

## CAFFÈ LETTERARIO 2.0

# FRANCESCO PETRARCA

CAFFÈ LETTERARIO 2.0  
La letteratura e noi

### ► TEMA TRACCIA

La vicenda umana e la figura letteraria di Petrarca furono segnate dall'inquietudine. L'irrequietezza è un aspetto ineludibile dell'uomo oppure è proprio solo di alcune personalità? È un segno di debolezza oppure è una risorsa positiva dell'animo? Si dice che essa è tipica dell'uomo moderno: perché? È davvero così?

### ► IMMAGINI

1. CASPAR DAVID FRIEDRICH, *MONACO IN RIVA AL MARE*, 1808

### ► TESTI

2. L'INSODDISFAZIONE IN SCHOPENHAUER

- Arthur Schopenhauer, *Il mondo come volontà e rappresentazione*

3. CHI SONO GLI INSODDISFATTI?

- Secondo la logica del *Well-being* possono essere definiti insoddisfatti i soggetti che non riescono a vivere pienamente i propri successi (veri o presunti che siano). La loro insoddisfazione non è una logica valutazione del bilancio esistenziale, bensì una forma mentale.

4. L'INSODDISFAZIONE COME SPINTA AL MIGLIORAMENTO

- Il *coach* Livio Sgarbi: una buona dose di insoddisfazione ci vuole

5. QUALCHE AFORISMA...

### ► FILM

6. SCHEDA FILM

- *Midnight in Paris* di Woody Allen
- Maria Luisa Bellucci: *Woody Allen e la sfida dell'insoddisfazione*

## ▶ IMMAGINI

1. CASPAR DAVID FRIEDRICH, *MONACO IN RIVA AL MARE*, 1808

L'evidente sproporzione fra il cielo, che occupa i quattro quinti del quadro, la spiaggia, desolata di fronte all'avanzare della notte, e la figura umana, minuscola e decentrata, produce nello spettatore un senso di vuoto, inducendolo a confrontare l'infinita grandezza della natura con la fragilità del singolo individuo; attraverso questo dipinto Friedrich (1774-1840) intende dare forma al senso di insoddisfazione che spinge l'uomo, constatata la propria pochezza, a un'inquieta tensione verso l'infinito.

## ▶ TESTI

**2. L'INSODDISFAZIONE IN SCHOPENHAUER****Arthur Schopenhauer, *Il mondo come volontà e rappresentazione***

Ogni volere scaturisce da bisogno, ossia da mancanza, ossia da sofferenza. A questa dà fine l'appagamento; tuttavia per un desiderio, che venga appagato, ne rimangono almeno dieci insoddisfatti; inoltre, la brama dura a lungo, le esigenze vanno all'infinito, l'appagamento è breve e misurato con mano avara. Anzi, la stessa soddisfazione finale è solo apparente: il desiderio appagato dà tosto luogo a un desiderio nuovo: quello è un errore riconosciuto, questo un errore non conosciuto ancora. Nessun oggetto del volere, una volta conseguito, può dare appagamento durevole, che più non muti: bensì rassomiglia soltanto all'elemosina, la quale gettata al mendico prolunga oggi la sua vita per continuare domani il suo tormento. Quindi finché la nostra coscienza è riempita dalla nostra volontà; finché siamo abbandonati alla spinta dei desideri, col suo perenne sperare e temere; finché siamo soggetti del volere, non ci è concessa durevole felicità né riposo. Che noi andiamo in caccia o in fuga; che temiamo sventura o ci affatichiamo per la gioia, è in sostanza tutt'uno; la preoccupazione della volontà ognora esigente, sotto qualsivoglia aspetto, empie e agita perennemente la coscienza; e senza pace nessun benessere è mai possibile.

A. Schopenhauer, *Il mondo come volontà e rappresentazione*, Laterza, Roma-Bari 1979.

**3. CHI SONO GLI INSODDISFATTI?**

**Roberto Albanesi si occupa dal 1987 di *Well-being*, la scienza che si propone di migliorare la qualità della vita sul piano psicofisico avendo come obiettivo la felicità. Per raggiungere uno stato di equilibrio e benessere occorre lavorare su psiche e corpo, coniugando una corretta visione della vita, una sana alimentazione e una continua attività fisica. Secondo la logica del *Well-being* possono essere definiti insoddisfatti i soggetti che non riescono a vivere pienamente i propri successi (veri o presunti che siano). La loro insoddisfazione non è una logica valutazione del bilancio esistenziale, bensì una forma mentale.**

**L'insoddisfatto, qualunque sia il punto in cui arriva, non sa appagarsene.**

L'insoddisfatto è tale perché si pone obiettivi a prescindere dalla loro fattibilità. È schiavo cioè di come vorrebbe essere o di come gli altri vorrebbero (o di come pensa che gli altri vorrebbero) che lui fosse.

