



ISSN: 2038-3282

Pubblicato il: luglio 2023

©Tutti i diritti riservati. Tutti gli articoli possono essere riprodotti con l'unica condizione di mettere in evidenza che il testo riprodotto è tratto da www.qtimes.it

Registrazione Tribunale di Frosinone N. 564/09 VG

Healing words. Happiness, inter-esse, gratitude and trust in education

Parole che curano. Felicità, inter-esse, gratitudine e fiducia in educazione

di

Agnese Rosati

agnese.rosati@unipg.it

Università di Perugia

Andrea Mennella¹

mennella.andrea@scuolesanfilippo.net

Abstract:

Some recent documents on happiness and well-being among citizens are the starting point for a reflection on the inter-human relationships; these are explored in this contribution in order to draw attention to some words, to give shape and content to a "language of care". Indeed, it is precisely in this direction that education can promote mutual interest, gratitude and trust, thus characterizing people's educational experiences. Rethinking relationships in these terms can help make communities more supportive and participatory, carriers of human and socio-cultural change.

¹ Gli autori hanno condiviso la struttura del contributo, tuttavia, per ragioni di responsabilità scientifica, sono da attribuire ad Agnese Rosati i paragrafi: 1, 3, 5, 6, 7; Andrea Mennella ha scritto i paragrafi: 2, 4.

©Anicia Editore

QTimes – webmagazine

Anno XV - n. 3, 2023

www.qtimes.it

doi: 10.14668/QTimes_15303

Keywords: Inter-human relationships, inter-esse, happiness, gratitude, trust.

Abstract:

Alcuni recenti documenti sulla felicità e il benessere fra i cittadini, costituiscono lo spunto per una riflessione sulle relazioni interumane esplorate in questo contributo allo scopo di richiamare l'attenzione su alcune parole, per dare forma e contenuto ad un "linguaggio di cura". È proprio in questa direzione, difatti, che l'educazione può farsi promotrice di inter-esse reciproco, gratitudine e fiducia, per caratterizzare in tal modo le esperienze formative delle persone. Ripensare in questi termini le relazioni può contribuire a rendere le comunità più solidali e partecipative, per un cambiamento umano e socio-culturale.

Parole chiave: Relazioni interumane, inter-esse, felicità, gratitudine, fiducia.

1. Introduzione

La lettura del Report World Happiness (Helliwell, Layard, Sachs, Aknin, De Neve & Wang, 2023), rappresenta lo spunto per una riflessione pedagogica che si estende alle relazioni interpersonali, in una correlazione fra benessere e felicità evidenziata anche da numerosi studi (Bruni & Zamagni, 2016; Castel, 2015; Pena-López et al., 2017). Un elemento comune che emerge in queste ricerche riguarda uno stato generale e alquanto diffuso di crisi che permea le società contemporanee e che contamina il vissuto e la quotidianità delle persone e delle comunità ed incide sullo stato generale di benessere dei cittadini (Helliwell et al., 2023; Bellet, 2006; Sen, 2015). La crisi, per intenderci, non riguarda il solo ambito politico o economico, ma si manifesta, piuttosto, come una condizione culturale che caratterizza ogni esperienza e momento della vita umana e si riflette in diversi aspetti dell'esistenza: intimità, naturalità, socialità e cultura. A rimarcare la multisettorialità e la multidimensionalità della crisi concorrono fattori sociali (disuguaglianze di genere e di opportunità), economici (povertà materiale) e politici (precarietà diffusa, instabilità), ma anche elementi culturali che rinviano, ad esempio, alle categorie spazio-temporali, alla percezione soggettiva e collettiva dei fenomeni e degli eventi che assumono molto spesso una risonanza planetaria: l'emergenza sanitaria, la crisi energetica globale, l'inflazione e la guerra russo-ucraina a cui fa riferimento anche il Report. È per questa ragione che in uno studio teorico sulla felicità deve essere privilegiato un approccio interdisciplinare – qual è quello che lo stesso WHR presenta-, un approccio in grado di esaminare fattori economici, decisioni politiche, elementi psicologici e collettivi. A questi, inoltre, devono essere associati ulteriori aspetti culturali che tengono conto anche del livello di istruzione, dello stile di vita e delle abitudini degli individui.

Obiettivo dell'indagine di cui il Report dà conto, è stato quello di chiarire in tempi diversi (uscita annuale dei report) il significato della felicità: una tematica di interesse secolare per gli uomini che ha le sue origini nel pensiero di Socrate e di Aristotele, i quali correlano la felicità alla conoscenza e alla virtù razionale (lógos).

Oggi interrogarsi sulla felicità vuol dire anche chiedersi quanto incida su di essa il benessere economico, l'agiatezza e la ricchezza derivati dal possesso di beni materiali e dalla percezione di un reddito elevato. Ma non solo: ci sono altri fattori che influiscono sulla condizione di felicità o infelicità

©Anicia Editore

QTimes – webmagazine

Anno XV - n. 3, 2023

www.qtimes.it

doi: 10.14668/QTimes_15303

delle persone. Un elemento interessante che emerge nella definizione della felicità, che potremmo considerare retaggio del pensiero classico e della concezione umanistica dell'uomo, è il “saper fare bene” e vivere nella “giusta misura”. La giusta misura di cui hanno parlato i filosofi dell'Antichità, si richiama alla dimensione sociale, poiché riguarda l'agire degli individui nella comunità, luogo in cui per Socrate l'uomo realizza la propria natura. Il *saper fare bene* un'azione o un compito, ieri come oggi costituisce per le persone un elemento di gratificazione capace di procurare felicità (Ferraris, 2012). Oltre a questo aspetto, non secondario se pensiamo al mondo professionale e al tempo libero dedicato alla coltivazione di hobbies e altri interessi, la felicità sembra essere condizionata anche dalla qualità del contesto privato e collettivo (Ferraris, 2012; Legrenzi, 1998; Watzlawich, 1983), con ripercussioni sulla vita quotidiana delle persone e sul loro stato di benessere, inteso come condizione dinamica e multidimensionale. Un discorso sulla felicità, inoltre, non è privo di implicazioni etiche e valoriali, a maggiore ragione se il benessere e la felicità sono da considerare non tanto un bene o un diritto esclusivo di pochi quanto invece una condizione migliore per tutti, uno stato ideale da perseguire anche attraverso una politica di welfare capace di prestare attenzione alla salute e alla vita degli individui. Le scelte e le politiche sociali interessate al benessere e alla felicità dei cittadini dovranno consentire, infatti, la valorizzazione delle risorse umane, il miglioramento delle condizioni economiche e socio-culturali delle persone (livello di istruzione, riconoscimento dei diritti al lavoro, al benessere, alla salute, partecipazione attiva alla vita della comunità). Le ricerche più recenti sulla felicità sono state infatti estese anche ai luoghi di lavoro, agli spazi urbani e all'ambiente naturale che persone e società condividono.

