'allegria di solito la associamo a risate, buon umore, simpatia, ecc. Questo tipo di associazioni può anche avere la sua parte di verità e di fatto ce l'ha, ma l'allegria è soprattutto una cosa un po' diversa da quella cui spesso pensiamo. "Allegria" deriva da "allegro" e "allegro" deriva da "alacre", cioè veloce, pronto, svelto, sollecito, solerte, fervido. Potremmo dire che è l'operatività di quella mente pulita, svuotata da detriti emotivi e di pensiero, quindi appunto rapida, puntuale, sottile, precisa, leggera (letizia e leggerezza!), non appesantita cioè da ciò che è inutile e risulta quindi come una zavorra. Ecco: cerchiamo di intendere quindi l'allegria che spesso associamo a ciò che dicevamo prima (buon umore, simpatia, sorrisi, ecc.) come conseguenza di questo tipo di predisposizione, che quindi ne è la base: cioè, appunto, questa sorta di "allegria" della mente, quella sua operatività rapida che è a sua volta il risultato di una mente liberata da contrazioni, chiusure, filtri, reattività. Poi: letizia e amore. Bè, anche qui non è necessario dire molto. Capiamo bene tutti che vera letizia è amore e che vero amore è letizia. Mi

permetto solo di leggersi – forse la maggior parte di voi lo conosce già – il cosiddetto inno all'amore di San Paolo, che troviamo nella Prima lettera ai Corinti, un testo tra l'altro che ha qualche assonanza con questo capitolo sulla letizia dei fioretti di San Francesco. Qualche assonanza perché, come vedremo subito, parte con alcuni esempi di gran virtù che però non per questo sono sinonimi di amore, per poi parlare dell'amore stesso, allo stesso modo quindi con cui Francesco parla della letizia, prima dicendo che non basta saper profetare, parlare la lingua degli angeli, conoscere il moto delle stelle, ecc., perché vi sia letizia e poi spiegando cosa sia la letizia. Può essere quindi che ci sia un'influenza tra i due testi. Ecco l'inno: "Se anche parlassi le lingue degli uomini e degli angeli, ma non avessi l'amore, sono come un bronzo che risuona o un cembalo che tintinna. E se avessi il dono della profezia e conoscessi tutti i misteri e tutta la scienza, e possedessi la pienezza della fede così da trasportare le montagne, ma non avessi l'amore, non sarei nulla. E se anche distribuissi tutte le mie sostanze e dessi il mio corpo per esser bruciato, ma non avessi l'amore, niente mi gioverebbe. L'amore è paziente, è benigno l'amore; non è invidioso l'amore, non si vanta, non si gonfia, non manca di rispetto, non cerca il suo interesse, non si adira, non tiene conto del male ricevuto, non gode dell'ingiustizia, ma si compiace della verità. Tutto copre, tutto crede, tutto spera, tutto sopporta. L'amore non avrà mai fine" (13, 1 ssg.). Ecco, sono tutte queste, direi, caratteristiche anche della letizia, così come ci è presentata da Francesco: la letizia è paziente, è benigna, non è invidiosa, non si gonfia, non si esalta, non è irrispettosa, non mette avanti il proprio interesse, non si adira, non ricambia il male, tutto sopporta, ecc. Ma continuiamo con il testo dei "Fioretti": «E se noi pur costretti dalla fame e dal freddo e dalla notte busseremo alla porta e chiameremo e pregheremo per l'amore di Dio con grande pianto che ci apra e che ci faccia entrare, e quelli più scandalizzato dirà: Costoro sono gaglioffi importuni, io li pagherò bene come merita loro; e uscirà fuori con un nodoso bastone, pigliandoci per il cappuccio e gettandoci in terra e facendoci rotolare nella neve e battendoci con quel bastone: se noi tutte queste cose sosterremo pazientemente e con allegrezza, pensando le pene di Cristo benedetto, le quali dobbiamo sostenere per suo amore; o frate Leone, scrivi che qui e in questo è perfetta letizia». Qui non c'è molto da aggiungere. Però, a ben vedere, c'è un nuovo elemento molto importante che possiamo leggere tra le righe del brano che abbiamo appena citato. Francesco dice: se sosterremo tutte queste pene pensando a quelle vissute dal Cristo, se le sosterremo per suo amore, allora ci sarà perfetta letizia. Dunque: naturalmente qui siamo in un contesto cristiano e in un brano come questo ci risulta del tutto evidente. Ma cerchiamo di fare un discorso che non si chiuda solo all'interno di questa tradizione. Quindi: cosa possiamo leggere in queste righe? Vivo le mie pene pensando a quelle del Cristo, come dono per il suo amore. Questo è qualcosa di molto presente nella via di santità in ambito monoteista: il santo, il martire si abbandonano al Signore. Il martire soprattutto riesce a sopportare dolori, sofferenze, torture spesso indicibili proprio attraverso questo processo di disidentificazione da sé. Ecco: allora arriviamo al nostro discorso di lettura del meccanismo mentale soggiacente a queste parole di San Francesco. In altri termini: mettiamo da parte l'aspetto sentimentalistico, emotivo, un po' appiccicoso che spesso fa parte di molti discorsi sull'amore di Dio, l'amore di Gesù crocifisso, l'amore in ambito religioso in genere, e vediamo il suo significato principale