Non necessariamente è schiavo della perfezione, anche se una buona parte di insoddisfatti è potenzialmente perfezionista. Per lui non vale la massima di P. Ariès secondo la quale «il culto della perfezione porta sempre a preferire l'inganno all'autenticità» perché difficilmente bara con se stesso o con gli altri per “apparire” perfetto. Si limita semplicemente a porsi traguardi per lui impossibili.

Sostanzialmente la sua personalità è l'opposto di quella espressa nel noto proverbio «chi si accontenta gode».

Di fronte al bicchiere riempito a metà, vede sempre e soltanto la parte mezza vuota. Se ciò può essere motivante sul lavoro o nelle sue attività, può diventare penalizzante nelle relazioni sociali: sempre insoddisfatto di chi gli sta di fronte, è incapace di coinvolgersi pienamente.

La sua gestione degli obiettivi è spesso pessima, poiché non capisce che, se è corretto che un obiettivo sia motivante (cioè che ci sia una probabilità di insuccesso non nulla), esso deve essere anche realistico (cioè deve avere comunque una possibilità di successo non trascurabile)!

Negli insoddisfatti più intelligenti si ha una sensibilità al realismo dell'obiettivo, ma viene mascherata dal porsi sempre uno un po' "più in là", finendo poco a poco comunque nell'impossibile.

### **La qualità della vita**

Come si vedrà dalle tipologie, la qualità della vita è molto variabile, a seconda di come l'insoddisfazione si sia cronicizzata. Non a caso, è possibile che un insoddisfatto, durante la sua vita, passi da una tipologia all'altra, quasi una naturale evoluzione. Le condizioni facilitanti non lo sono più di tanto, nulla potendo con le reali motivazioni dell'insoddisfazione.

### **Il fallito**

Ha una bassa autostima e una situazione oggettivamente difficile; senza la forza di rialzarsi, la sua esistenza naviga lontano mille miglia dai suoi obiettivi. La depressione è spesso il tratto più evidente della sua personalità. Può essere un'evoluzione di una personalità romantica (i sogni sono falliti, ma erano sogni impossibili...); un tratto caratteristico è che ha smesso di lottare, ha annunciato a se stesso e al mondo la propria "sconfitta".

### **Il disilluso**

Ha in genere un'autostima normale, non si ritiene un fallito, ma piuttosto ritiene il fallimento generalizzato in gran parte della popolazione (ciò lo salva dalla depressione). Questa convinzione gli impedisce di usare risorse e piani per migliorare la propria qualità della vita che spesso è solo sufficiente.

### **Il perfezionista**

Mira sempre alla perfezione, arrivando nei casi estremi a posizioni maniacali. È convinto che sia possibile arrivare al top e questa convinzione lo pone quasi agli antipodi rispetto al fallito o al disilluso. Inflessibile con gli altri e con se stesso, ha anche momenti di gratificazione quando raggiunge successi parziali, prima di cadere vittima di nuovi traguardi, sempre più impossibili. Le vittorie parziali gli consentono comunque ampi "periodi di remissione" dalla sua "malattia" e di fatto non è raro che il perfezionista riesca ad avere una qualità della vita buona, almeno apparentemente.

### **Il risentito**

Ha una forte autostima, ma una situazione oggettivamente normale o scadente: accusa il mondo di limitarlo e sono sentimenti ricorrenti l'invidia per chi lo supera o il disprezzo per la mediocrità altrui. A differenza di ciò che accade nel perfezionista, il successo non dipende da lui, ma dal mondo esterno.

Una variante è costituita dall'insoddisfatto (arrabbiato) sociale, per il quale nulla va bene, tutto è sbagliato e tutto è da rifare («piove, governo ladro!»). Può arrivare a posizioni estremistiche (se è presente anche una personalità violenta) o semplicemente esprimere il suo profondo dissenso in movimenti alternativi; politicamente si configura come "arrabbiato" non tanto per le idee, quanto

perché, a differenza di altre persone che pure hanno i suoi stessi convincimenti, è incapace di analizzare i problemi sociali in modo distaccato, senza una forte carica emotiva. A seconda del substrato sociale, non è esagerato pensare che perlomeno un 5% della popolazione sia *socialmente arrabbiato*, privo di realismo politico, capace solo di confrontarsi con la perfezione, senza comprendere che concretamente è più positivo verificare (ed essere soddisfatti) che oggi si sta meglio di ieri e lavorare con tranquillità in modo che domani si stia meglio di oggi.