Il Report, dunque, offre molteplici piani di lettura (e proprio per questo possiamo parlare di approccio interdisciplinare che coinvolge scienze e ambiti di studio, prospettive e criteri di misurazione) e invita a considerazioni che comprendono la dimensione privata e pubblica, il bene individuale e il bene sociale, il diritto allo studio e al lavoro. Vi è la convinzione, difatti, che siano queste le premesse per una appropriata promozione personale degli individui (capitale umano), una valorizzazione che passa anche attraverso il riconoscimento dell'essere parte attiva e partecipe alla comunità: «l'uomo non chiede solo che i suoi diritti vengano rispettati: ha bisogno di un inserimento positivo, desidera essere stimato, amato, e poter dare un senso alla propria vita» (Bellet, 2006, p.17).

Le relazioni, nella loro radice originaria, sono libere dalle dinamiche dello scambio funzionale (materiale), si fondano su cuore e cervello, intesi primariamente come sfera emotiva e dimensione logica (mentale e intellettuale) del cambiamento culturale. Riteniamo sia questo il presupposto per un effettivo mutamento di prospettiva che guarda con sensibilità e intelligenza alla bellezza e alla delicatezza delle relazioni: queste sono spesso offuscate dallo spirito di competizione, da antagonismo e rivalità che rendono gli spazi condivisi (aula scolastica, sede di lavoro, assemblee cittadine, ecc.) luoghi di conflitto e contesti di dinamiche problematiche per gli effetti prodotti sulle persone e, appunto, e sulle relazioni. Fare spazio alla fragilità e considerarla invece come una condizione “naturale” nelle età e nelle fasi, in quanto “essenza della vita” (Benasayag, 2022; Borgna, 2014), significa promuovere nuovi sguardi sulle relazioni e sull'umano, nel desiderio di superare una crisi che ha la sua ragione nella perdita di significato proprio dell'umano. Promuovere nuove prospettive di lettura dell'umano e della relazione,

per accogliere l'inatteso e l'inedito, richiede anche il recupero di alcune parole all'origine di quello che possiamo definire un "linguaggio della cura"² per il tempo presente di cui si intende dare conto in questo articolo: le considerazioni qui proposte se, da una parte, prendono forma dagli interrogativi che il Report sulla felicità presenta, d'altra parte spingono ad ulteriori esiti e prospettive di sviluppo che orientano la riflessione sull'intera vita e, soprattutto, sul modo di vivere le esperienze di scambio e condivisione fra le persone. Questi elementi, sembrano inoltre evidenziare quanto gli uomini sperimentano e provano nella quotidianità: esperienze, che se vissute con maggiore consapevolezza, possono procurare gratificazione, benessere e felicità per se stessi e per gli altri (Ferraris, 2012; Legrenzi, 1998). Contestualizzare le relazioni e i rapporti interumani in una dimensione di cura, d'altra parte, «produce effetti analoghi a quelli della cura medesima in termini di coinvolgimento emotivo, favorisce il processo di autoregolazione esistenziale perché fa emergere l'orientamento profondo della personalità, è alla base di comunicazioni autentiche, non convenzionali e di comodo, con il mondo» (Contini, Fabbri & Manuzzi, 2006, p.181). Nella struttura del contributo, che si apre con un'analisi del WHR 2023, sono proposti alcuni nodi tematici³ che consentono di rileggere le relazioni umane, al fine di valorizzarne approcci spesso trascurati che, però, possono aiutarci a riconoscere sentimenti, attese, bisogni e pensieri, per crescere come persone e membri della comunità (Cotena, 2021; Rizzolatti, Fogassi & Gallese, 2002). È proprio in quest'ottica che l'uomo può fare esperienza di felicità con una considerazione complessiva della vita in cui benessere e felicità coincidono. Potremmo legittimamente chiederci: che senso ha misurare la felicità? Certamente, individuare quali sono gli aspetti che rendono possibili le forme di felicità, può aiutare le persone a superare gli ostacoli che si frappongono tra noi e lei (Ferraris, 2012, p.14). Queste forme di felicità si manifestano nelle relazioni di cura, intese come donazione di tempo, sensibilità, premura, attenzione, pazienza, rispetto, gesti di bontà e comprensione che se contribuiscono a migliorare la qualità delle stesse relazioni e, conseguentemente a procurare benessere, possono rendere le persone anche più felici (Rossi, 2015, p.221).

2. Il World Happiness Report 2023: una lettura della felicità e del benessere

L'analisi che il documento propone, per le ragioni di cui si è detto, si presta ad una riflessione di natura interdisciplinare suscettibile di attirare l'interesse del lettore, di illuminare le ragioni prime del nostro agire - sia esso personale, familiare, scolastico, accademico, collettivo, comunitario, globale - di rimotivarle, di ri-generarle se necessario e, soprattutto, di valorizzare la significatività, l'essenza stessa delle nostre esperienze, delle nostre scelte, delle nostre decisioni vibranti nei percorsi in cui abbiamo creduto, in quelli in cui crediamo.

L'Assemblea Generale delle Nazioni Unite ha adottato la Risoluzione 65/309 nel luglio del 2011: *Felicità: verso una definizione olistica dello sviluppo*. I paesi membri venivano invitati a misurare la

² Inteso come metalinguaggio (tonalità delle parole, emozioni, stati d'animo, sguardo, gesti, corpo, comportamenti).

