

La depressione attraverso i secoli. Recensione di Georges Minois, *Histoire du mal de vivre. De la mélancolie à la dépression* (2003), trad. it., *Storia del mal di vivere. Dalla malinconia alla depressione*, di Manuela Carbone, edizioni Dedalo, Bari 2005

di Claudio Tugnoli

Attorno al 2000 a. C. un Egizio preso dal disgusto del mondo, dialoga con la sua anima che cerca invano di convincerlo a rimanere in vita e a non cedere alla tentazione di lasciare questo mondo. Il male di vivere è molto antico. Lo scriba egiziano aspira alla propria morte con le seguenti espressioni: “La morte è oggi davanti a me / Come la salute per l’infermo / Come uscire fuori da una malattia” (p. 5). Anche se tutti i mali sparissero, la sua infelicità rimarrebbe tale e quale, pensando alla morte che lo attende e lo porterà via senza riguardo. La morte è il male ultimo, paradigma della sventura, di cui essa stessa è invocata come rimedio. Il male di vivere ha numerose espressioni anche presso gli ebrei; molti testi lamentano la miseria della condizione umana, Giobbe schiacciato dal cumulo di disgrazie, è tentato dal suicidio. Il *Qoelet* grida: “Vanità delle vanità, tutto è vanità. Quale utilità ricava l’uomo da tutto l’affanno per cui fatica sotto il sole?” (p. 9). Anche presso i greci domina il pessimismo. Nell’*Edipo a Colono* di Sofocle leggiamo che è gran gioia discendere là donde si venne al mondo, lamento ripreso da Euripide nel *Cresfonte*: «Bisogna compiangere il neonato che va verso tanti mali, rallegrarci invece per colui che muore e depone i suoi affanni» (p. 11). Eraclito e Democrito non nascondono i mali del mondo, anche se il primo li ammette piangendo, il secondo ridendo.

Dal V secolo a. C. Pitagora ed Empedocle tentano una spiegazione del male di vivere, partendo dai quattro elementi che compongono il corpo umano: la flemma, fredda e umida; il sangue, caldo e umido; la bile gialla, calda e secca; la bile nera, fredda e secca. Il temperamento di ciascuno è determinato dalle proporzioni di questi quattro elementi. Nel depresso o malinconico predomina la bile nera (*melaina cholé*). Secondo Ippocrate la bile nera in eccesso provoca sintomi esteriori, come pelle opaca, calvizie, balbuzie, ma anche sintomi interiori o psicologici come ansia e abbattimento costanti. Il temperamento malinconico induce al pessimismo, che sarebbe allora l’effetto di un eccesso di bile nera. La

sede di questo eccesso è il cervello, ma può derivare anche da un trauma psicologico o da uno sforzo prolungato: «È il cervello a provocare follia o delirio, a ispirarci il timore e la paura, giorno e notte, a causare l'insonnia, a farci commettere errori, a renderci ansiosi senza motivo, distratti, a portarci ad agire in modo contrario rispetto a quanto di solito faremmo. Tutti questi stati di cui soffriamo provengono da un cervello non sano che diventa anormalmente caldo, freddo, umido o secco» (pp. 13-14). Se questo stato si aggrava può degenerare in «avversione per l'alimentazione, disperazione, insonnia, irritabilità, agitazione, ansia, abbattimento morale, tendenza al suicidio» (p. 14). La malinconia è associata da Ippocrate all'autunno e alla vecchiaia. I rimedi sono a base di mandragora ed elleboro, oltre che uno stile di vita appropriato.