<http://www.albanesi.it>

#### 4. L'INSODDISFAZIONE COME SPINTA AL MIGLIORAMENTO

**Livio Sgarbi si occupa da più di vent'anni di coaching e formazione sullo sviluppo personale. A suo parere nella vita una buona dose di insoddisfazione ci vuole**

Oggi mentre ero in palestra ad allenarmi non sono riuscito a fare a meno di ascoltare una conversazione tra due persone vicine a me. Discutevano di come **molte persone non si accontentino di ciò che sono e di ciò che hanno**. Vogliono di più; sempre di più.

Ascoltando, ho iniziato a ragionare sullo stesso argomento cercando di comprendere “**il Livio Pensiero**” a riguardo.

Il mio stesso lavoro di *coaching* spesso si traduce nell'insegnare alla gente ad apprezzare di più se stessi e ciò che la vita riserva loro quotidianamente. Più si è in grado di fare ciò e maggiore è il livello di felicità.

Sai cosa penso? Penso che l'infelicità si misuri attraverso la differenza tra ciò che noi siamo e ciò che vorremmo essere; tra ciò che noi abbiamo e ciò che vorremmo avere. Tanto maggiore è il “*gap*” quanto più grande è il livello di insoddisfazione, e colmare il *gap* significa rendersi felici. Lo penso davvero.

Tuttavia, **penso che l'insoddisfazione faccia parte della natura umana** e che sia assolutamente funzionale. Una buona dose di insoddisfazione nella vita ci vuole.

Ragionavo sul fatto che se così non fosse stato nella storia dell'umanità, oggi forse non potrei stare qui a scrivere sulla tastiera di un computer; se qualcuno un giorno non si fosse stufato della fioca luce di una candela oggi forse non esisterebbe l'illuminazione elettrica. La storia dell'umanità è stata scritta, nel bene e nel male, da persone che non erano soddisfatte della realtà che li circondava e hanno cercato di cambiarla.

**L'insoddisfazione rende l'essere umano attento, curioso e ambizioso. Ci motiva a cercare nuove strade e a creare nuove realtà.**

È cosa buona cercare la propria felicità, ma contestualmente bisogna accettare il fatto che l'insoddisfazione e l'infelicità, in giuste dosi, faranno sempre parte della nostra vita... fortunatamente!