³ Quelli che definiamo per ragione di sintesi "nodi tematici" (felicità, benessere, interesse, fiducia e gratitudine) sono descritte da B. Rossi "Intelligenze per una vita felice". Se queste forme di intelligenza rappresentano una modalità di risposta alle urgenze storico-sociali e alla precarietà del presente, permettono di ricostruire e delineare i traguardi dell'educazione contemporanea (Rossi, 2015, pp.13-15).

felicità del loro popolo, a utilizzare i dati raccolti per orientare le loro politiche pubbliche. Il 2 aprile del 2012, fu organizzato un primo incontro a livello delle Nazioni Unite: *Benessere e felicità: definizione di un nuovo paradigma economico*. Il segretario generale delle Nazioni Unite Ben Ki-moon e il primo ministro del Buthan, Jigmi Thinley ne coordinarono i lavori; il Buthan tutt'oggi si caratterizza infatti per avere adottato la 'felicità nazionale lorda' come il principale indicatore di sviluppo nazionale in sostituzione del 'prodotto interno lordo'. A partire da quell'anno, ben dieci *World Happiness Reports* sono stati pubblicati, con cadenza quasi annuale: 2012, 2013, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2023. Nelle pratiche diffuse, varie *scale* sono state e vengono adottate per misurare la felicità. Nel nostro caso, è la *Cantril Scale* (Scala di Cantril) il metodo utilizzato per le rilevazioni effettuate a livello mondiale dalla società di sondaggi Gallup. Agli intervistati - un campione selezionato per ogni nazione - è richiesto di pensare ad una scala in cui la migliore vita possibile ha valore 10 e la peggiore vita possibile ha valore 0; essi poi liberamente dispongono il valore che assegnano alla loro vita su questa scala. Si notino l'impiego di un criterio di misurazione soggettiva e l'approccio *bottom-up* che permettono alle persone di valutare liberamente il grado percepito del loro benessere.

L'Inter-esse delle discipline si pone necessariamente come via per leggere, interpretare, utilizzare e valorizzare nel miglior modo possibile quanto emerge ogni anno dal World Happiness Report. In effetti, oltre a predisporre una vera e propria classifica delle Nazioni più felici al mondo, i vari autori che contribuiscono alla ricerca approfondiscono ogni anno alcuni temi specifici. Il World Poll della Gallup esplora 13 aree fondamentali: 1. affari ed economia, 2. coinvolgimento dei cittadini, 3. comunicazioni e tecnologia, 4. questioni sociali, 5. istruzione e famiglie, 6. ambiente ed energia, 7. cibo e alloggio, 8. governo e politica, 9. legge e ordine, 10. salute, 11. religione ed etica, 12. benessere, 13. lavoro.

L'Assemblea Generale delle Nazioni Unite con la Risoluzione 66/281 del 12 luglio 2012 ha proclamato il 20 marzo «Giornata Internazionale della Felicità»: un giorno fatto per meditare, riflettere, riconsiderare priorità, confrontarsi, immaginare, creare altri giorni, settimane, mesi, anni, intere epoche di Felicità⁴; ma ritorniamo al Report sulla Felicità Mondiale del 2023.

Se è vero che, grazie anche a quella Risoluzione per un numero crescente di persone il successo di un Paese si giudica dal grado di felicità raggiunta dai suoi cittadini, la felicità non solo può essere misurata ma, evidentemente, può divenire una priorità per ogni governo (Helliwell et al., 2023)⁵.

⁴ Nella *Dichiarazione d'Indipendenza degli Stati Uniti d'America*, 1776 si legge: «Noi riteniamo che sono per se stesse evidenti queste verità: che tutti gli uomini sono creati eguali; che essi sono dal Creatore dotati di certi inalienabili diritti, che tra questi diritti sono la Vita, la Libertà, e il perseguimento della Felicità; che per garantire questi diritti sono istituiti tra gli uomini governi che derivano i loro giusti poteri dal consenso dei governati; che ogni qualvolta una qualsiasi forma di governo tende a negare questi fini, il popolo ha diritto di mutarla o abolirla e di istituire un nuovo governo fondato su tali principi e di organizzarne i poteri nella forma che sembri al popolo meglio atta a procurare la sua Sicurezza e la sua Felicità» (Acquarone A. et al., 1961, p. 416). Il riferimento a questo documento evidenzia l'interesse politico e socio-culturale verso la felicità, nell'ottica dei diritti umani, una questione che ripropone il Report e che conferma l'attualità e la storicità del tema.

⁵ Al campione dei cittadini intervistati sono state poste le seguenti domande, contenute nell'"Executive Summary" allegato al Report. *Qual è il consenso raggiunto sulla misurazione felicità nazionale? Che tipo di comportamento richiede agli individui e alle istituzioni? In che modo la fiducia e la benevolenza hanno salvato vite umane e sostenuto la felicità nel periodo degli ultimi tre anni e in altre crisi precedenti? Cos'è l'efficacia degli Stati stato e come incide questa sulla felicità umana? In quale modo il comportamento altruistico da parte degli individui influenza la propria felicità personale, quella di chi ne beneficia e la felicità generale della società? In quale misura i dati dei social media ci consentono di misurare i*

Nell'Agenda 'Felicità' che riguarda i prossimi dieci anni (Report, 2023), la soddisfazione e la contentezza dei popoli del mondo sarà un elemento centrale; la felicità degli esseri umani è possibile in quella che Aristotele chiamava *Eudaimonia*, una condizione in cui ognuno possa sperimentare e vivere una vita di relazioni consapevoli, pro-sociali, orientate al benessere di se stessi e degli altri, a testimonianza di una vita sana, prospera, abbondante in risorse e opportunità.

Si tratta di questioni centrali che il Report pone responsabilmente e prospetticamente all'attenzione globale e locale; un esame attento della Ricerca, avvia inoltre una lettura generativa di ulteriori indagini e progettazioni. Andiamo ora a considerare più da vicino, dall'angolazione scelta per questa lettura, la dimensione della *cura* che comprende ed onora la vita stessa. Cercheremo pertanto di analizzare e descrivere il modo in cui essa si esprime e si concretizza attraverso il linguaggio; più particolarmente vedremo come un "linguaggio della cura" possa contribuire a dare alle nostre società e alle comunità un volto più umano, realmente coinvolgente, atto a renderle luoghi di partecipazione e di solidarietà in cui l'intelligenza e il sapere pongono oramai "la vita al servizio della vita" stessa.

