

ERIC WEINER

SOCRATE
EXPRESS

QUATTORDICI
LEZIONI
DI SAGGEZZA
PORTATILE

BOMPIANI
OVERLOOK



SOCRATE EXPRESS



ERIC WEINER
SOCRATE EXPRESS
Quattordici lezioni di saggezza portatile
Traduzione di Stefano Chiapello

BOMPIANI
OVERLOOK

Immagine di copertina e progetto grafico: Polystudio

www.giunti.it
www.bompiani.it

Titolo originale: *The Socrates Express. In Search of Life Lessons from Dead Philosophers*

Copyright © 2020 by Eric Weiner
Avid Reader Press
An Imprint of Simon & Schuster, Inc.
1230 Avenue of the Americas
New York, NY 10020

© 2023 Giunti Editore S.p.A. / Bompiani
Via Bolognese 165, 50139 Firenze – Italia
Via G. B. Pirelli 30, 20124 Milano – Italia

Una porzione del capitolo 8 è stata adattata da “My Servant”, un saggio pubblicato sul *New York Times Magazine*, il 3 febbraio 2008.

L'Editore dichiara la propria disponibilità ad adempiere agli obblighi di legge nei confronti degli aventi diritto sulle citazioni riprodotte.

ISBN 978-88-587-8807-3

Realizzazione editoriale a cura di Netphilo Publishing, Milano

Prima edizione digitale: gennaio 2023

Per Sharon

Presto o tardi, la vita ci rende tutti filosofi.

Maurice Riseling

INTRODUZIONE

PARTENZA

Siamo affamati. Mangiamo, ancora e ancora, senza riuscire a saziarci. Più mangiamo e più abbiamo fame.

Prendiamo il nostro smartphone. Che oggetto miracoloso! Passando il dito sullo schermo possiamo avere accesso a tutto lo scibile umano, dagli antichi egizi alla fisica quantistica. Trangugiamo tutto, eppure abbiamo ancora appetito. Ma che cos'è questa fame inestinguibile?

Ciò che vogliamo non è quello che pensiamo di volere: pensiamo di volere informazioni, conoscenza, e invece desideriamo saggezza. C'è una bella differenza: l'informazione è un'accozzaglia di fatti; la conoscenza è un groviglio più organizzato che districa la matassa dei fatti, dà loro un senso e, soprattutto, suggerisce in che modo utilizzarli. Come disse il musicista britannico Miles Kington, “conoscenza è sapere che il pomodoro è un frutto, saggezza è non metterlo nella macedonia”.¹ La conoscenza sa, la saggezza vede.

La differenza tra conoscenza e saggezza è di genere, non di grado. Una maggiore conoscenza non si traduce necessariamente in una maggiore saggezza, ma può al contrario renderci meno saggi: possiamo conoscere troppo, e possiamo mis-conoscere.

¹ Brandreth, Gyles (a cura di), *Oxford Dictionary of Humorous Quotations*, Oxford, Oxford University Press, 2013, p. 84.

La conoscenza è qualcosa che si possiede, la saggezza è qualcosa che si mette in atto; è un'abilità, e come tale si può imparare. Però richiede impegno: aspettarsi di ottenere la saggezza per pura fortuna è come pensare di imparare a suonare il violino così, su due piedi.

Ma è proprio così che facciamo: avanziamo incespicando sulla strada della vita sperando di raccogliere frammenti di saggezza qui e là, ma nel frattempo siamo disorientati, confondiamo ciò che è urgente con ciò che è importante, ciò che è verboso con ciò che è profondo, ciò che ha successo con ciò che è bello. Come direbbe un filosofo contemporaneo, “disviviamo”.²

* * *

Anch'io sono affamato, e con tutta probabilità lo sono più della maggioranza delle persone, a giudicare dalla persistente malinconia che mi ha sempre caratterizzato. Nel corso degli anni ho provato diverse ricette per saziare la mia fame: la religione, la psicologia, i manuali di autoaiuto, i viaggi e anche un breve e sfortunato esperimento con i funghi allucinogeni; ognuna di esse ha placato l'appetito, ma mai a lungo e mai del tutto.

Poi, un sabato mattina, sono sceso negli inferi della mia cantina, dove ho rinchiuso i libri ritenuti inadatti a occupare un posto in soggiorno: qui, tra titoli come *Storia delle puzzette* ed *Economia domestica per principianti*, ho trovato *La storia della filosofia*, scritto da Will Durant nel 1926. Un tomo considerevole, che ho aperto in una vera e propria nuvola di polvere. L'ho ripulito e ho iniziato a leggerlo.

Dalle parole di Durant non è scaturito un momento di rivelazione, una folgorazione sulla via di Damasco; eppure ho

² Irvine, William, *A Guide to the Good Life: The Ancient Art of Stoic Joy*, New York, Oxford University Press, 2009, p. 13.

continuato a leggere, non tanto per le idee contenute nel libro, ma per la passione con la quale venivano esposte. Durant era evidentemente un uomo innamorato: ma di chi? Di che cosa?

“Filosofo”, dal greco *philosophos*, significa “amante della saggezza”, e questa definizione non dice nulla sul possedere la saggezza, esattamente come la Dichiarazione d’indipendenza non dice nulla sulla conquista della felicità: puoi amare qualcosa che non possiedi e non possederai mai. È la ricerca che conta.