da un punto di vista psicologico-spirituale. Qual è questo significato? È appunto la disidentificazione, potremmo dire: è il non prenderla da un punto di vista personale.

Attenzione, ripetiamolo: è un discorso che è trasversale rispetto al cristianesimo o al monoteismo in generale. Al centro della questione c'è l'abbandono. Cosa fa per esempio il taoista? Si abbandona al flusso delle cose, al flusso del tao, abbandonando la centratura sul proprio ego. Cosa fa il buddhista? Avendo realizzato la natura vuota del proprio io e di tutti gli enti, si abbandona al vuoto stesso, che è il principio supremo del buddhismo, abbandonando l'illusione dell'ego. Cosa fa il monaco zen? Essendo completamente aderente all'attimo presente, penetrando pienamente il qui e ora, lo splendore dell'istante supremo, abbandona qualsiasi altra identificazione, qualsiasi etichetta, qualsiasi giudizio, è totalmente svuotato di sé, è appunto in una condizione di abbandono dell'ego. E cosa fa il santo cristiano? Essendo completamente immerso, abbandonato all'amore di Dio, essendo abbandonato alla Provvidenza divina, è totalmente fuori dal proprio ego, dalle sue preferenze, dalle sue richieste, dai suoi alti e bassi, ecc.

Ecco, quindi quest'ultimo brano ricorda che la letizia è anche tutto questo. Se vivo le prove, le pene e via dicendo uscendo dalla mia identificazione, allora c'è perfetta letizia. È anche il discorso che spesso viene fatto in ambito induista: vivere, agire, rispondere agli eventi in uno stato di completa spersonalizzazione, come se ci si guardasse dall'alto, in modo impersonale. Appunto: un passaggio dall'ego al Sé, all'atman. Pensiamo solo al messaggio principale della Bhagavadgita, cioè all'azione svuotata dall'intenzione di un tornaconto personale.

Leggiamo il finale di questo capitolo dei fioretti sulla perfetta letizia, che non farà che confermare quello che abbiamo appena detto: «E però ascolta la conclusione, frate Leone. Sopra tutte le grazie e i doni dello Spirito Santo, le quali Cristo concede agli amici suoi, c'è quello di vincere se stessi e volentieri per l'amore di Cristo, sostenendo pene, ingiurie e obbrobri e disagi; però in tutti i doni di Dio noi non ci possiamo gloriare, perché non sono nostri, ma di Dio, per cui dice l'Apostolo: "Che hai tu, che tu non abbia da Dio? e se tu l'hai avuto da lui, perché te ne glori, come se tu l'avessi da te?". Ma nella croce della tribolazione e dell'afflizione ci possiamo gloriare, perché dice l'Apostolo: "Io non mi voglio gloriare se non nella croce del nostro Signore Gesù Cristo"». Quindi il dono supremo è quello di vincere se stessi, cioè superare se stessi, nel senso di uscire da se stessi verso l'amore di Cristo, riuscendo così ad accettare, accogliere le pene, i disagi, ecc. E in questa condizione di abbandono del piccolo io è ovvio che di nulla ci si possa gloriare. Ecco, vediamo quindi che non è tanto un discorso di "umiltà morale", potremmo dire; non è che il santo non si glori per motivi di stile, di eleganza, perché è sempre volgare autoincensarsi. Oppure: si può anche parlare di umiltà, ma non intendendola in un modo moralistico: umiltà allora come quell'atteggiamento proprio di chi è svuotato di se stesso, fuori dall'io psicologico (e quindi da tutta la sua operatività fatta di volontà, di sforzi, di scelte, ecc.) e immerso invece in una dimensione in cui tutto è abbandonato, è lasciato andare, è lasciato essere, in cui tu non hai più nulla, perché ti sei svuotato da tutto, ti sei svincolato da tutto, per essere riempito da altro: quell'altro che sarà Dio per il cristiano, la natura per lo stoico, il tao per il taoista, Brahman per l'induista, il vuoto per il buddhista, ecc. Quindi, in questa ottica, tutto ciò che si ha, lo si ha non da sé e questo nel senso più vero del termine.