3. Parole di cura e benessere

Benessere e felicità si riferiscono a condizioni o stati emotivi, per essere formalmente espressi necessitano di un linguaggio dal forte valore simbolico (Gennari, 2001). Il linguaggio, infatti, richiama a contenuti, a comportamenti, a posture verso sé, gli altri e il mondo. È proprio questa la valenza del linguaggio che si intende privilegiare in queste pagine, nelle quali si vuole andare oltre il significato letterale delle parole, per indicare atteggiamenti, sensibilità, gesti, parole e sguardi (metalinguaggio). «Solo così potremo riconoscere non solo il lato nascosto di noi stessi, ma anche quello di quanti ci hanno formato e potranno ulteriormente plasmarci. Ci scopriremo, infatti, simili a una corda che intreccia i fili di molte altre vite» (Bodei, 2013, p.28). In questa direzione può essere individuato il significato della felicità che coincide con uno stato di benessere e di "apertura gratificante" alla vita e alle esperienze degli altri (Ferraris, 2012), con un percorso di cura che valorizza la dimensione cooperativa e collaborativa. Tale elemento, emergente negli studi sulla cura nei processi formativi (Boffo, 2006; Fadda, 1997; Mortari, 2006, 2007, 2015), determina anche la percezione della felicità descritta dal Report ((Helliwell et al., 2023).

La cura è fatta di sguardi, si nutre di parole: è segno di prossimità, espressione di empatia emotiva e cognitiva per essere, innanzitutto, postura di accoglienza. Accogliere, difatti, significa fare spazio a ciò che è altro e differente da noi, a ciò che può estendersi nella possibilità-di, pure nella incertezza di un risultato da conseguire. Ci sono delle parole che sono più forti e potenti delle cose e delle azioni, perché fondatrici di storia e capaci di accogliere quanto altrimenti impensato, dono di pensiero che spinge alla riflessione (Heidegger, 1978). Felicità, inter-esse, gratitudine e fiducia sono dunque parole che racchiudono messaggi, nodi di carattere etico e comportamentale con una forte ricaduta socio-pedagogica, poiché rinviano a valori che possono contribuire a rendere l'uomo "più umano" (Xodo

livelli prevalenti di felicità o sofferenza? (Report, 2023. Executive Summary, p. 2, traduzione dell'Autore).

& Flores d'Arcais, 1998). Sono il coraggio e la speranza - per la dimensione dialogica e sociale che possiedono descritta da Andreoli (2023b, p.93) - ad animare l'impegno educativo e far riguadagnare senso alle parole, altrimenti "vocaboli-zero", "di plastica", se prive di una valenza intersoggettiva (Beck, 1993). Sono proprio pazienza, determinazione, fiducia e gratitudine, ancora, a coltivare e nutrire nelle persone la capacità affrontare ostacoli e difficoltà, la loro capacità di cambiare e divenire un «protagonista dell'avventura esistenziale» (Andreoli, 2023a, p.70). Tuttavia, ciò è possibile se vi è il riconoscimento di quei legami che connotano le relazioni e che permettono di «scoprire il senso profondo di ciò che noi rappresentiamo per l'altro e l'altro per noi. [...] Serve il coraggio di togliersi di dosso tante maschere che ci portano lontano dal teatro dell'esistenza, come fossimo burattini o commedianti» (ibidem, p.89-94).

Ripartire dalle piccole cose, suggerisce lo psichiatra, può essere un modo nuovo per riscrivere la storia ed avviare una pagina di vita in cui fiducia e speranza possono costituire leve di cambiamento utili al fine di recuperare la dimensione dell'inter-esse. È questa la prospettiva che s'intende coltivare e valorizzare nel quadro di un più ampio processo di cura che impegna singoli e comunità ad attestare il senso dell'inter-esse alla base di ogni legame umano, per una umanità forse anche più felice.

4. Inter-esse come prospettiva e dimostrazione di cura. L'esempio della comunità Lakota

Il modo di vivere, percepire e riconoscere la natura e le relazioni fra gli esseri viventi proprio di alcune popolazioni aborigene, dal punto di vista antropologico e culturale costituisce un esempio di cura, una testimonianza che forse può sembrare distante dalla nostra quotidianità ma che fa dell'armonia, dell'equilibrio e del benessere un sentiero verso la felicità. La felicità, in tal caso, è associata ad un comportamento altruistico e solidale, un mettersi a disposizione degli altri che se può avvicinare uomini e generazioni per i Lakota, può contribuire, secondo il World Happiness Report ((Helliwell et al., 2023), alla felicità sociale. Del resto, affermava Søren Kierkegaard⁶, «l'esistere è per l'esistente il suo supremo interesse e l'interessamento all'esistere è la sua realtà» (Fabro, 1995, p.447). Parafrasando, sviluppando: la relazione è per la vita il suo supremo manifestarsi; il manifestarsi della relazione è una delle forme della sua bellezza.

In effetti la preposizione latina *inter* (IndoEuropeo: **h₁en-ter*) dà vita a tantissimi composti che si estendono a circa una quindicina; affinando l'analisi, Filimonov (2019) giunge alla conclusione che essi possono condensarsi a due, significativamente e dinamicamente, l'un l'altro complementari: «una linea, un confine tra due o più punti che crea una discontinuità, una disconnessione tra essi»: ad es. *intercalare* (inserire un nuovo elemento in una serie), *interfari* (in latino, interrompere un oratore); «tutto lo spazio (o il tempo) tra due punti che li connette all'interno della stessa situazione»: ad es. *interlegere* (in latino, scegliere, togliere qua e là, assottigliare). Questa particella presenta pertanto una "semantica duale" (Filimonov, 2019).

Inter-essante notare come, secondo lo studioso, il verbo latino *inter-esse*, può presentare, a seconda del contesto, sia il primo che il secondo significato: 'stare in mezzo, intervenire'; 'costituire una differenza';

⁶Espressione adottata da Søren Kierkegaard – sotto lo pseudonimo di Johannes Climacus – nella *Postilla conclusiva non scientifica* (1846) e nello scritto incompiuto *Johannes Climacus o De omnibus dubitandum est* (1843).