* * *

Mentre scrivo queste parole sono su un treno, da qualche parte in North Carolina, o South Carolina, non lo so di preciso. Sul treno è facile perdere la percezione dello spazio, e anche del tempo.

Mi piacciono i treni. A essere più precisi, mi piace viaggiare in treno. Non sono un fanatico, uno di quegli appassionati che sbavano alla vista di una locomotiva diesel-elettrica SD45, e non mi importa nulla del tonnellaggio o dello scartamento ferroviario; mi piace l’esperienza, quella rara combinazione di espansività e comodità che solo un viaggio in treno sa offrire.

L’interno di un treno ha qualcosa di amniotico: la temperatura confortevole, la luce morbida. I treni mi trasportano verso uno stato preconsco, più felice, antecedente agli F24, alle spese per l’università, ai preventivi del dentista, al traffico. A un tempo precedente alle Kardashian.

Mia suocera soffre di Parkinson allo stadio avanzato. È un morbo crudele, che le ruba capacità e memoria. Molte cose le ha dimenticate, ma conserva ricordi vividi dei viaggi in treno della sua infanzia, nel Nord dello stato di New York: da Albany a Corning a Rochester, e poi di nuovo ad Albany. Immagini, suoni e odori riemergono come se tutto fosse accaduto ieri. C’è qualcosa che ha a che fare con i treni che rimane con noi per sempre.

Il treno e la filosofia formano una bella coppia. Su un treno riesco a pensare, su un autobus assolutamente no. Credo che dipenda da sensazioni di diverso tipo, o forse è meramente una questione di associazioni: gli autobus mi ricordano i viaggi che facevo da bambino, diretto a scuola o al campeggio, luoghi in cui non volevo davvero andare. I treni invece mi portano dove voglio, e lo fanno alla velocità del pensiero.

Eppure treni e filosofia hanno un vago sentore di muffa, sono parti un tempo vitali della nostra esistenza ridotte a un pittoresco anacronismo. Oggi, potendo scegliere, sono pochi a prendere il treno, e nessun genitore fa studiare filosofia, se può evitarlo; la filosofia, come i viaggi in treno, è qualcosa che la gente faceva prima di conoscere altro.

Sono abbonato a una rivista dal titolo *Philosophy Now*, che arriva ogni mese in una busta per documenti anonima, come fosse un giornaleto pornografico. Uno degli ultimi numeri titolava: *Il mondo è un'illusione?* Mentre un altro domandava: *Il vero e la verità sono la stessa cosa?* Quando leggo titoli del genere a mia moglie, la vedo alzare gli occhi al cielo. Per lei, come per tanti altri, articoli del genere sono l'esemplificazione del problema della filosofia: pone questioni assurde, inconoscibili. Le parole "filosofia" e "funzionale" sembrano essere più vicine in un dizionario che nella realtà.

La tecnologia ci fa credere che la filosofia non abbia più importanza: chi ha bisogno di Aristotele quando ci sono gli algoritmi? La tecnologia digitale risponde così efficacemente alle piccole domande della vita – Dove posso trovare la miglior pizza di Napoli? Qual è la strada più veloce per raggiungere l'ufficio? – che diamo per scontato che possa fare lo stesso con quelle grandi. Non è così. Siri potrà essere perfetta per trovare una pizzeria, ma se le chiediamo come godersi davvero una pizza non ci sarà di alcun aiuto.

Pensiamo a un viaggio in treno. La tecnologia e la sua si-

gnora, la scienza, possono dirci la velocità del treno, il suo peso e la sua massa, il motivo per cui il Wi-Fi di bordo continua a disconnettersi, ma non potranno dirci se dobbiamo salire sul treno per andare al ritrovo degli ex compagni delle superiori o per fare visita allo zio Carl, che non ci è mai stato simpatico ma che è gravemente malato. La scienza non può dirci se sia eticamente accettabile procurare dolore fisico al bambino urlante che prende a calci il nostro sedile, né se il panorama fuori dal finestrino sia straordinario o scontato. Nemmeno la filosofia può, perlomeno non in modo definitivo, ma può aiutarci a vedere il mondo da una prospettiva diversa, e questo è qualcosa di molto prezioso.

Ho notato che nella libreria vicino a casa la sezione di filosofia è adiacente a quella dell'autoaiuto. Se nell'antica Atene fossero esistite le librerie, queste due sezioni sarebbero state una sola, perché la filosofia era automiglioramento, terapia, medicina per l'anima.

La filosofia è terapeutica, ma non nel modo in cui potrebbe esserlo un massaggio con le pietre calde. La filosofia non è facile, gentile, palliativa. È più una palestra che un centro benessere.

* * *

Il filosofo francese Maurice Merleau-Ponty definì la filosofia “riflessione radicale”,³ e mi piace il fatto che questo impregni la filosofia della tensione e del profumo di pericolo che le sono propri. Un tempo i filosofi catturavano l'immaginario del mondo, erano eroici, erano pronti a morire per le loro idee e alcuni, come Socrate, lo facevano; oggi, tutto quello che c'è di eroico nella filosofia è l'epica battaglia per gli incarichi accademici.

³ Merleau-Ponty, Maurice, *Fenomenologia della percezione*, Milano, Bompiani, 2009.

