

TUTTI I TRUCCHI PER ESSERE SCONTENTI

Un libro dal titolo spiazzante, *Infelici e contenti*. Sull'arte di rovinarsi la vita, e un autore misterioso, Nerosfina, che vuole rimanere nell'ombra. Da leggere per chiedersi quanto l'insoddisfazione sia una tentazione

Testo di **Paolo Pegoraro** Foto di **Stefano Dal Pozzolo/Contrasto**

Chi si cela dietro a Nerosfina? Un *nom-de-plume* che evoca alla memoria Farfarello, Berlicche, Codamoza e altre legioni infernali. Ma più elegante. Leggendo il pamphlet *Infelici e contenti. Sull'arte di rovinarsi la vita* (Castelvecchi, pp. 70, € 9) sorge il dubbio: se non è il diavolo in persona, Nerosfina è uno che ne sa più di lui. Perché svela i trucchi più subdoli dell'infelicità, molti dei quali mettiamo in pratica senza rendercene conto. Per sciogliere il dilemma, *Credere* è riuscita a incontrare il suo misterioso autore.

Caro Nerosfina, il tuo libello è

la cosa più sulfurea che mi sia capitato di leggere di recente...

«Adulatore...».

No, è che concordo con la tua premessa. Le persone hanno il terrore di ammettere che sono felici. Quasi se ne vergognano.

«Non so, gente propriamente felice mi pare non ce ne sia, per fortuna. Del resto molti hanno difficoltà anche a essere davvero infelici. Direi che il problema è la mediocrità».

La mediocrità? Pensavo servisse a diventare infelici!

«Per diventare davvero infelici non basta la mediocrità. Le cose bisogna farle bene... L'infelicità è un'arte

Luci e tenebre del cuore



Sacerdote e scrittore

L'autore del libro *Infelici e contenti* è un sacerdote italiano (nella foto), che firma con lo pseudonimo Nerosfina. Il servizio fotografico di queste pagine è fatto in controluce proprio perché l'autore vuole rimanere in incognito.

e richiede applicazione. E io voglio salvare gli aspiranti infelici dal loro diletantismo».

Scusa, ma come si può essere «infelici e contenti»? Forse «soddisfatti di essere infelici»? Certo, nella vita abbiamo bisogno di sicurezze...

«Sì, è la soddisfazione di chi è giunto alla meta, perché la ricerca dell'infelicità è scritta dentro di noi. Tutti facciamo maldestri tentativi per raggiungerla, ma solo pochi giungono al traguardo. Quelli sono infelici e contenti».

Vorrei contraddirti quando dici che la ricerca dell'infelicità ci è connaturale, però devo ammettere che è più facile lamentarsi che ringraziare. Non sarà quello che i teologi chiamano «peccato originale»?

«La mia idea si basa sull'evidenza dei fatti. Quello che in termini cristiani si chiama "peccato originale" si manifesta proprio come una tendenza a rovinarsi la vita. Chesterton diceva che il peccato originale, più che un dogma di fede, è un'evidenza».

Chesterton diceva pure che siamo ancora nell'Eden, sono solo i nostri occhi a essere cambiati.

«Ma Chesterton, si sa, era inguaribilmente ottimista... E se ne vantava pure! Io sono più realista».

Capisco. «Meno felicità, più benessere!».

[Ride] «Sì, sono stipendiato da un produttore di antidepressivi».

Veniamo un po' ai tuoi consigli. «Disordine» è la parola chiave dell'infelicità. Disordine dei pensieri, disordine dei desideri, disordine degli atti.

«L'infelicità vive di disordine, che si manifesta come un'oscillazione tra due estremi... L'infelicità è un po' bipolare. Quanto alle abitudini consiglio, per esempio, o una sregolatezza autodistruttiva o un ordine maniacale e mortifero. L'importante è collocarsi in uno dei due estremi. Anche per i pensieri funziona così».

Tra tutti i disordini, però, scrivi che «non c'è disordine più bello di quello creato dal fatto di non scegliere».

Riflettere sulla propria vita



«L'INFELICITÀ VIVE DI DISORDINE, CHE SI MANIFESTA COME UN'OSCILLAZIONE TRA DUE ESTREMI»

Chiamati alla gioia o all'infelicità?

Nel testo l'autore Nerosfina conduce il lettore in un viaggio attraverso felicità e infelicità, analizzando quali sono le abitudini e i meccanismi che fanno propendere per l'una o l'altra. Sopra: Nerosfina durante l'intervista.