Bene, ripeto: la letizia è un tema (e una parola) tipicamente francescano; ma abbiamo cercato di capire il suo valore universale, al di là dell'ambito religioso da cui proviene il testo che abbiamo letto. Mi sembra che tutto quello che abbiamo detto ci abbia fatto capire che la letizia, intesa nel senso che abbiamo cercato di ripercorrere, è uno stato di perfezione, no? Anche in questo senso si potrebbe intendere la definizione direi metafisica di letizia da parte di Spinoza, che dice che letizia è il passaggio da una minore a una maggiore perfezione.

Passiamo adesso alla leggerezza. Una parola che, come dicevamo all'inizio, in realtà non incontriamo così spesso nei testi religiosi o filosofico-spirituali, soprattutto tradizionali. Ma è qualcosa che comunque è presente in diversi ambiti. Cerchiamo di tenere a mente quello che abbiamo detto sulla letizia e vedremo quanti contatti tra letizia e leggerezza. Vorrei partire con un autore che forse stupirà alcuni di voi, ma che mi sembra uno dei pensatori occidentali più leggeri, in un certo senso, e cioè Nietzsche. Certo, non è leggero come quel grande taoista d'occidente che è Winnie Puh, comunque... No, non sto scherzando, veramente! Bè, oggi non ne parliamo, però mi permetto di porvela come proposta: leggete i due libri di Milne "Winnie Puh" e "La strada di Puh", edizioni Salani. Per prima cosa, proprio a proposito di leggerezza, avranno un effetto non da poco e poi incontrerete un personaggio molto taoista, tra le righe del sue storielle. E se non ci credete, dopo aver letto questo due testi, leggetevne altri due di un autore che si chiama Benjamin Hoff e che si intitolano "Il tao di Winnie Puh" e "Il Te di Porcelletto" e poi mi direte...

Comunque, torniamo a Nietzsche. "Così parlò Zarathustra" è la sua opera più famosa e qui soprattutto è da cercare la leggerezza. Zarathustra chi è? È il profeta della leggerezza, è il profeta che danza. Leggiamo questo brano: "Io crederei solo ad un dio che sapesse danzare. E quando vidi il mio diavolo, lo trovai serio, esatto, profondo e solenne. Era lo spirito della gravità, per lui precipitano tutte le cose: non si uccide con l'ira, ma con il sorriso. Su, uccidiamo lo spirito di gravità! Ora sono leggero, ora volo, ora mi vedo sotto di me, ora è un dio che si serve di me per danzare. Così parlò Zarathustra". Allora lo spirito della danza, della leggerezza contro lo spirito della gravità. Cosa è lo spirito della gravità? È quella cosa, come si dice in questo brano, fatta di serietà, esattezza, profondità, solennità. È il contrario della leggerezza, ovviamente; è ciò che fa sì che la vita sia, come si suole dire a volte, pesante. E cosa è che la rende pesante, secondo Zarathustra-Nietzsche? È il "tu devi", è la morale, sono i moralisti, i religiosi bigotti, la distinzione tra bene e male (dice Zarathustra: "Quasi nella culla ci vengono date parole e valori pesanti con: «bene» e «male»"), è l'idea della vita come una fatica, come un coacervo di obblighi, di divieti, è una vita chiusa in stretti limiti, ecc. Mentre invece, dice Zarathustra: "Chi un giorno insegnerà agli uomini a volare avrà spostato tutte le pietre di confine; tutte le pietre di confine stesse voleranno in aria per lui ed egli ribattezzerà la terra chiamandola «la leggera»". Ma l'uomo ancora non sa volare. Perché? Perché così vuole lo spirito di gravità. "Ma chi vuol diventare leggero e un uccello, deve amare se stesso: questo insegno io". Mentre invece noi, uomini comuni, cosa facciamo? "E noi – noi trasciniamo obbedienti la dote assegnataci su dure spalle e su aspri monti! E sudiamo, ci si dice: «Sì, la vita è pesante da portare». Ma solo l'uomo è a sé pesante da portare! E ciò perché trascina sulle spalle troppe cose estranee". Appunto: l'uomo sarebbe leggero di per sé, ma viene mortificato, viene appesantito da tutta una serie di