Nella maggior parte delle scuole odierne non si insegna la filosofia, si danno informazioni sulle filosofie. Non si insegna agli studenti a fare filosofia. È una materia diversa dalle altre, non è un corpus di conoscenze ma un modo di pensare, un modo di essere nel mondo. Non è un “che cosa” o un “perché”, ma un “come”.

Come. Una parola che oggi non ha il rispetto che merita. Nel panorama letterario i manuali pratici sono libri di cui vergognarsi, simili al cugino rozzo che ha fatto fortuna: gli scrittori seri non scrivono manuali pratici, e i lettori seri non li leggono (o perlomeno non ammettono di farlo). Tuttavia, molti di noi non perdono il sonno a pensare “quale sia la natura della realtà” o “perché la materia esista e il nulla no”, mentre l’interrogativo su “come vivere” ci attanaglia e non ci dà tregua.

La filosofia, a differenza della scienza, è proscrittiva: non descrive solo il mondo per quello che è ma anche per quello che potrebbe essere, aprendoci gli occhi alla possibilità. Lo scrittore Daniel Klein disse del filosofo greco Epicuro ciò che si potrebbe dire di tutti i bravi filosofi: la sua opera va letta non tanto come filosofia ma come “poesia che migliora la vita”.⁴

Ho trascorso gli ultimi anni a impregnarmi di quella poesia, lentamente, alla velocità del pensiero, accoccolato sul sedile di un treno, accanto al finestrino. Ho preso treni ogni volta che ho potuto, per ogni genere di destinazione. Ho affrontato lo Stoic Camp in Wyoming e la burocrazia ferroviaria a Delhi, ho viaggiato sulla linea F della metropolitana di New York più a lungo di quanto si dovrebbe, e questi viaggi sono stati la mia intermissione, un’opportunità per sgranchirmi le gambe e la mente tra i diversi atti filosofici. Mi hanno dato da pensare, nel senso migliore dell’espressione.

⁴ Klein, Daniel, “Prefazione”, in *Epicurus: The Art of Happiness*, New York, Penguin, 2012, pp. viii-ix.

* * *

Se si cerca “filosofi” su Google salteranno fuori centinaia, forse migliaia di nomi, ma qui io ne ho scelti quattordici. Come? Con attenzione. Sono tutti saggi, ma in modi diversi, con sfumature differenti di saggezza; coprono un ampio arco temporale – Socrate visse nel V secolo a.C., Simone de Beauvoir nel XX secolo d.C. – e spaziale – dalla Grecia alla Cina, dalla Germania all’India. Sono tutti morti, ma i bravi filosofi non muoiono mai davvero, perché continuano a vivere nelle menti degli altri. La saggezza è portatile, trascende lo spazio e il tempo, e non è mai obsoleta.

La mia lista include molti filosofi europei, ma non solo, perché l’Occidente non ha il monopolio della saggezza. Alcuni di essi, come Nietzsche, furono molto prolifici, altri, come Socrate o Epitteto, non scrissero una sola parola (fortunatamente lo fecero i loro allievi); alcuni ottennero la fama mentre erano in vita, altri morirono sconosciuti; alcuni li riconoscerete come filosofi, altri, per esempio Gandhi, probabilmente non li avete mai ritenuti tali (e invece lo erano). Alcuni nomi, come quello della donna di corte giapponese Sei Shōnagon, potranno suonarvi nuovi, ma non vi preoccupate. In definitiva, il mio criterio di scelta si riassume in due domande: questi pensatori amavano la saggezza? Il loro amore è contagioso?

Siamo soliti pensare ai filosofi come a menti senza corpo, ma non questi: loro erano esseri corporei, attivi, individui che camminavano e cavalcavano, combattevano guerre, bevevano vino, facevano l’amore. Ed erano, nessuno escluso, filosofi pratici, interessati non al significato della vita ma a come vivere una vita piena di significato.

Non erano perfetti, avevano i loro peccatucci: Socrate cadeva in stati di trance che duravano ore, Rousseau in più di un’occasione aveva mostrato il fondoschiena in pubblico; Schopenhauer parlava con il suo barboncino, e di Nietzsche non proviamo nemmeno a

parlarne. Ma va bene così, la saggezza raramente si presenta con un vestito di Brooks Brothers, anche se non si può mai dire.

Abbiamo sempre bisogno della saggezza, ma a seconda della fase della vita in cui ci troviamo ce ne serve un tipo particolare: le domande sul “come” che sono importanti per un quindicenne non sono le stesse che contano per un trentacinquenne o un settantacinquenne. La filosofia ha qualcosa di fondamentale da dire in ognuna di queste fasi che, mi sto accorgendo, si susseguono a grande velocità. In troppi esitiamo, ci riempiamo la testa di questioni sciocche e banali come se avessimo tutto il tempo del mondo ma non ce l’abbiamo, io non ce l’ho. Mi piace pensare di essere un uomo di mezza età ma mia figlia, che è un genietto in matematica, mi ha recentemente fatto notare che, a meno che io non viva fino a centodieci anni, tecnicamente non sono uno di mezza età.

Dunque, nonostante il treno lumaca su cui sto viaggiando mentre scrivo queste parole, sono spinto da un senso di urgenza, l’urgenza di chi non vuole morire senza aver vissuto. Non sono particolarmente in crisi, non ho problemi di salute né tasse arretrate da pagare; nessun crescendo hollywoodiano, solo la consueta litania di seccature, delusioni, e il fastidioso sospetto di disvivere. La vita non è un problema per me, non ancora, ma ogni giorno sento un po’ più intenso il fiato caldo del tempo sul collo. Ho voglia, o meglio, ho bisogno di sapere che cosa conta e cosa no, prima che sia troppo tardi.