‘essere in compagnia di, partecipare’ (Ibidem, pp. 84-85). Proprio questa seconda accezione evidenziata dallo studioso russo, permette di porre l’attenzione non solo su una prospettiva, antica e moderna insieme, ma su ciò che costituisce lo stesso asse centrale della visione della vita, nel pianeta Terra e nel Cosmo, del popolo dei nativi americani Lakota: il *Mitakuye Oyasin*, espressione che in lingua lakota significa *tutto è collegato*.⁷ Questa profonda, primigenia consapevolezza - un vero e proprio “atto di fede” diremmo in maniera forse a noi più vicina - permea e scandisce ogni gesto, ogni momento della vita intima, familiare, comunitaria, nazionale, globale; essa indica, letteralmente, l’interrelazione, l’unità - originale, sostanziale - che lega tutto ciò che vive nei regni minerale, vegetale, elementale, animale, umano, spirituale e, ancora, lega questi Regni tra loro. Tutto è collegato, tutto è in legame di parentela: visibile e invisibile, infinitamente piccolo e incommensurabile, umano e ultra-umano, terreno e cosmico. A partire dagli anni ‘70, le comunità indigene americane hanno voluto e saputo riappropriarsi progressivamente della propria autentica identità culturale - sempre umilmente ma rigorosamente tramandata di generazione in generazione -, dei significati e dei valori inerenti alla propria visione del mondo. Un numero crescente di loro educatori si è messo al lavoro, al servizio dei più giovani (Catches, 2003); la stessa comunità dei Lakota ha saputo animare all’interno di se stessa e proiettare oltre i propri confini, un circolo sempre più ampio di condivisione, un dibattito sincero, un’azione concreta e continua per aiutare molti adolescenti e giovani nativi in difficoltà. Tabagismo, alcolismo, uso di droghe, smarrimento del senso della vita sono le aree problematiche che queste comunità e i loro leaders devono tutt’ora affrontare. Molti Lakota e ovviamente molte famiglie miste si sono prodigate per aiutare le loro giovani generazioni, rieducandole alla comprensione e alla luce del principio del *Mitakuye Oyasin*, sensibilizzandole con pazienza non soltanto ad una ma alle tante forme di parentela, di inter-relazione, di *inter-esse* che ogni bambino, giovane, adulto, anziano, essere vivente, intrattiene con la dimensione del Sacro, con *Wakan Tanka*: il Grande Mistero, il Tutto Divino di cui tutto ciò che esiste è un bellissimo aspetto, una nobile parte.

Per i popoli nativi la vita è, in effetti, un cerchio: l’atomo è un cerchio, la Madre Terra è un cerchio, la luna danza in cerchi intorno alla terra e la terra si muove in cerchio attorno al sole. La vita è un cerchio, una ruota, una ruota di medicina, come essi la definiscono: *Cangleska Wakan, Sacred Wheel Of Medicine*. Questo simbolo rivela la concezione che i Lakota hanno dell’Inter-Esse come dimostrazione di cura: una corona circolare suddivisa in quattro parti uguali, di colore rosso, giallo, bianco e nero, le quattro razze abitanti il pianeta Terra; le quattro parti sono unite al centro esatto del cerchio formando un quadrato blu; oltre al quinto colore, il blu che rappresenta il Padre Cielo, nella pratica la ruota contiene anche il verde, la Madre Terra; un settimo colore, diverso a seconda dei clan, esprime la dimensione del ‘me stesso’, la nostra interiorità. In realtà, la “Sacra Ruota di Medicina” si esprime, in quanto simbolo, a livello multidimensionale perché essa rappresenta anche le stagioni, i venti, i punti cardinali, le direzioni che ci orientano, gli elementi: fuoco, aria, acqua, terra, insegnamenti, doni e virtù primarie che provengono da ogni direzione: coraggio, forza, generosità, fedeltà. E, come ogni simbolo, *Cangleska*

⁷L’Autore ha partecipato a numerosi incontri di antropologia esperienziale con vari rappresentanti indigeni condotti in Umbria, Lazio e Piemonte tra il 2002 e il 2018.

Wakan si esprime e comunica con ognuno uomo con un linguaggio proprio. Le bambine e i bambini sono *Wakan Yeja*, cioè Esseri Sacri. Secondo la tradizione, da subito essi vengono educati all'unità di tutte le creature, di tutti gli esseri, al rispetto, alla cura di se stessi e di tutto ciò che esiste in natura. La Ruota di Medicina fornisce a bambini, giovani, adulti e anziani le chiavi per decifrare e onorare il significato della vita che il Grande Mistero ha preparato per noi; essa ci aiuta ad orientarci nelle varie direzioni nel viaggio della conoscenza, a camminare nella bellezza della creazione. Oltre alle quattro virtù fondamentali prima menzionate, attitudini e valori come il prendersi cura, la gentilezza e la gratitudine sono da tempo immemore cardini della vita personale, familiare e comunitaria dei Lakota e dei popoli aborigeni in generale.

5. Gratitudine: percorso e postura dell'io verso il mondo

L'esempio dei popoli nativi, di cui si è parlato nel precedente paragrafo, promuove nuove letture della vita, del benessere e della felicità, a favore di una "adesione totale all'esistenza" (Rossi, 2015, p.43). Tale adesione, espressione di "saggezza esistenziale", si rivela nella capacità di vivere il tempo, gli spazi e l'ambiente naturale in maniera consapevole (ibidem, p. 44). Potremmo dire che per essere felici occorre saper "pensare la vita" anche in altri modi, con un atteggiamento euristico che permetta di incrementare le competenze esistenziali (ibidem, p.43). Proprio per questo è stato riportato l'esempio dei popoli aborigeni. Vivere bene, essere felici: è qualcosa che si può anche insegnare; questa è la convinzione alla base di una "pedagogia dell'arte di vivere" che richiede, tuttavia, proposte innovative, punti di vista che permettono di pensare alla "vita buona", a testimonianza di un "saper vivere" con il quale attribuire nuovi significati all'esistenza e alla felicità umana (Rossi, 2015). In quest'ottica, la felicità si traduce concretamente in un'esperienza di vita "piena", «ispirata all'ideale della solidarietà, presieduta dal compito di essere solidali *con* questo pianeta e *in* questo pianeta [...]. Difesa dell'ambiente e difesa della vita umana sono intrecciate. In questione è la necessità di apprendere a convivere, a condividere, a essere in comunione anche in quanto componenti del pianeta Terra. C'è da tematizzare così la vita della Terra e la vita sulla Terra» (ibidem, p. 59). La felicità ha a che fare anche con la capacità umana di riconoscere, condividere e tutelare i beni del pianeta (ibidem, p.59), con la promozione di un atteggiamento di gratitudine verso gli altri, la vita e la natura di cui i Lakota, ad esempio, sono una testimonianza. Saper interpretare l'esperienza, con un senso profondo di gratitudine per quello che può essere ricevuto dagli altri e per ciò che a loro può essere dato (Sacks, 2016), richiede dunque un cambiamento importante di paradigma, una prospettiva foriera anche di felicità.