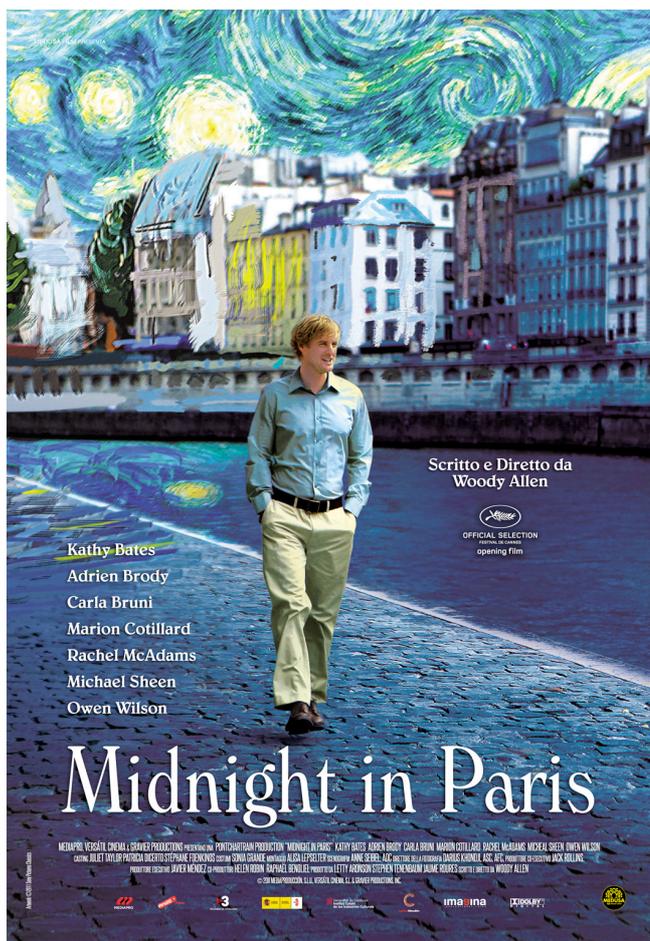
<http://www.liviosgarbi.com>

## 5. QUALCHE AFORISMA...

1. Nulla è più pericoloso e mortale per l'anima che occuparsi continuamente di sé e della propria condizione, della propria solitaria insoddisfazione e debolezza. (Hermann Hesse)
2. La noia, l'insoddisfazione, è la molla prima di qualunque scoperta, piccola o grande. (Cesare Pavese)
3. Il comparare è la fine della felicità e l'inizio dell'insoddisfazione. (Søren Kierkegaard)
4. Siamo venuti in questo mondo non per noi stessi, ma per fare del bene agli altri. Siamo venuti qui per dare, non per ricevere. Due strade si aprono dinnanzi ad ognuno: servire se stesso o servire il prossimo. Scegliere quale sarà la tua autentica ispirazione di vita. La scelta di se stesso è più comoda, il servizio al prossimo esige un sacrificio. Ma, se ci si riflette, il servizio di se stesso significa diventare schiavi della propria ambizione e da ciò nasce invidia e insoddisfazione. Mentre nel servizio del prossimo si è liberi, non si lavora per una ricompensa, né in competizione con gli altri. Si è liberi di esprimere il proprio amore: e la cosa curiosa dell'amore è che più se ne dà, più copiosamente esso ci viene restituito! Buona strada nel servizio! (Baden Powell)
5. I sentimenti più dolorosi e le emozioni più pungenti sono quelli assurdi:  
l'ansia di cose impossibili, proprio perché sono impossibili,  
la nostalgia di ciò che non c'è mai stato,  
il desiderio di ciò che potrebbe essere stato,  
la pena di non essere un altro,  
l'insoddisfazione per l'esistenza del mondo. (Fernando Pessoa)

## ► FILM

## 6. SCHEDA FILM

*MIDNIGHT IN PARIS* DI WOODY ALLEN

**Titolo originale:** *Midnight in Paris*

**Paese:** Francia, USA

**Anno:** 2011

**Genere:** commedia

**Regia, soggetto e sceneggiatura:** Woody Allen

**Interpreti e personaggi principali:**

- Owen Wilson: Gil
- Rachel McAdams: Inez
- Kathy Bates: Gertrude Stein
- Adrien Brody: Salvador Dalí
- Marion Cotillard: Adriana
- Michael Sheen: Paul
- Gad Elmaleh: detective Tisserant
- Kurt Fuller: John
- Tom Hiddleston: Francis Scott Fitzgerald
- Alison Pill: Zelda Fitzgerald
- Carla Bruni: guida del museo
- Yves Heck: Cole Porter
- Mimi Kennedy: Wendy
- Léa Seydoux: Gabrielle
- Daniel Lundh: Juan Belmonte
- Adrien de Van: Luis Buñuel
- Marcial Di Fonzo Bo: Pablo Picasso
- Corey Stoll: Ernest Hemingway

**Maria Luisa Bellucci:** *Woody Allen e la sfida all'insoddisfazione della vita*

È tornato sul grande schermo Woody Allen. Come autore, come regista e con un personaggio che ne interpreta il pensiero, se non addirittura uno scampolo di vita. Lo fa con un film che abbandona il distacco ironico del film *Incontrerai l'uomo dei tuoi sogni* per lasciarsi scivolare sull'onda del sentimento. Che travolge, anche se non troppo, tutti coloro che nutrono una certa sensibilità verso il *mare magnum* dell'insoddisfazione. Sì, perché seppur vario nel suo fare cinema, Woody Allen resta ancorato a uno sguardo critico verso il fastidio percepito nei confronti di una vita non totalmente appagante. Ci riesce con diverse intensità. Qui, in *Midnight in Paris*, affidandosi all'astratta e sognante ambizione di un uomo mai arrabbiato o brutalmente frustrato, ma leggero e dolce nel suo

voler essere altrove.

Questa è l'avventura di Gil (Owen Wilson). Uno sceneggiatore hollywoodiano di successo e corteggiato dai più che convive con il desiderio di diventare un grande romanziere. Perché per lui, uomo di cultura letteraria e non, scrivere un romanzo è impresa ben più ardua e nobile del comporre una sceneggiatura, meccanica nel suo schema. È uomo di sentimento, Gil. Che, in viaggio a Parigi con la futura moglie Inez (Rachel McAdams), si lascia travolgere e sconvolgere dai ricordi di una città da lui abbandonata, a suo tempo. Quando le circostanze della vita aiutavano scelte più facili. Per denaro, comodità e, più di tutto, paura.