idee, di istruzioni per la vita, di concetti morali, attraverso la scuola, l'educazione, la famiglia, la religione catechistica, ecc., a tal punto che ne risulta così intrappolato, intrappolato da ciò che spesso è vissuto come asfissiante, cupo, pesante. La trappola soprattutto è che tutto quello che si sovrappone alla natura leggera dell'uomo si presenta come qualcosa di utile, anzi di necessario, di buono per te, la via giusta alla tua felicità, al tuo essere vero, alla saggezza, ecc. Invece Zarathustra non segue nessuna strada già tracciata, è lui stesso il creatore della sua strada personale. "E sempre malvolentieri ho chiesto le strade – ciò è stato sempre contrario al mio gusto! Piuttosto interrogavo e sperimentavo le strade io stesso. Uno sperimentare e interrogare è stato tutto il mio andare [...]! Ma ciò è ben secondo il mio gusto: non un buon gusto, non un cattivo gusto, ma il *mio* gusto [...]. «Questa, è ora la *mia* strada; qual è la vostra?» così rispondevo a coloro che mi «chiedevano la strada». La strada cioè – non esiste! Così parlò Zarathustra" (dal cap. *Dello spirito di gravità*).

Ma torniamo al discorso di Zarathustra sul discorso riguardo a ciò che ci si porta sulle spalle e che ci è estraneo. Vediamo che c'è una stretta vicinanza con ciò che spesso viene detto da tanti maestri spirituali, in tanti testi di un certo tipo, no? Cioè: la scoperta della tua autenticità (che è anche, ovviamente, la tua libertà, il tuo completo fiorire) passa attraverso l'abbandono di ciò che fa oramai parte di te, ma che in realtà è solo il prodotto della tua storia personale. Pensiamo per esempio all'idea dell'atman nell'uomo, secondo l'induismo. Come potremmo definirlo? È ciò che rimane una volta che l'uomo ha fatto piazza pulita di tutto ciò che proviene dalla sua formazione, dalla sua cultura, dalle sue credenze, dalle sue convinzioni, ecc.

Per raggiungere questo stato di leggerezza, di gaiezza (di letizia), bisogna, nell'ottica di Nietzsche, abbandonare la morale corrente, i valori correnti, porsi liberi al di là del bene e del male e quindi staccarsi da parecchie catene, ma per far questo occorre acquisire una condizione di leggerezza: e Nietzsche paragona questo stato a quello della "danza".

Zarathustra è il "senzadio", nel senso che è libero da qualsiasi imposizione da parte di qualcos'altro da sé, e proprio per questo motivo ha acquistato una nuova leggerezza, può danzare, ridere e rovesciare le vecchie tavole dei valori, in opposizione ai disprezzatori del corpo, ai coloro i quali vietano la libera e integrale espressione della natura umana, ai rassegnati, allo spirito di gravità; e Zarathustra stesso – come abbiamo visto - dice che potrebbe credere solo in un Dio che sapesse danzare.

Zarathustra è colui il quale ha distrutto ogni immagine fissa di sé, che è uscito dalla rete delle etichette, delle definizioni, definizioni che non fanno altro che bloccare, solo per bisogno di certezze. Mentre tutto è solo e sempre in perpetuo divenire. Ricordiamo che il filosofo più amato e l'unico a cui Nietzsche permetteva di essere paragonato era Eraclito, il filosofo del panta rei. Nietzsche è veramente molto taoista in questo senso. La felicità del suo Zarathustra non è mai uno stato fisso, immobile, ma è gioia del divenire, è l'essere immersi in questo divenire, è il dire continuamente *sì* ad esso e a tutto ciò che esso porta: questa è la superiorità di Zarathustra, il suo eterno *sì* a tutto, così come un mistico cristiano dice eternamente *sì* a ciò cui la Provvidenza lo conduce. E lo stato sui cui Zarathustra si poggia è il vuoto stesso, perché nell'eterno divenire nessuno stato è possibile, tranne il non avere alcuno stato, perché l'essenza del mondo è eterno movimento e per accettare tutto questo devi allora essere svincolato da tutto, libero da tutto, vuoto di tutto, non aggrappato ad alcunché, perché tu possa così tutto accettare,