Quello della gratitudine «è un concetto complesso, dalle molte sfaccettature, non facile da precisarsi in modo univoco. È un'esperienza prettamente umana, di vitale importanza sia per il singolo che per la convivenza e che non può essere sottintesa. Bisogna imparare ad esprimerla e occorre farlo abitualmente «con parole e gesti concreti» (Meneghetti & Spólnik, 2012, p.38). Quando si parla di gratitudine, infatti, si attiva un sentimento di riconoscenza che si manifesta verso l'impegno di chi dona. Donare ed offrire all'altro diventa atto interiore spontaneo, privo di alcuna forzatura e finalità strumentale. Le persone ricevono tempo, attenzioni, cura, pensieri: è in questa direzione che possiamo scorgere il senso della gratitudine che prende forma dalla reciprocità e dalla convivenza.

Per comprendere la gratitudine occorre addentrarsi nel vissuto umano, entrare nelle storie, nelle scelte e nelle esperienze delle persone per operare su un piano sociale ed emozionale, in direzione di una crescita qualitativa delle relazioni interpersonali. Avviene un coinvolgimento ‘gratuito’ nella profondità delle relazioni alla base di un’esperienza individuale affettiva forte, nutrita da intenzioni propositive e costruttive verso se stessi, gli altri e il mondo. Per descrivere la gratitudine serve uno sforzo capace di motivare l’acquisizione di punti di vista e prospettive che superano le logiche dello scambio in termini di donatore-atto del donare-oggetto del dono- beneficiario. La gratitudine si esercita nell’incontro con l’altro e nelle pratiche di *riconoscimento*. È un esercizio di dono gratuito che genera benessere e soddisfazione, perché permette di riconoscere una caratteristica positiva del soggetto verso gli altri e il mondo. La gratitudine, come spirito e sentimento di riconoscenza, si allena e si apprende: saper dire “grazie” non è solo sinonimo di cortesia e di buona educazione, quanto un’attitudine a saper fare tesoro di quello che l’altro può offrire. Significa, in altre parole, saper vivere la relazione esponendosi a ciò che avviene all’altro, calarsi nella sua esperienza interiore, procedere con lui nella quotidianità, nei sentimenti e nell’esplorazione del mondo (Buber, 2019, p.14). In modi e tempi diversi, Seneca, Aristotele, Tommaso d’Aquino, Cartesio e Pascal hanno accostato la gratitudine al bene, alla virtù e alla giustizia, per sottolinearne la natura relazionale, un elemento che contribuisce ad attivare processi positivi personali ed interpersonali (Meneghetti& Spólnik, 2012, p. 18). Questo modo di essere nel vivo delle relazioni con gli altri uomini e sentirsi in sintonia con gli esseri viventi, guida le persone ad un sentimento di gratitudine che si estende anche a tutto il creato, per coglierne bellezza, armonia e mistero.

Una testimonianza di questo stato di ammirazione verso il Creato è il *Cantico* di San Francesco: esso unisce dedizione, ammirazione, stupore e senso di gratitudine verso quelle realtà naturali (Sole, Luna, Terra, Acqua) che un desiderio di pace e armonia permette di riconoscere e di descrivere come fratello e sorella, “abitanti” di quella “casa comune”, come nelle parole di Papa Francesco, di cui occorre avere cura perché è qui che gli uomini condividono l’esistenza e ne sono parte. Siamo terra, scrive Papa Francesco nella «Lettera Enciclica Laudato Si»: il corpo umano è fatto degli stessi elementi del pianeta, ma il comportamento irresponsabile degli individui pare avere dimenticato la comune origine, quella che avvicina e unisce in un sodalizio perenne tutti gli uomini alla natura. La gratitudine verso il Creato in San Francesco era schietta, spontanea, vivace, carica di passione ed entusiasmo, quell’amore che come un vincolo potente e vitale unisce uomini e natura. È stata la gratitudine intesa come apertura e accoglienza ai doni della vita a ‘giustificare’ il senso di fratellanza e di condivisione nell’atteggiamento di cura e rispetto per tutte le creature, unite dal linguaggio della fraternità e della bellezza della relazione con il mondo. Il problema, però, è che questo linguaggio si fa sempre più flebile, perde i suoi tratti nella indifferenza e nella fretta del presente. Ma la fretta, ricorda Rachele Lanfranchi (2012), «ci toglie lo stupore e la capacità di vedere le cose per ciò che sono, di scorgere le loro potenzialità di bellezza e bontà; ci fa dimenticare il bambino, la bambina che siamo stati e che ancora tenta timidamente di affacciarsi alla nostra coscienza per farci meravigliare e stupire della quotidianità» (Meneghetti& Spólnik, 2012, pp. 164-165).

Coltivare la gratitudine, allora, è un modo per riabilitare la coscienza di ciò che come uomini e donne siamo, per abitare consapevolmente quel mondo che ci è dato come dono, nel quale azioni generose e

rispettose di sé, degli altri e della natura possono far intravedere nuovi significati, gli stessi che consentono di uscire dall'indifferenza per un atto voluto, espressione di un impegno e di una responsabilità che diventa più forte nel momento in cui come persone possiamo capire che quello che ci è stato dato non era un atto dovuto, bensì un atto di amore (Farneti, 2016, p.19).

6. Fiducia e felicità

Il World Happiness Report (Helliwell et al., 2023) correla felicità, fiducia e benevolenza. Alle oltre 100.000 persone intervistate in 137 paesi, è stato chiesto di valutare il modo in cui fiducia e benevolenza abbiano inciso sulla condizione di felicità e sulla qualità della vita (benessere) nell'ultimo triennio e nei periodi di forti crisi.