“Presto o tardi, la vita ci rende tutti filosofi,”⁵ disse il pensatore francese Maurice Riseling. Leggendo la frase penso: “Aspetta, perché? Perché aspettare fino a quando la vita non diventa un problema? Perché non lasciare che la vita mi renda filosofo oggi, ora, finché sono in tempo?”

⁵ Citato in Solomon, Robert C., *La gioia della filosofia: giocare con le idee*, Milano, Apogeo, 2008.

PRIMA PARTE

ALBA

ALZARSI DAL LETTO COME MARCO AURELIO

7.07: da qualche parte in North Dakota, a bordo dell'Empire Builder della Amtrak, sulla tratta da Chicago a Portland, Oregon.

La luce del mattino filtra attraverso il finestrino della mia cabina. Mi piacerebbe dire che mi sveglia dolcemente, ma la verità è che non stavo dormendo; mi sento come se avessi infilato la testa in una centrifuga, e un dolore sordo si irradia dalle tempie in tutto il corpo. Una nebbia spessa e tossica avvolge il mio cervello. Il mio è un corpo a riposo, ma non un corpo riposato.

Quando si tratta di dormire ci sono due tipi di persone: chi considera il sonno come un inconveniente, una fastidiosa interruzione della vita, e chi lo ritiene uno dei più puri piaceri dell'esistenza. Io appartengo alla seconda categoria; sono uno che ha poche regole ferree nella vita, ma una è sicuramente "non darmi fastidio quando dormo". La Amtrak l'ha fatto, e non sono per nulla contento.

Il rapporto tra sonno e viaggi in treno è, come quasi tutti i rapporti, complicato: è vero, il moto ondulatorio mi ha fatto addormentare, ma presto altri movimenti – tra cui il Sobbalzo Laterale, il Sussulto Improvviso o il Rollio Ondeggiante (anche detto l'Onda) – hanno cominciato a svegliarmi a ripetizione, continuando per tutta la notte.

Il sole mi invita ad alzarmi con la dolcezza di un sergente istruttore. I nostri demoni non ci tormentano di notte, ma colpiscono al mattino; quando ci alziamo siamo al massimo della nostra vulnerabilità, perché è il momento in cui ci ritorna in mente il ricordo di chi siamo e di come siamo arrivati dove siamo.

Mi giro dall'altra parte, mi tiro addosso la coperta azzurra della Amtrak. Certo potrei alzarmi, davvero potrei farcela: ma perché?

* * *

“Buongiorno a tutti!”

Mi ero riaddormentato ma vengo svegliato di nuovo, non dal Sobbalzo Laterale o dal Rollio Ondeggiante, ma da una voce, vivace e penetrante. Chi è?

“Sono Miss Oliver, la responsabile del vagone ristorante, che è aperto e operativo. Tuttavia, se volete che Miss Oliver vi serva ricordate che dovete indossare scarpe, camicia e... cortesia!”

Mio Dio. Non si può tornare a dormire, ora. Metto una mano nello zaino e frugo alla ricerca di un libro, attento a non tirare via la coperta. Eccolo. *Pensieri*. Un volumetto, non più di centocinquanta pagine con margini belli ampi. Sulla copertina c'è la figura in rilievo di un uomo, barbuto e muscoloso, in groppa a un cavallo; nei suoi occhi l'energia quieta di chi non ha nulla da dimostrare.

Marco Aurelio, imperatore romano, comandò un esercito di mezzo milione di soldati e regnò su un impero che comprendeva un quinto della popolazione mondiale, estendendosi dall'Inghilterra all'Egitto, dalle coste dell'Atlantico alle sponde del Tigri. Ma Marco (ci chiamiamo per nome) non era una persona mattiniera: restava a letto fino a tardi, e svolgeva la maggior parte del suo lavoro nel pomeriggio, dopo la siesta. Questa abitudine gli creava qualche problema con i suoi concittadini, molti dei quali

si alzavano prima dell'alba. Per le strade di Roma, ragazzini con gli occhi annebbiati camminavano diretti a scuola quando il sole ancora doveva sorgere mentre Marco, di famiglia ricca, era stato educato in casa. Poteva permettersi di dormire fino a tardi, ed è quello che fece per tutta la vita.

Non mi sembra di avere molto in comune con Marco: ci separano secoli, senza parlare di una differenza di potere non proprio insignificante. Marco controllava un impero che copriva un'area corrispondente a circa metà degli Stati Uniti continentali, mentre io controllo un'area che misura circa metà della mia scrivania, e con una certa difficoltà, a essere onesti. Sono perennemente occupato a sedare rivolte di biglietti da visita ribelli, di proposte di abbonamento a riviste, di peli di gatto, di panini al tonno vecchi di tre giorni, del gatto, di gingilli buddisti, di tazze da caffè, di numeri arretrati di *Philosophy Now*, del cane, di dichiarazioni dei redditi, ancora del gatto e, per ragioni non del tutto chiare dato che abito a più di duecento chilometri dall'oceano più vicino, di sabbia.