Rufo d'Efeso nella prima metà del I secolo d.C. distingue tra una malinconia causata da una combinazione di umori innata e una malinconia provocata da una combinazione di umori dovuta a un cattivo regime, come l'afflizione e la riflessione: «Coloro la cui intelligenza è molto sottile e penetrante scivolano facilmente nella malinconia, poiché agiscono con rapidità e sono fervidi di premeditazione e immaginazione» (p. 14). Il malinconico è triste senza motivo, ed è soggetto ad accessi di gioia immotivati. Anche Galeno è colpito dall'elevato numero di malinconici, soprattutto giovani a Roma, nella seconda metà del II secolo d. C.: egli nota infatti che «sono tristi, ansiosi, diffidenti, pensano di essere perseguitati, posseduti da un demone, odiati dagli dèi» (p. 15). Rufo e Galeno pensano che la malinconia si possa spiegare con una mancanza di attività sessuale, a causa della quale il fluido sessuale, maschile o femminile, divenuto marcio, contaminerebbe il cervello. La medicina antica ha delineato un quadro nosologico attendibile della depressione, registrando, oltre agli aspetti negativi, anche quelli positivi, come la lucidità intellettuale. Aristotele afferma che «tutti gli uomini che furono eccezionali in filosofia, in politica, in poesia o nelle arti erano manifestamente malinconici» (*Problema XXX*, 1), ma questi esseri eccezionali «sono condannati ad essere infelici» (*Metafisica*, I, 2) (p. 17). Inoltre Aristotele attribuisce ai malinconici il tratto distintivo della lussuria. Secondo Platone la malinconia delle persone eccezionali sarebbe dovuta a un furore divino, un soffio che conferisce loro una maggiore lucidità. Lucrezio è un malinconico di altissimo livello intellettuale, angosciato ma non squilibrato, osservatore delle manifestazioni del male di vivere a Roma nel I secolo a.C. Secondo la tradizione Lucrezio si sarebbe suicidato all'età di 43 anni. Seneca consiglia a Serenus, che si lamenta di non sentirsi a proprio agio da nessuna parte (è preso da vana agitazione e

abbattimento, è disgustato di sé e del mondo – chiari sintomi di depressione), di trovarsi un lavoro che per lui valga la pena svolgere a vantaggio dell'umanità. Infatti il *taedium vitae* è insieme disgusto di sé e degli altri. La vita è spiacevole, ma poi temiamo la vecchiaia e le malattie, che ci strapperanno alla vita stessa. Seneca è testimone di numerosi suicidi dovuti al *taedium vitae*, al disgusto per la vita che rende faticosissimo e dolorosissimo affrontare le normali occupazioni quotidiane e interagire con il prossimo. Seneca approva l'uscita volontaria dalla vita, perché è prova di dignità e segno di coraggio. Per l'autore delle *Lettere a Lucilio*, alla schiavitù senza via d'uscita è senz'altro preferibile la morte per autosoppressione, con qualsiasi mezzo. La cultura greco-romana non giudica in modo unanime il suicidio. Aristotele lo condanna come una varietà dell'omicidio, Platone non ammette che si dia sepoltura pubblica ai suicidi, salvo nel caso in cui il gesto estremo sia stato attuato per liberarsi da una sofferenza divenuta insopportabile. La legislazione romana, ricorda Minois, mira a evitare che un individuo, condannato alla confisca dei beni, sfugga alla condanna con un testamento seguito da suicidio, con un danno per l'erario pubblico. La legge romana riconosce la legittimità del suicidio qualora a provocarlo siano il dolore, la follia, la vergogna, la fatica di vivere. Con Antonino Pio la concezione stoica della vita è pienamente accolta. Un suo provvedimento recita: «Se viene provato che tuo fratello o tuo padre, non accusato di alcun crimine, si è impiccato per sfuggire a un qualche dolore fisico o al disgusto per la vita, oppure per rabbia o follia o altre circostanze, allora i suoi beni vanno ai suoi eredi, che abbia redatto o meno un testamento» (p. 29).