tutto amare, a tutto dire sì. Un dire sì che si manifesta soprattutto in due modi veramente caratteristici della personalità di Zarathustra: la danza e il riso. “Io ho proclamato sacro il riso; uomini superiori, imparate a ridere!” Se il dispensatore, il custode di verità è bloccato, unilaterale, fanatico, il riso invece è leggero, è la consapevolezza della vaghezza di tutto, del mutare continuo, dell'impossibilità di bloccare qualcosa, è ridere la verità, ridere della verità. Ne *Il nome della rosa* a un certo punto Guglielmo da Baskerville dice al suo discepolo Adso: “Forse il compito di chi ama gli uomini e di far ridere della verità, *fare ridere la verità*, perché l'unica verità è imparare a liberarci dalla passione insana per la verità”, e qui Eco sicuramente sta citando implicitamente Nietzsche.

E poi, l'abbiamo già detto, la danza. Lo stile di Zarathustra, come viene detto nel proemio, è che “incede a passo di danza”. Questo vuol dire soprattutto “beffa contro lo spirito di gravità”, presa di distanza da ogni pedante erudizione, da qualsiasi disciplina irrigidita. I pensatori e i dotti procedono con pesantezza, sentendo tutto con angustia, con pena. Mai invece intendono il loro lavoro come “qualcosa di leggero, di divino, di strettamente affine alla danza, alla tracontanza!” (*Ad di là del bene e del male*, Adelphi, pp. 122-3). Ma lo spirito di gravità non è solo il marchio dell'erudizione; è anche e soprattutto l'insegna di ogni fanatismo; quindi l'incedere con passo di danza è allontanamento leggero – e non lotta al fanatismo, che non sarebbe altro che un fanatismo di segno opposto; quindi un allontanamento leggero da ogni forma di pensiero e azione ispirati al fanatismo: “Scansate tutti questi assolutisti! Essi hanno piedi pesanti e cuori afosi: non sanno danzare. Come potrebbe essere lieve la terra per costoro?” (cap. *Dell'uomo superiore*).

Ci sarebbe tanto da dire su Zarathustra e su Nietzsche come maestro spirituale... Comunque fermiamoci qui. A proposito di maestri spirituali, chi è il maestro spirituale più vicino a Nietzsche, più vicino alla danza di Zarathustra? Ovviamente Osho. E di Osho, tra le tante cose che ha scritto, guarda caso, abbiamo anche due volumi di commento al “Così parlò Zarathustra” di Nietzsche. Osho è veramente il maestro spirituale più nietzschiano di tutti.. Non abbiamo molto tempo ancora. Ma almeno leggiamo alcuni brani di Osho in cui è del tutto evidente la vicinanza con Nietzsche-Zarathustra e in cui si parla dei temi che abbiamo considerato fino ad esso. Per esempio: “Dal mio punto di vista, lo stadio più alto di un essere umano non è il saggio, non è Epicuro né Buddha, che [...] sono limitati e parziali, ma è Shiva Nataraj, Shiva che danza. Shiva ha in sé ogni cosa, ha in sé ogni contraddizione, ha in sé la totalità di Dio. Shiva non opera alcuna scelta, vive nell'essenza più intima del tempio e danza, al tempo stesso, lungo le mura esterne. Se il saggio non è in grado di danzare, non è un autentico saggio. La vita è una danza. Devi danzare. Se rinunci alla vita, se rinunci a danzare, rinunci a Dio. E quando avrai raggiunto il nucleo più intimo del tempio, potrai rimanere lì, raccolto in meditazione silenziosa, oppure potrai uscire nel mondo e danzare (...) Quando sarete in grado di tornare nel mondo con una coppa di vino in mano, e di danzare, avrete conseguito l'assoluto” (*L'amore nel tantra*). Oppure: “La serietà è pesante, e tutto ciò che è pesante ti trascina in basso. Devi essere leggero come un bambino che gioca sulla spiaggia, che raccoglie conchiglie, pietruzze colorate, che corre di qua e di là, quasi come se fosse parte del vento e del mare e della sabbia e del sole. Quando c'è questa leggerezza, acquisti le ali per volare in alto”. O anche: “La serietà è un crimine e una malattia. La risata ha un'incredibile bellezza, ha leggerezza”.