Fiducia, benevolenza e collaborazione sociale, nel periodo dell'emergenza sanitaria, della guerra russo-ucraina, della crisi energetica e dell'inflazione (ibidem, p.31), sono stati invece molto importanti nella vita delle persone, al pari della salute mentale e fisica, delle relazioni umane nei contesti privati e sociali (famiglia, lavoro, comunità), del reddito e dell'occupazione, delle virtù pro-sociali, della libertà personale e della lotta alla corruzione (ibidem, p.19). Quello che il Report non dice, riprendendo il titolo di un articolo pubblicato ne «Il Sole 24ore» (Tremolada, 2023), è che la felicità è clusterizzata ed è sempre più complesso procedere con una misurazione, tanto più quando vuol essere valutato il ruolo delle emozioni nella vita delle persone. Stessa osservazione può essere fatta per quanto riguarda la "misurazione" del grado di fiducia che i cittadini provano verso le istituzioni e le comunità. Il termine fiducia riporta all'originaria radice etimologica di fede che, però, assume una dimensione terrena, per riguardare le relazioni dell'uomo (Andreoli, 2023b). Essa si fonda sulla reciprocità, poiché nasce dal riconoscimento dell'altro da parte dell'io. La fiducia, inoltre, impone una riflessività "pensosa"⁸, protesa ad una indagine sul proprio senso (Donati, 2019) e sulla sua natura che chiede alla persona di «saper abitare un'oscillazione» (Alici, 2019, p.9) fra il dare e il ricevere fiducia, in un atto che si fa sentimento, in grado di portare in primo piano in ogni legame le proprie esperienze e i vissuti. Per questo motivo, essa non è tanto un dimostrare quanto un "sentire" che permette al singolo di scoprire il valore dell'essere insieme, di far parte della vita dell'altro, con speranze e attese reciproche (Andreoli, 2023b). Quando quest'ultime vengono a meno, la fiducia si perde e quel sentire che la caratterizza risulta ferito, mutilato nella profondità di una relazione che, inevitabilmente, si impoverisce, fino ad incrinarsi e a spezzarsi. La forza del legame, il significato di valore attribuito alla relazione stessa, nasce dal bisogno di salvezza, quella salvezza che diviene tratto comune della fede nell'altro uomo e in Dio. «Anche nella dimensione umana, quindi "dentro" la fiducia, vi sono aspetti di grande religiosità, con proiezioni del credere in persone viventi, ma anche in chi si è allontanato da questa Terra, che permettono di continuare quel legame di fiducia che caratterizzava la sua vita nel mondo» (ibidem, p. 61).

Ci sono poi situazioni e momenti di vita personale in cui il bisogno di fiducia emerge prepotentemente: è il caso dell'infanzia e della vecchiaia, stagioni dell'esistenza umana in cui prevale, per ragioni di forza maggiore, il bisogno di poter contare sugli altri, per essere aiutati e per continuare a vivere. Quando

⁸ L'espressione richiama agli scritti pestalozziani.

nasciamo ci affidiamo alle cure di un altro e stessa cosa accade quando le forze ci abbandonano ed è presente il bisogno di qualcuno che ci possa sostenere e rassicurare con la sua presenza costante. La fiducia, in un certo senso, diventa ancora di salvezza, approdo a cui tendere costituito dalle persone a cui si è profondamente legati. Essa rappresenta, pertanto, un atto personale – il dare fiducia - e un bisogno umano, per rivelarsi fondamento di ogni relazione sociale (Natoli, 2016) e di una vita felice.

7. Conclusioni

Inter-esse, fiducia, gratitudine sulle quali intenzionalmente ci si è soffermati nel contributo, non sono “distanti” dalla felicità, come non sono altro dal benessere⁹ se concorrono a migliorare le relazioni interumane nella prospettiva di un bene relazionale che può essere, d’altra parte, «indicatore del benessere di una comunità» (Donati, 2019, p. 27). Affinché ciò sia possibile, occorre che le persone si riconoscano e possano “calarsi” nella prospettiva allargata di una genuina cura della relazione del Noi che le «unisce mentre allo stesso tempo rispetta e promuove le loro differenze» (ibidem, p. 27). Chiaramente una lettura di questo tipo orienta ad una riflessività, che Donati (2019) definisce “relazionale”, tale da attivare nei contesti sociali e culturali dei meccanismi generativi, ossia capaci di avere a cuore la “fioritura dell’umano” (ibidem, p. 37) che si traduce anche in speranza, progetto, impegno e dedizione. Pensare alla felicità in questi termini significa acquisire consapevolezza circa i processi di morfogenesi sociale (Donati, 2019), i relativismi (White, 2008) e, non secondariamente, il senso tradizionale della parola felicità che rappresenta comunque un obiettivo secolare per gli uomini e le società (Kahneman & Tversky, 2000).

E se la felicità risiedesse in altro? Se il suo “segreto” fosse proprio nella “osmosi” delle relazioni sociali?

È forte la convinzione che debba esserci qualcosa capace di unire le persone in uno “sguardo collettivo”, nutrito da un linguaggio di cura che sappia fare del dialogo un “abbraccio” non finalizzato ad amalgamare e attenuare i contrasti, ma a far incontrare *logoi* diversi (Del Soldà, 2018, p.72) per avvicinare le persone, arricchire le idee, promuovere comportamenti accoglienti tali da favorire nei soggetti la capacità di mettersi in ascolto dell’altro. In questa prospettiva, fiducia, gratitudine e interesse possono rendere le relazioni interpersonali “gentili e luminose” (Borgna, 2023b, p.13), impegnate nella ricerca di ciò che unisce ed avvicina le persone piuttosto che separarle.

Stato d’animo e parole, con quello che può rinascere ed essere generato proprio da queste ultime (ibidem, p. 87), sono testimoni di un percorso di cura che, a parer nostro, può condurre alla felicità e al benessere, superando quel “paradosso della felicità” che una “happiness economics” non ha saputo colmare (Donati, 2019, p.244).

Se da una parte può essere vero che quest’ultima ha tascurato «il ruolo che le relazioni sociali hanno nel favorire la fioritura dell’umano o la sua degradazione» (ibidem, p. 245), dall’altra una lezione fondamentale del confronto interculturale, a cui in questo contributo è stato fatto riferimento con l’esempio delle popolazioni indigene e della comunità Lakota, suggerisce o impone, a seconda dei punti

⁹ Quando non è inteso esclusivamente come condizione materiale, di agiatezza e ricchezza economica.

di vista, di riconnetterci definitivamente e di rincontrarci tutti e tutte, come fratelli e sorelle, sul sentiero dell'unità, della collaborazione, della bellezza, della vita.