Eppure, quando leggo Marco le nostre differenze scompaiono. Diventiamo fratelli – lui, alla guida di un impero mentre lotta con i suoi demoni, e io, che lotto con i miei mentre do da mangiare al gatto – con un nemico comune: le mattine.¹

La mattina stabilisce l'umore del giorno: per quanto non sia sempre così, il più delle volte a una mattina storta segue una giornata storta. Sotto le coperte, in un lunedì mattina grigio e freddo, il rango e i privilegi non contano nulla, e la ricchezza, così utile in altri aspetti della vita, non serve a niente, anzi, semmai contribuisce alla qualità del piumone che ti tiene bloccato in posizione orizzontale.

¹ Io e Marco seguiamo le orme del poeta portoghese Fernando Pessoa, che scrisse: "L'essenza del mio desiderio è semplicemente questa: passare la vita dormendo."

Le mattine suscitano sentimenti intensi e contrastanti. Da una parte, infatti, il mattino profuma di speranza, e ogni nuovo giorno è una rinascita. Ronald Reagan non ha scelto come slogan “Late afternoon in America”,² ma è stata appunto la sua promessa di un nuovo mattino a proiettarlo alla Casa Bianca. Esattamente come le buone idee non tramontano nella nostra mente, ma sorgono.

Per alcuni di noi, tuttavia, la mattina ha un odore di mesta disperazione: se non ti piace la vita che fai, ci sono buone probabilità che non ti piaccia nemmeno il mattino. Per una vita infelice le mattine sono come la scena iniziale di *Una notte da leoni 3*: un assaggio dello schifo che seguirà.

Il mattino è una fase di transizione, e le transizioni non sono mai facili. Abbandoniamo un determinato stato di coscienza, il sonno, ed entriamo in un altro, la veglia; per dirla in termini geografici, il mattino è la città di confine della coscienza, una Tijuana della mente, disorientante, con vaghe avvisaglie di pericolo.

Sul mattino i filosofi sono divisi come su qualsiasi altro argomento: Nietzsche si svegliava all'alba, si lavava la faccia con l'acqua fredda, beveva un bicchiere di latte caldo e poi lavorava fino alle undici. Ma era un lavativo in confronto a Immanuel Kant, che si svegliava alle cinque, quando il cielo di Königsberg era ancora scuro come l'inchiostro, beveva una tazza di tè leggero, fumava la pipa – riempiendo il fornello solo una volta, mai di più – e poi si metteva a lavorare. Simone de Beauvoir, santa donna, non si alzava prima delle dieci, e si beveva il suo espresso con tutta calma; Marco per sua sfortuna non poteva permetterselo, essendo nato milleduecento anni prima dell'invenzione del caffè.

² “Tardo pomeriggio in America.” (N.d.T.)

* * *

Il suicidio, disse l'esistenzialista francese Albert Camus, è l'unico "problema filosofico veramente serio".³ La vita vale la pena di essere vissuta o no? Questa è la domanda, il resto sono solo sproloqui metafisici. Semplificando: se non c'è il filosofo, non c'è filosofia.

La posizione di Camus è valida dal punto di vista logico, ma a mio giudizio è incompleta, perché una volta che uno si è confrontato con la questione del suicidio e ha concluso che sì, la vita è degna di essere vissuta (*per ora*, le conclusioni esistenziali sono sempre contingenti), deve risolverne un'altra, ancora più spinosa: dovrei alzarmi dal letto? È questo, secondo me, l'unico problema filosofico veramente serio: se non riesce a tirarci fuori da sotto le coperte, a che cosa serve la filosofia?

La Grande Domanda del Letto, come tutte le grandi domande, ne contiene in sé molte altre: tiriamo via la coperta e analizziamola. A un primo livello, stiamo chiedendo se *possiamo* alzarci, e a meno di non essere disabili la risposta è sì, possiamo; stiamo anche chiedendo se alzarsi sia di qualche beneficio per noi, e soprattutto se *dovremmo* farlo, e qui la faccenda si fa più complicata.

Il filosofo scozzese David Hume⁴ passò molto tempo a riflettere su questo genere di domande, per quanto raramente dal letto. Hume divide ogni domanda in due parti: "essere" e "dover essere". La parte dell'"essere" è osservativa e consiste nell'osservare, senza giudicare, i benefici empirici di alzarsi dal letto: maggior flusso sanguigno, per esempio, e maggiori possibilità di guadagno.

³ Camus, Albert, *Il mito di Sisifo*, Milano, Bompiani, 2017.

⁴ Hume, David, *Trattato sulla natura umana*, Milano, Bompiani, 2020, libro terzo, parte prima.

La parte del “dover essere” contiene invece un giudizio morale, e non considera i benefici di alzarsi dal letto quanto piuttosto il motivo per cui *dovremmo* farlo. Hume ritiene che si passi troppo in fretta dall’“essere” al “dover essere”, mentre un “de-
v’essere” morale non è mai diretta conseguenza di un “è” fattuale; per questo, la distinzione “essere-dover essere” è anche conosciuta come “la ghigliottina di Hume”, poiché separa i due termini e insiste sul divario che li divide: sottrarre denaro al proprio datore di lavoro probabilmente avrà conseguenze negative, dunque non *si deve* fare.