Poi leggiamo un brano che è tratto proprio da uno dei due testi di Osho in cui commenta l'opera di Nietzsche, un brano che troviamo a commento proprio del capitolo sullo spirito di gravità di cui parla Zarathustra: "Ogni volta che la tua azione è falsa, priva di autenticità e sincerità, ogni volta che non dici la verità, cadi in basso [...]. Ogni volta che ti senti geloso, pieno di odio, di violenza, di rabbia, puoi addirittura avere la sensazione di essere diventato pesante. La gelosia ti appesantisce, la rabbia ti rende pesante, le finzioni egoiche ti fanno sentire pesante. È quasi una percezione, puoi distinguere ciò che ti appesantisce da ciò che ti fa sentire leggero. L'amore ti rende leggero, la gentilezza ti rende leggero, la compassione ti rende leggero, il silenzio ti rende leggero, la gioia ti fa sentire leggero... tutto ciò che ti fa sentire leggero e senza peso ti aiuta a liberarti dalla prigione" (*Zarathustra. Il profeta che ride*, p. 281). Ecco, qui Osho propone uno strumento che mi sembra un'ottima bussola per capire in gran velocità quali sono gli stati mentali, emotivi opportuni rispetto a quelli inopportuni, inquinanti. Piccola parentesi: abbiamo notato che qui non intervengono assolutamente valutazioni morali (così come in Nietzsche del resto)? Non: sii buono, sii gentile, sii amorevole, perché così va fatto, perché ciò è morale? Non: non essere geloso, non odiare, non arrabbiarti perché è disdicevole, perché è immorale? No, qui il metro di paragone è il sentirsi o meno leggeri. Gli stati mentali negativi si riconoscono perché producono una chiusura, una chiusura in se stessi, un senso di contrazione, di tensione muscolare, di blocco dell'energia; gli stati mentali positivi invece sono contemporanei a un sentirsi sciolti, liberi, svuotati dell'ego e immersi nel flusso potente della realtà: tutto ciò che è sinonimo di uno stato di leggerezza, di divina leggerezza e ovviamente di letizia.

Per questo letizia, etimologicamente, significa fecondità. Perché lo stato di letizia-leggerezza è ciò che fa liberamente fluire; perché il lieto fa fluire fuori di sé, perché la sua realtà interiore non blocca, non stringe in mano, lascia passare, fa germogliare. È come il tao. Il lieto, il leggero è fecondo; il non lieto è contratto, rinchiuso in sé, nella sua realtà, mentre la realtà fuori è vista come nemica, perché è offuscata dai propri giudizi, dal proprio ego.

Tra l'altro, parlando di Osho, non è un caso che il personaggio letterario che più piaceva ad Osho fosse Zorba. Un piccolo consiglio: se non l'avete già fatto, leggetevi *Zorba il greco* di Kazantzakis, Zorba è veramente uno dei personaggi più liberi della storia della letteratura, a suo modo un Buddha. Non è un caso che Kazantzakis fosse molto influenzato dal buddhismo (di cui in *Zorba il greco* ci sono vari riferimenti) e da Nietzsche. Uno scrittore che fece scrivere sulla sua lapide: "Non temo niente, non spero niente, sono libero". Molto nietzschiano e molto buddhista!

Non so quanto tempo abbiamo ancora. Mi sembrava interessante, dato che lo abbiamo tirato in ballo più di una volta questa sera, dire qualcosa sul tao, perché mi sembra che ci siano molte affinità con il nostro discorso sulla leggerezza. Almeno alcune citazioni, tratte dal testo più importante del taoismo, cioè il *Tao te ching*. Il lieto-leggero non contrasta gli altri: "Il sommo bene è come l'acqua: l'acqua ben giova alle creature e non contende" (VIII, 1-2); il lieto-leggero è svuotato della sua persona, proprio perché è vuoto di sé, liberamente va: "La ragione per cui ho gran sventura è che tengo alla mia persona, se non tenessi alla mia persona quale sventura avrei?" (XIII, 12-15). Il lieto-leggero è chi non si intromette: "L'uomo comune in tutto s'intromette; solo io nulla separo" (XX, 22-23). E proprio non intromettendosi lascia che le creature mantengano