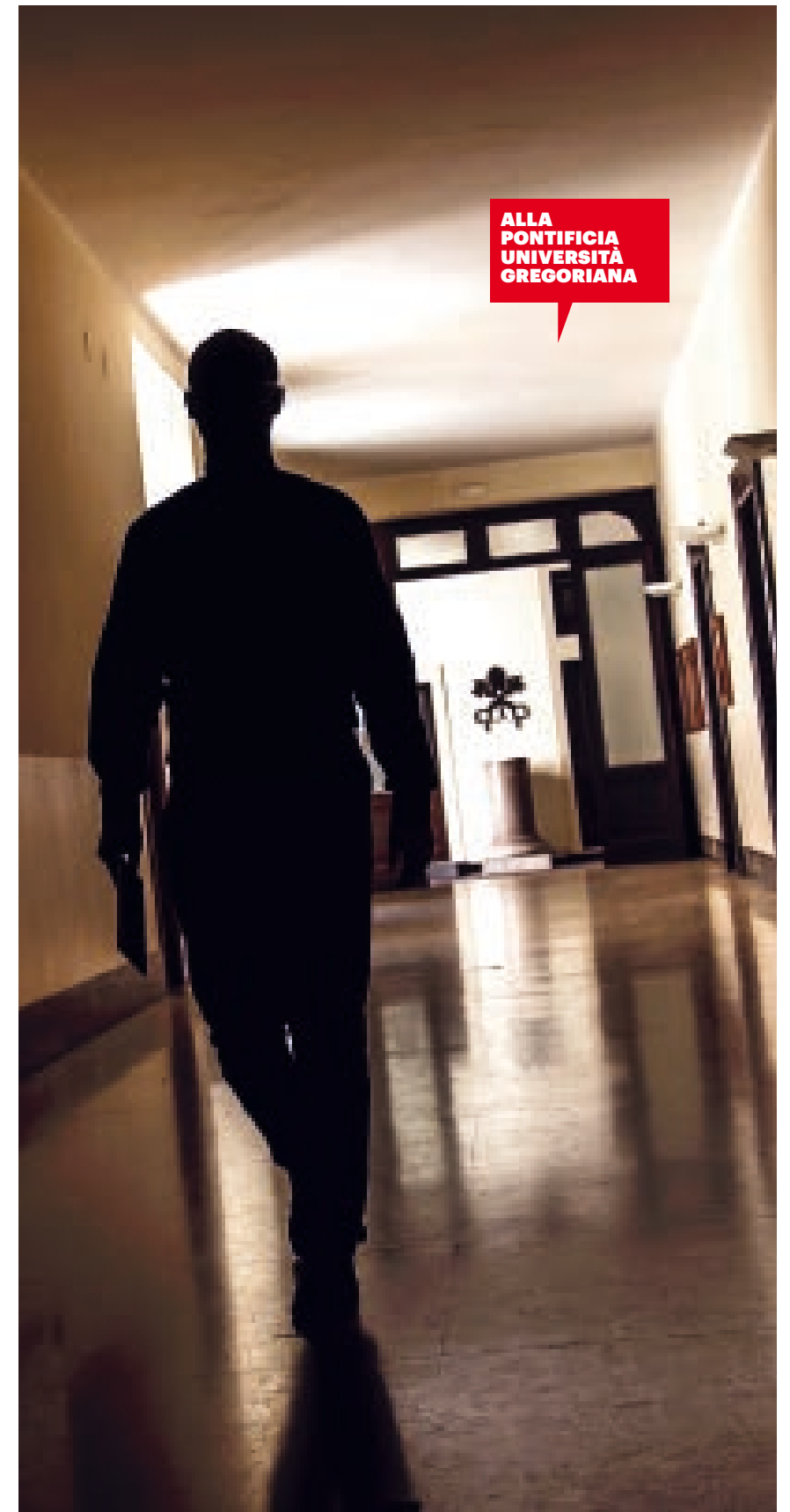
IL LIBRO

«Secondo me è un capolavoro di confusione. Quando uno non vuole perdere nulla, non vuole tagliare nulla... è come dire sempre "sì" senza mai un "no". E allora il "sì" perde di valore. È un meccanismo infelice, perché rinnega la nostra naturale limitatezza e quindi ci getta nell'ansia e nell'insoddisfazione permanente».

Insomma, proprio il contrario di quel "discernimento" che il Papa continua a nominare.

«Eh sì, il discernimento è il principale nemico dell'infelicità, perché crea una gerarchia, un sistema di valutazione dei fatti e delle scelte, in cui c'è quello che è importante e quello che non lo è. Per questo raccomando sempre, a chi vuole essere infelice, di rifiutare il principio gerarchico ed essere più "democratico". Se uno comincia a fare discernimento sui propri pensieri, rischia di andare dritto dritto verso la felicità».

ALLA PONTIFICIA UNIVERSITÀ GREGORIANA





«QUANDO UNO NON VUOLE PERDERE NULLA, DICE SEMPRE "SÌ". MA RINNEGARE LA NOSTRA NATURALE LIMITATEZZA CI GETTA NELL'ANSIA E NELL'INSODDISFAZIONE PERMANENTE»

Allora chi ha una gerarchia dei valori o segue una fede religiosa è impermeabile all'infelicità?

«No, per fortuna si può rimediare. Per esempio adottando una gerarchia opportunamente indirizzata all'infelicità. Ci sono alcuni pensieri e stati d'animo che generano infelicità in noi. Chi non sa discernere li avrà, mischiati però con altri pensieri di tutt'altro genere. Chi sa discernere, invece, se vuole essere infelice può riconoscerli e dar loro ampio spazio».

Dimmi la verità... Conosci preti infelici?

«Beh, io altrimenti non avrei potuto scrivere il manuale. Certo, come disse un tale, non penso di essere giunto alla meta. Comunque il fatto di vestirsi sempre di nero rende un po' infelici. Soprattutto d'estate».

Aspetta, aspetta, fammi capire... Sei un sacerdote e insegni a essere infelici?

«Inseguo alla gente a sfruttare appieno le proprie potenzialità. Del resto la maggior parte delle cose che so sull'infelicità le ho imparate dalla gente che viene a parlare con me. Ho conosciuto una serie di campioni dell'autosabotaggio».

Sai, faccio un po' di fatica a crederci... e mi sorge un dubbio... non sarà che, in fondo in fondo, Nerosfina sia una persona davvero felice?

«Chissà... magari Nerosfina è uno che è stato infelice, finché Qualcuno non gli ha insegnato come uscire dall'infelicità!».

Il libro Manuale dell'infelicità

***** *Infelici e contenti. Sull'arte di rovinarsi la vita* insegna a diventare infelici in dodici lezioni. Il libro è edito da Castelvevchi. Per saperne di più: www.nerosfina.it.