Non necessariamente, dice Hume: non ci si può muovere da un’affermazione concreta a una dichiarazione di etica. Alzarsi dal letto potrà anche essere salutare e redditizio, ma ciò non significa che lo “si debba” fare: magari non desideriamo un miglior flusso sanguigno o maggiori possibilità di guadagno; magari stiamo bene così, sotto le coperte. A mio giudizio, è questo fastidioso “dover essere” a spiegare la nostra condizione: ci sentiamo in dovere di alzarci, e se non è così pensiamo che ci sia qualcosa di sbagliato in noi.

Alzarsi o non alzarsi? Sotto le coperte, accoccolati al caldo, impulsi contrapposti si scontrano con la verve di un dialogo socratico, o di un talk show televisivo. Il partito dello stare a letto ha argomentazioni forti: il letto è caldo e sicuro, non proprio come il grembo materno ma quasi; di contro, fuori fa freddo e capitano cose brutte, guerre, pandemie, musica lounge.

Sembra che il partito dello stare a letto abbia la vittoria in pugno, ma in filosofia non c’è nulla di definito, c’è sempre un “eppure”. Interi sistemi filosofici, sovrastrutture cognitive, imponenti edifici del pensiero sono stati costruiti sulle tre sillabe di una sola parola: *eppure*.

Eppure la vita lì fuori chiama. Il tempo che abbiamo su questo pianeta è poco, ed è prezioso: vogliamo davvero spenderlo orizzontalmente? No. Senza dubbio la forza vitale che pulsa

nelle nostre stanche vene è abbastanza potente da tirare giù dal letto un uomo di mezza età, leggermente sovrappeso ma non obeso. Giusto?

Questa conversazione, in qualche modo, avviene sotto le coperte fin da quando ci sono coperte e persone sotto di esse; dai tempi dei romani abbiamo fatto progressi significativi, ma la Grande Domanda del Letto resta essenzialmente irrisolta. Nessuno vi sfugge. Presidenti e contadini, chef stellati e baristi di Starbucks, imperatori romani e scrittori nevrotici, siamo tutti soggetti alle stesse leggi dell'inerzia: siamo corpi a riposo, in attesa che una forza esterna agisca su di noi.

* * *

Chiudo gli occhi e Marco si materializza, reale come la tazza di polistirolo per il caffè poggiata sulla sponda del mio lettino. Me lo vedo accoccolato nella sua tenda personale, nell'accampamento romano lungo le sponde del Hron, affluente del Danubio; immagino un giorno freddo e umido, immagino il suo spirito abbattuto. La guerra non sta andando bene, con un'imboscata le tribù germaniche hanno tagliato le linee di rifornimento romane; il morale delle truppe di Marco è a terra, ma come si può dar loro torto? Più di cinquantamila soldati hanno già perso la vita.

Marco aveva senza dubbio nostalgia di Roma, e in particolare della moglie Faustina, affettuosa per quanto non sempre fedele. Gli ultimi dieci anni non erano stati facili, tormentati non solo da quelle fastidiose tribù germaniche ma anche dalla rivolta fallita guidata dall'astuto Cassio. E poi c'erano i figli: Faustina ne aveva partoriti almeno tredici, ma meno della metà di loro era sopravvissuta all'infanzia.

Marco era un esemplare raro, un re filosofo. Che cosa aveva indotto uno degli uomini più potenti della terra a studiare fi-

losofia? Era imperatore, poteva fare ciò che desiderava: perché sottrarre tempo alla sua fitta agenda di impegni per dedicarsi alla lettura dei classici e a ponderare l'imponderabile?

I primi anni di Marco ci danno qualche indizio. Aveva avuto un'infanzia molto particolare per l'epoca, un'infanzia felice. Appassionato lettore, preferiva dedicarsi ai libri che andare al circo, e questa inclinazione lo collocava in una distinta minoranza all'interno della gioventù romana. In seguito, innamoratosi dello stile di vita greco,⁵ iniziò a dormire sul pavimento coperto solo da un *pallium*, il logoro mantello dei filosofi, finché sua madre si arrabiò e gli impose di mettere fine a quell'assurdità e di tornare a dormire in un letto.

I romani consideravano la filosofia greca un po' come noi vediamo l'opera: qualcosa di bello, di prezioso, che dovremmo frequentare più spesso e che però è così dannatamente difficile da seguire, e poi chi ha tempo di farlo? Ai romani, più che la filosofia vera e propria, piaceva l'idea della filosofia e questo faceva di Marco, che era un vero filosofo, un individuo sospetto. Anche una volta proclamato imperatore la gente continuava a ridere alle sue spalle.

Marco era diventato imperatore per caso, quella non era mai stata una sua ambizione. Era stato Adriano, il suo predecessore, a mettere in moto gli eventi che nel 161 d.C. avrebbero portato all'incoronazione di Marco, ormai quarantenne.

Marco ebbe un periodo dorato di sei mesi, poi arrivarono un'inondazione catastrofica, la peste e le invasioni. A eccezione di queste guerre, le mani di Marco non si sporcarono di sangue, e questo prova che a un potere assoluto non segue necessariamente un'assoluta corruzione. Marco era solito mostrarsi clemente nei confronti di disertori e fuorilegge, e quando l'impero

⁵ McLynn, Frank, *Marcus Aurelius: A Life*, Cambridge (MA), Da Capo Press, 2009, p. 21.

si trovò ad affrontare una crisi economica mise all'asta proprietà imperiali – vesti, coppe, statue, dipinti – invece di alzare le tasse. E, in un atto che trovo particolarmente commovente, decretò che tutti i funamboli, che spesso erano solo ragazzini, si esibissero con materassi spessi e morbidi sistemati sotto le loro corde.