la loro spontaneità: “Per favorire la spontaneità delle creature, non osa agire” (LXIV, 27-28). Il lieto-leggero è tale perché è vuoto da qualsiasi cosa che possa ostruirlo, limitarlo, definirlo; il lieto-leggero ha dei tratti di anonimata, passa quasi inosservato e in ciò è il suo valore: “Tutti al mondo dicono che il mio Tao è grande ma che sembra non esser simile a nulla. Proprio perché è grande sembra non sia simile a nulla, se fosse simile a qualcosa l’impaccerebbe la sua piccolezza” (LXVII, 1-6). Il lieto-leggero è, come Zarathustra, fluente nella realtà sempre mutevole, mai fisso: “Agitato sono come il mare, sballottato sono come chi non ha punto fermo” (XX, 25); il lieto-leggero con tutti vince perché con nessuno contende: “Proprio perché non contende, nessuno al mondo può muovergli contesa” (XXII, 13-14); il lieto-leggero non vive la vita come un peso da sopportare e proprio per questo è sempre vincente: “Solo chi non s’affacenda per vivere è più saggio di chi la vita tiene in pregio” (LXXV, 10-11). Il lieto-leggero non cerca il suo tornaconto, non opera per motivi egoici, non fa sfoggio di sé: “Il santo opera ma nulla s’aspetta, compiuta l’opera non rimane, non vuol mostrare d’eccellere” (LXXVII, 16-19). Il lieto-leggero mai si esaurisce, perché la sua forza non sta in qualcosa che potrà venire a mancare, ma proprio nell’assenza di tutto, nel vuoto sempre pieno: “La grande pienezza è come vuotezza, che nell’uso non s’esaurisce” (XLV, 3-4). Insomma: il grande segreto del lieto-leggero è il suo stare in una condizione di vuoto, la sua scoperta è che è il vero lavoro su di sé non sta nell’acquisire (conoscenza, verità, tecniche, virtù, ...), ma nel togliere. Pensiamo ad esempio alla critica alla cultura libresco propria del taoismo: “Chi è sapiente non ha vaste nozioni [...] Il santo non accumula” (LXXXI, 5, 7). Oppure: “Chi si dedica allo studio ogni dì aggiunge, chi pratica il Tao ogni dì toglie, toglie e ancor toglie fino ad arrivare al non agire: quando non agisce nulla v’è che non sia fatto” (XLVIII, 1-5). In realtà non agisce di sua sponte, di sua forzata volontà, ma si fa agire, agisce attraverso il movimento del tao in cui è immerso.

Questo stato di vuotezza cosa produce nel lieto-leggero? Una morbidezza, una mollezza, quella cosa che spesso in linguaggio taoista è chiamata debolezza, ma che è vista come altissima virtù, quella cedevolezza che è il contrario di rigidità, durezza, rigore, inflessibilità, ... Sarebbe la natura originaria dell’uomo, come abbiamo detto prima per la leggerezza, ma poi ci si indurisce: “Alla nascita l’uomo è molle e debole, alla morte è duro e forte. Tutte le creature, l’erbe e le piante quando vivono son molli e tenere, quando muoiono son aride e secche. Durezza e forza sono compagne della morte, mollezza e debolezza sono compagne della vita. Per questo chi si fa forte con le armi non vince, l’albero che è forte viene abbattuto. Quel che è forte e robusto sta in basso, quel che è molle e debole sta in alto” (LXXVI). Oppure (ed è l’ultimo brano che leggiamo da questa opera meravigliosa): “Nulla al mondo è più molle e più debole dell’acqua eppur nel raschiare ciò che è duro e forte nessuno riesce a superarla, nell’uso nulla può cambiarla. La debolezza vince la forza, la mollezza vince la durezza” (LXXVIII, 1-6).

Ecco: in due parole potremmo dire che il taoista è tale nella misura in cui è vuoto di se stesso e abbandonato completamente al flusso del tao. Già lo abbiamo detto più volte. Questa è la sua leggerezza. E già abbiamo insistito sul tema dell’abbandono come una di quelle dimensioni che maggiormente traspira di leggerezza. Anche nel linguaggio comune lo sentiamo, no? Quando si dice: abbandonati... Anche da un punto di vista fisico si sente la cosa: il tuo peso è lasciato completamente cadere. Da un punto di vista