Riferimenti bibliografici:

- Alici, L. (2019). Inter-esse, fiducia, reciprocità “Incubatori relazionali” tra beni e desideri. In Casucci M. (ed) (2019). *Economia e beni relazionali. Tra desideri e realizzazione dell'uomo*, (pp. 11.25). Napoli-Salerno: Orthotes.
- Acquarone, A., Negri, G., Scelba, C. (eds) (1961). *La formazione degli Stati Uniti d'America*. Pisa: Nistri-Lischi.
- Andreoli, V. (2023a). Coraggio. Raccontare la vita. Emozioni, sentimenti, pensieri. *I Saggi del Corriere della Sera*. Milano: RCS.
- Andreoli, V. (2023 b). Fiducia. Raccontare la vita. Emozioni, sentimenti, pensieri. *I Saggi del Corriere della Sera*. Milano: RCS.
- Beck, J. (1993). Educazione e libertà. Note teorico-educative. In Borrelli M. (a cura di). *La pedagogia tedesca contemporanea*, (pp. 7-37). Cosenza: Luigi Pellegrini Editore.
- Bellet, M. (2009). *Il pensiero che ascolta*. Milano: Figlie di San Paolo.
- Benasayag, M. (2022). *Il cervello aumentato, l'uomo diminuito*. Trento: Il Margine.
- Bodei, R. (2013). *Immaginare altre vite. Realtà, progetti, desideri*. Bologna: Feltrinelli.
- Boffo, V. (ed.) (2006). *La cura in pedagogia. Linee di lettura*. Bologna: Clueb.
- Borgna, E. (2014). *La fragilità che è in noi*. Torino: Einaudi.
- Borgna, E. (2023). *Mitezza*. Torino: Einaudi.
- Bruni, L. & Zamagni, S. (2016). The Challenges of Public Happiness: An Historical-methodological Reconstruction. In *World Happiness Report (2016)*. <https://worldhappiness.report/ed/2016>.
- Buber, M. (2019). *Il problema dell'uomo*. Bologna: Centro editoriale dehoniano.
- Castel, R. (2015). *Incertezze crescenti. Lavoro, cittadinanza, individuo*. Bologna: Editrice socialmente.
- Catches, C. L. (2003). *Learning Prevention Using Lakota Values. A Lakota Approach To Character Building And Prevention Of Alcohol, Drugs And Tobacco. Primary Grades*. Pine Ridge, South Dakota: Oceti Wakan Publishing Company.
- Contini, M., Fabbri, M. & Manuzzi, P. (2006). *Non di solo cervello. Educare alle connessioni mente-corpo-significati-contesti*. Milano: Cortina.
- Cotena, G. (2021). *Insegnare senza farsi male. Le competenze emotive e relazionali del docente e la prevenzione dello stress in classe*. Torino: UTET.
- Del Soldà, P. (2018). *Non solo di cose d'amore. Noi, Socrate e la ricerca della felicità*. Venezia: Marsilio.
- Donati, P. (2019). *Scoprire i beni relazionali. Per generare una nuova socialità*. Sovaria Mannelli: Rubbettino.
- Fabro, C. (1995). *Søren Kierkegaard. Opere*, Casale Monferrato: Piemme.
- Fadda, R. (1997). *La cura, la forma e il rischio*. Milano: Unicopli.
- Farneti, P. (2016). *Gratitudine, dono, perdono, spiritualità. Le emozioni positive nella vita individuale*

e sociale. Milano: Franco Angeli.

Ferraris, M. (2012). *Felicità. Cos'è la ricerca della felicità?* Roma: Gruppo Editoriale L'Espresso.

Filimonov, E.G. (2019). *Dual Semantics of the Latin inter(-)**. Petersburg: Saint Petersburg State University. In <https://evfilimonov@yandex.ru>.

Gennari, M. (2001). *Filosofia della formazione dell'uomo*. Milano: Bompiani.

Heidegger, M. (1954) (1978). *Che cosa significa pensare*. tr.it., Milano: SugarCo.

Helliwell, J. F., Layard, R., Sachs, J. D., Aknin, L. B., De Neve, J.-E., & Wang, S. (Eds.) (2023). *World Happiness Report 2023* (11th ed.). New York: Sustainable Development Solutions Network.

Helliwell, J. F., Layard, R., Sachs, J. D., De Neve, J.-E., Aknin, L. B., & Wang, S. (Eds.) (2022). *World Happiness Report 2022*. New York: Sustainable Development Solutions Network.

Legrenzi, P. (1998). *La felicità*. Bologna: il Mulino.

Meneghetti, A. & Spólnik M. (2012). *Gratitudine ed educazione. Un approccio interdisciplinare*. Roma: Las.

Mortari, L. (2002). *Aver cura della vita della mente*. Firenze: La Nuova Italia.

Mortari, L. (2015). *Filosofia della cura*. Milano: Raffaello Cortina.

Mortari, L. (2006). *La pratica dell'aver cura*. Milano: Mondadori.

Natoli, S. (2016). *Il rischio di fidarsi*. Bologna: il Mulino.

Pena-López, J.A., Sánchez-Santos, J.M. & Membiela-Pollán (2017). Individual Social Capital and Subjective Wellbeing. The Relation Goods. *Journal of Happiness Studies*, 18(3), 881-901.

Romano, M. (2008), *Nutrire l'Aquila, La Via Lakota Alla Conoscenza Di Sé*. Torino: L'Età dell'Acquario.

Rossi, B. (2015). *Pedagogia dell'arte di vivere. Intelligenze per una vita felice*. Brescia: La Scuola.

Sacks, O. (2016). *Gratitudine*. Milano: Adelphi.

Sen, A. (2010). *Etica ed economia*. Roma-Bari: Laterza.

Tremolada, L. (2023). Giornata della felicità? Ecco cosa non dice il World Happiness Report 2023. In <https://infodata.ilsole24ore.com> (ultimo accesso 10.07.2023).

Xodo, C. & Flores d'Arcais, G. (1998). *Intervista alla pedagogia*. Brescia: La Scuola.

Warr, P., Clepperton, G. (2011). *Il gusto di lavorare. Soddisfazione, felicità e lavoro*. Bologna: il Mulino.

Watzlawich, P. (1983). *Istruzioni per rendersi infelici*. Milano: Feltrinelli.

White, N. (2008). *Breve storia della felicità*. Sovaria Mannelli: Rubbettino.

Kakneman, D. & Tversky, (2000). *Choice, Values, and Frames*. Cambridge: Cambridge Press.