In battaglia Marco dimostrò grande coraggio ma, come scrive il suo biografo Frank McLynn, la sua impresa più audace fu “lo sforzo costante nel tenere a freno il suo istintivo pessimismo”.⁶ Mi ci ritrovo. Anche io combatto con le forze della negatività, che congiurano costantemente per tirarmi dalla loro parte. Per noi ottimisti mancati, un bicchiere mezzo vuoto è meglio di nessun bicchiere, o di uno che si è frantumato in centinaia di schegge che hanno perforato un'arteria principale. È tutta questione di prospettiva.

Marco non riusciva a dormire bene, soffriva di dolori imprecisati al petto e allo stomaco; per favorire il sonno, il suo medico, un uomo arrogante ma capace di nome Galeno, gli aveva prescritto la triaca (probabilmente mischiata a oppio).⁷

Marco, come me, aspirava a essere mattiniero. Ma tra i veri mattinieri e gli aspiranti tali c'è una grossa differenza. Mentre me ne sto qui, con il dolce dondolio del treno e la coperta calda della Amtrak contro il mio corpo, questa differenza mi appare incolmabile. Non c'è nulla di più facile, si potrebbe pensare. Basta mettere a terra prima un piede e poi l'altro, quindi tirarsi su in posizione verticale. Eppure io non riesco ad arrivare nemmeno al diagonale, figuriamoci al verticale. Che cos'ho che non va? Aiutami, Marco.

⁶ Ivi, p. 251.

⁷ Si è discusso parecchio del fatto che Marco mangiasse l'oppio, e ne fosse dipendente. Cfr. Africa, Thomas, “The Opium Addiction of Marcus Aurelius”, in *Journal of the History of Ideas*, vol. 22, n. 1, University of Pennsylvania, 1961, pp. 97-102.

* * *

Pensieri è diverso da tutti i libri che ho letto, e in effetti forse non è un vero libro: è un'esortazione, una raccolta di promemoria e brevi discorsi motivazionali. L'equivalente romano dei post-it attaccati al frigorifero. Marco non aveva alcuna intenzione di pubblicare i suoi appunti da frigo,⁸ erano scritti a suo uso personale: più che leggerlo, si ha l'impressione di spiarlo.

Quello che leggo mi piace, e ne apprezzo l'onestà; mi piace come si mette a nudo, svelando paure e fragilità. In queste pagine l'uomo più potente del mondo confessa la sua insonnia, i suoi attacchi di panico e le sue a dir poco frettolose prestazioni amatorie ("L'uomo, rilasciato il seme nell'utero, si allontana," scrive dell'atto sessuale). Marco non perse mai di vista il precetto stoico secondo il quale la filosofia inizia con la presa di coscienza delle proprie debolezze.

Non costruisce un ampio sistema filosofico che possa essere smontato da generazioni di studenti giudiziosi; si tratta della filosofia come terapia, in cui Marco interpreta al contempo il ruolo di terapeuta e di paziente. *Pensieri*, come osserva Gregory Hays, uno dei traduttori dell'opera, è "un libro di autoaiuto nel senso più letterale del termine".⁹

A più riprese Marco si esorta a smettere di pensare e ad agire: smettila di parlare dell'uomo virtuoso, diventalo. La differenza tra la filosofia e il discorso sulla filosofia è quella che passa tra bere vino e parlare di vino: un singolo sorso di un buon pinot nero dice di più su un'annata di quanto possano dire anni di rigorosi studi enologici.

⁸ *A me stesso* sarebbe un titolo più fedele rispetto a *Pensieri*.

⁹ Hays, Gregory, "Introduzione", in Marco Aurelio, *Meditations*, New York, Penguin, 2002, p. xxxvii.

Le idee di Marco, come peraltro quelle di ogni filosofo, non venivano dal nulla. Marco era uno stoico, ma non soltanto; al contrario, era imbevuto di numerose influenze: Eraclito, Socrate, Platone, i cinici, gli epicurei. Come tutti i grandi filosofi, era uno spazzino della saggezza: per lui contava il valore dell'idea, non da dove essa venisse.

Leggere i *Pensieri* significa assistere a un atto filosofico in tempo reale: Marco condivide in diretta i suoi pensieri, senza alcuna censura. Siamo osservando, scrive il classicista Pierre Hadot, “un uomo mentre si sta esercitando a vivere e a pensare da uomo”.¹⁰

Diverse riflessioni incluse nei *Pensieri* iniziano con la frase: “Quando ti pesa svegliarti...” Mentre procedo nella lettura, mi rendo conto che gran parte del libro è un implicito trattato sulla Grande Domanda del Letto: non solo come fare ad alzarsi, ma perché sforzarsi di farlo? L'interrogativo sul suicidio di Camus avvolto in un morbido piumone. Marco oscilla tra due posizioni opposte, dibattendo con se stesso.

“Mi sveglio per la mia opera di uomo; e sono malcontento se procedo a fare ciò per cui esisto e in virtù del quale sono venuto al mondo? O per questo sono così strutturato, per stare disteso, a scaldarmi tra le coperte?”