Insoddisfazione, si diceva. Che Gil/Woody vive su un doppio binario, affrontandola con uguale stupore e amore e raggiungendo due mete differenti nel sapore, ma ugualmente appaganti. Da una parte la malinconica nostalgia verso un'epoca che non c'è più e alla quale si sente di appartenere. Per cuore e intelletto, per umano sentire e opportunità. Un'epoca che si conosce, si ama e si desidera attraverso le testimonianze artistiche che ne rivelano l'anima. La *Golden Age*. Che per Gil è nascosta nelle pieghe degli anni venti, ma per Adriana (Marion Cotillard), la donna di cui si innamora Gil nei suoi sognanti viaggi nel tempo, si trova nella *Belle Époque* che fece di Parigi una perla di rara bellezza. Come a dirci, Woody, che questo senso di insoddisfazione verso l'epoca in cui viviamo è atavica e coinvolge ogni generazione.

C'è rimedio? No. Bisogna solo imparare a gestire il vuoto tra il desiderio di ciò che si ama, ma che non si può avere, e la reale circostanza in cui si vive. E riempire questo vuoto con quanto ne restituisce l'essenza. L'insoddisfazione di Gil, però, non resta ancorata al ricordo di un'età che non c'è più. Affonda la sua lama anche nella vita personale dello scrittore, creando un dolore nei confronti della quotidianità che, ne siamo certi, coinvolge un po' tutti noi. C'è la vita reale, quella che si scandisce minuto dopo minuto e che racconta ai più tutto quello che si è, in rapporto alle persone di cui ci si circonda e ai luoghi in cui si sceglie di vivere. Ma la vita, in fondo, non è una definizione convenzionale.

Per molti, tutti coloro che si cullano delle comodità esistenziali, lo è. Per altri, come Gil, a un certo punto il cuore pulsante della propria vera natura inizia a battere forte, fino a irrompere nell'anima e nella mente di chi deve, da quel momento in poi, fare i conti con ciò che è e ciò che vorrebbe essere. È questo il problema. La strada che si divarica tra la vita che si sta vivendo – in qualche modo – e quella di cui si vorrebbe essere protagonisti. Che risponda ai propri sogni, ai propri desideri espressi, ma repressi. A causa, questo, delle circostanze. Perché una serie di situazioni, più o meno convenzionalmente riconosciute, rendono difficile il distacco.

Se, dunque, nei confronti della *Golden Age* perduta, il sentimento si piega al sapore di una malinconica nostalgia, in questo secondo caso l'insoddisfazione diventa frustrazione accettata. Fino a quando tutto esplose. Perché se non si può tornare indietro nel tempo, si può scegliere di vivere una vita diversa. La propria vita, quella che meglio si adatta ai propri sogni. E anche l'amore, secondo Woody Allen, risponde a questa regola. Si può decidere con chi dividere le proprie giornate. Chi deve essere questa persona? Qualcuno con cui si condividono le grandi o le piccole cose della vita? Qualcuno con cui l'intesa prescinde da qualsiasi convenzione perché affonda le radici in un inspiegabile senso di appartenenza? O qualcuno che si è incontrato nel proprio cammino e che realizza, rispetto a noi, un incastro che non è perfetto, ma soddisfacente, in qualche modo.

Ripiegato ancora una volta verso l'incapacità di godere di ciò che si ha (e perché si dovrebbe, se non è ciò che si vuole?), Woody Allen regala una storia certamente malinconica ma positiva. In cui il protagonista, per una volta, non lascia che sia il Fato a decidere per sé, ma raccoglie i fili della propria esistenza lasciando andare quelli troppo esili per reggere al peso del tempo che passa. E alla vera felicità. Con un finale che non è scontato, se lo si attribuisce a Woody Allen, ma un po' banale,

retorico e smielatamente romantico nel contesto drammaturgico. Ma siamo a Parigi, verso cui il regista lancia una vera e propria dichiarazione d'amore. Che lo rende, a dire il vero, un po' lezioso e intriso di autocompiacimento intellettuale nel continuo citazionismo di autori del passato, siano grandi scrittori, importanti personaggi storici o artisti.

In questo Woody Allen non perde terreno rispetto alla sua abitudine di essere talvolta troppo autoreferenziale e autocompiaciuto. E ce lo racconta anche quella Parigi barocca, *bohémien* e nascosta che si oppone al luccichio di una città ricca e *glamour*. In quelle mezzanotti che ti raccolgono su una carrozza e ti portano via, lontano da dove sei e là, dove vorresti essere. Ma non bisognerebbe aspettare la mezzanotte per trasformare i propri sogni in realtà.

[www.ilsussidiario.net](http://www.ilsussidiario.net)