spirituale è l'esatto opposto della vita ordinaria: l'uomo normale agisce basandosi sulle proprie forze, sulla sua volontà (e così si sfibra, si affatica, ...); il mistico depone tutto e si abbandona. Ecco, in ultimo, dato che abbiamo avuto modo di parlare del tao e dell'abbandono in questi termini, vorrei proporvi un testo cristiano che spesso è stato paragonato al taoismo. Mi sembra interessante perché è molto esplicito qui questo discorso sull'abbandono. Già dal titolo lo si capisce bene: "L'abbandono alla provvidenza divina" di Jean-Pierre De Caussade, un gesuita del '700. Si tratta di uno di quei testi che, all'interno della tradizione cattolica, rendono maggiormente esplicita questa visione di un'anima completamente liquefatta, abbandonata al moto divino, che ha abbandonato qualsiasi operatività personale. Per esempio troviamo scritto: "Quest'anima [...] non mette niente di suo, limitandosi ad attendere in pace la mozione divina" (p. 26). In questa condizione di totale spersonalizzazione, di mistica morte dell'anima (quella morte di cui i mistici parlano continuamente), nulla è più proprio, nulla più si fa, a nulla più ci si appoggia se non a quello che viene: "Bisogna seguire quello che si presenta per impulso della grazia, senza appoggiarsi neanche per un momento su riflessioni proprie, ragionamenti, propri sforzi" (p. 31). Ci si immerge in un completo non sapere, in un completo ignorare, perché ciò che si fa, non lo si sa, il motivo resta arcano; l'anima è mossa a fare qualcosa, agisce, ma non di sua sponte, fa ma non sa cosa, è veramente completamente nelle mani del flusso: "Quando non si procede più con idee proprie, non occorre più difendersi con parole; [...] dove non si presuppongono idee, nessun bisogno di parole: a che servirebbero? A trovare un motivo per quel che si è fatto? Ma lo ignoriamo" (p. 39). E tutto ciò che accade all'anima, non solo è accolto, ma è accolto in letizia; tutto è benedizione, provenendo dalla provvidenza: "L'istinto della fede [...] rende tutto piacevole e induce ad accogliere tutto di buona grazia; in un'indifferenza e in una predisposizione a tutti i luoghi, tutti gli stati e tutte le persone" (p. 43). Ecco, l'indifferenza sentita dall'anima rispetto a ciò che le può capitare fa sì che essa sia ben disposta verso tutto, verso tutti, non avendo più preferenze, volontà propria. In ogni istante l'anima non fa altro che accogliere ciò che la provvidenza le dà, non fa altro che dire sì a ciò che è, perché ciò che è, lo è perché è la provvidenza a farlo essere: "All'anima non resta altro che ricevere l'eternità divina nello scorrere delle ombre del tempo" (p. 40). Allora l'unica regola cui si deve attenere quest'anima è quella di dire questo *sì* al momento presente e a quello che esso porta; è questo che costituisce la sua santità: "Nell'abbandono, l'unica regola è il momento presente" (p. 40). E poi ancora: "Il momento presente è [...] come un deserto, in cui l'anima semplice vede soltanto Dio, e di lui solo gioisce, occupandosi unicamente di quanto egli vuole da lei: tutto il resto è lasciato, dimenticato, abbandonato alla Provvidenza. Quest'anima, al pari di uno strumento, non riceve e non opera se non nei limiti in cui l'intimo operare di Dio la occupa" (p. 24).

Ovviamente siamo in un contesto di altissima santità. Ma mi sembra comunque evidente anche qui questo discorso (ripeto: molto taoista) dell'alleggerimento prodotto dallo stato di completo abbandono e di rapporto di questo alleggerimento con uno stato di letizia, di gioia continua, che sono la conseguenza di questa immersione, di questo stare perenne nel flusso divino, nel quale tutto ciò che capita all'anima non è altro che una sua voce. Un po' come diceva Nietzsche, quando parlava del dire *sì* al momento presente, allo scorrere perpetuo e a tutto quello che esso porta. È qualcosa solo di un superuomo, per

dirla con Nietzsche, o di un santo, di un mistico, di un illuminato. Ma forse c'è qualcosa da imparare da questo atteggiamento anche da parte di ognuno di noi.

Bibliografia

Nietzsche, *Così parlò Zarathustra*, Adelphi

Moreno Montanari, *Il tao di Nietzsche*, Mimesis

Osho, *Zarathustra. Il profeta che ride*, ECIG

Osho, *Zarathustra. Un dio che danza*, ECIG

Tao te ching, Adelphi

I fioretti di San Francesco, Città Nuova

Benjamin Hoff, *Il tao di Winnie Pub*, Guanda

Nikos Kazantzakis, *Zorba il greco*, Mondadori

Italo Calvino, *Lezioni americane*, Mondadori

Jean-Pierre De Caussade, *L'abbandono alla provvidenza divina*, Adelphi