“Ma è più piacevole.”

“Esisti forse per provare piacere? Insomma, per godere delle sensazioni o per agire?”

Prosegue così, in una sorta di Amleto sotto le coperte; sa che ci sono grandi imprese da portare a termine, grandi idee da concepire.

Se solo riuscisse ad alzarsi dal letto.

¹⁰ Hadot, Pierre, *La cittadella interiore*, Milano, Vita e Pensiero, 1996.

“Buongioorno passeggeri! Cucù! Vi vedo! Il vagone ristorante è ancora aperto e operativo!”

Miss Oliver è tornata, più allegra e stucchevole che mai.

Ecco. Sto seriamente pensando di alzarmi. Da un minuto all'altro. Osservo il mio bicchiere di polistirolo per il caffè e scorgo frammenti della saggezza della Amtrak: “Cambia il modo in cui vedi il mondo” e, dall'altra parte, “Prova il gusto di un mondo migliore”. Niente di particolarmente erudito, ne convingo, ma questa semplicità infantile mi intenerisce.

Sonya, mia figlia, ha tredici anni e ama dormire tanto quanto me. “Mi identifico come un essere umano pigro,” ha annunciato un giorno. Cercare di tirarla giù dal letto al mattino, durante la settimana, richiede uno spiegamento di forze che non si vedeva dai tempi dello sbarco in Normandia, mentre nel weekend e quando nevicava schizza in piedi senza bisogno di aiuto. Quando le ho chiesto di spiegarmi questa differenza di comportamento, mi ha risposto filosoficamente: “È quello che devi fare che ti spinge ad alzarti, non la sveglia.”

E ha ragione. Quando fatico ad alzarmi, non è colpa del letto o del mondo esterno, ma delle mie proiezioni: sdraiato sotto le coperte, immagino un mondo ostile determinato a sopraffarmi, proprio come succedeva a Marco. È vero, nel suo mondo c'erano barbari bellicosi, peste, congiure di palazzo, ma gli ostacoli sono relativi: qualcuno deve vedersela con una brutale invasione, qualcun altro con una scrivania in disordine.

Forse l'ostacolo più grande sono gli altri. Marco non si spinge fino agli estremi di Sartre, noto per aver scritto “l'inferno sono gli altri”, ma ci va abbastanza vicino: “Dal mattino comincia a dire a te stesso: incontrerò gente vana, ingrata, violenta, fraudolenta, invidiosa, asociale.” Poco è cambiato, dai tempi di Marco.

L'imperatore suggerisce di gestire le persone difficili disarmandole, togliendo loro il potere sulla nostra vita: gli altri non possono farci del male, perché "il tuo male non si trova nell'egemonico altrui". Ovviamente. Perché ci si dovrebbe preoccupare di ciò che pensano gli altri quando il pensiero, per definizione, avviene interamente nella loro mente e non nella propria?

Ho sempre sospettato che nel profondo della mia incapacità di alzarmi dal letto si annidi un insidioso disprezzo per me stesso di cui non riesco a prendere pienamente coscienza. Marco, che è più coraggioso di me, ne è consapevole: "Non ami te stesso," dice, e sembra cadere nell'autocommiserazione, salvo tornare alla carica un paio di pagine dopo: "Basta con questa vita disgraziata, con questi borbottamenti, con questi gesti da scimmie. [...] Preferisci diventare buono domani che esserlo oggi." Riserva gli strali più pungenti per il suo presunto egoismo: "Quando ozio nel letto, come ora, penso soltanto a me stesso." In ultima analisi, restare sotto le coperte è un atto egoistico.

Rendendosi conto di questo, Marco si attiva: ha il dovere di alzarsi. "Dovere", non "obbligo". È diverso. Il dovere viene da dentro, l'obbligo da fuori; quando agiamo per senso del dovere, lo facciamo volontariamente, per elevare noi stessi e ancora di più gli altri, se invece agiamo per obbligo lo facciamo per proteggere noi stessi, e soltanto noi, da eventuali ripercussioni.

Marco è consapevole di questa differenza ma, come al solito, sente il bisogno di ricordarsela: "Al mattino, quando ti svegli pigramente, abbi sottomano questo pensiero: 'Mi sveglio per la mia opera di uomo.'" Non di stoico, di imperatore, e nemmeno di romano, ma di essere umano.

* * *

"Buongiorno! Sono Miss Oliver! Vi ho già detto che il vagone ristorante è aperto? Non vedo l'ora di incontrarvi tutti!"

È fatta. Mi sto alzando.

Scosto la coperta della Amtrak, che non oppone molta resistenza; mi tiro su. Nulla di tragico. Mi chiedo il motivo di tutte quelle lagne e di quell'autoanalisi spietata.

Proprio mentre sto festeggiando la mia piccola ma decisiva vittoria contro la gravità un Sobbalzo Laterale – o forse un Susulto Improvviso, non saprei dire – mi fa ricadere sul letto.

Ecco che cos'ha di tanto fastidioso la Grande Domanda del Letto: non è sufficiente rispondere una volta per tutte. È come andare in palestra o fare il genitore, richiede sforzi regolari e ripetuti.

“Buongiorno, signori e signore! Sono sempre io, Miss Oliver!”

Tiro su la coperta. Cinque minuti, mi dico, solo cinque minuti.