La malinconia continua a essere una prerogativa dei grandi uomini, di coraggio e d'intelletto; una sorta di "privilegio negativo del saggio" (p. 33). Asclepiade di Bitinia nel I secolo a.C. cominciò a vedere negli stati depressivi l'inizio di un disordine mentale caratterizzato da furore e tristezza. I suoi rimedi erano di ordine psicologico: viaggi, musica, conversazioni non competitive, esercizio fisico moderato. Gli stessi rimedi ripropone Menodoto di Nicomedia (I secolo d.C.) il quale raccomanda anche l'assunzione di elleboro, che si credeva sviluppasse l'intelligenza. Nel II secolo d.C. il medico Areteo di Cappadocia dà una descrizione della malinconia molto simile a quella che noi diamo della depressione ansiosa: il depresso grave si sente così perseguitato e maledice a tal punto la vita, da desiderare la morte. Areteo di Cappadocia osserva che il depresso può essere al tempo stesso anche pieno di energia. La malinconia è la malattia degli anziani, dei grassi, dei solitari. Areteo consiglia ai pazienti di consumare more, pere, oltre che

una moderata attività sessuale, rimedio questo tanto antico quanto raccomandato a tutte le latitudini. Archigene di Apamea vede nella malinconia una specie di malattia maniacale, l'inizio di follia con visioni e inclinazione al suicidio, alla misantropia, all'avarizia, alla golosità. Nel III secolo d.C. in un trattato attribuito a Sorano d'Efeso si legge che il malinconico è «furbo, avido, depresso, misantropo e timido» (p. 34). Minois registra una svolta: il male di vivere si è evoluto in male morale, pur rimanendo una patologia psicofisiologica. Siamo a un passo dalla demonizzazione della malinconia, pronta per essere assimilata al peccato (p. 34).

\*\*\*\*

Nella visione paolina la vita è un esilio e il mondo un luogo di perdizione dove l'uomo deve condurre una lotta interminabile contro la carne. Il male di vivere viene demonizzato e la disperazione diventa una colpa morale, di cui è responsabile il diavolo, che rovina la vita degli uomini fin dal peccato originale. Il male di vivere demonizzato si chiamerà *acedia*. L'acedia devasta gli ambienti cenobitici e monastici del IV e V secolo. In quale misura e con quali effetti il monaco possa essere colpito dall'acedia, è provato dalla vicenda di Evagrio Pontico, un cenobita ritiratosi per sedici anni nel deserto egiziano. Uno strano malessere coglie il solitario verso mezzogiorno. «L'asceta, indebolito dalle privazioni, sfinito dal sole a picco, cade nel più completo stato di abbattimento; viene colto dal disgusto, dalla nausea; tutto gli sembra immobile, persino l'implacabile sole che sembra fermarsi; la sua mente inizia a divagare; egli è assalito dalle visioni e attende la morte come una liberazione. Questa immensa tristezza e il languore provato dal solitario si accompagnano a una noia profonda, nel senso di *inodiare* (avere in odio): collera contro questo luogo, contro la decisione di esservi recato, contro coloro che hanno scelto l'esistenza stessa» (p. 36). A san Giovanni Cassiano (365-435), contemporaneo di Agostino d'Ipbona, si deve lo studio più dettagliato dell'acedia monastica. Nella sua opera *De institutis coenobiorum* enumera gli otto vizi che minacciano i monaci: golosità, fornicazione, avarizia, collera, tristezza, accidia, vanagloria, orgoglio. L'acedia, accostata al *taedium vitae* dei pagani, non è ricondotta a una disfunzione della bile nera, come la malinconia, ma a un peccato ispirato dal diavolo, che consiste nel disgusto per i beni spirituali. La descrizione data da Cassiano però, avverte Minois, corrisponde al quadro del depresso, se togliamo gli aspetti legati alla dottrina cristiana. Ma la disperazione che colpisce il monaco porta a

volte al suicidio: questo accade quando la tristezza non induce il colpevole a correggersi e a redimersi, ma gli procura una disperazione mortale, quella di Caino dopo l'assassinio di suo fratello e quella di Giuda, che va a impiccarsi dopo il tradimento (p. 39). Il rimedio è il lavoro, ma senza eccessi, perché il diavolo può agire anche in chi si dedica al lavoro in modo forsennato e fuor di misura.

In generale non riesce difficile comprendere che i monasteri espongono all'accidia per il genere di vita che vi si conduce, caratterizzata da una meditazione costante sulla propria condizione: la paura di essere sopraffatti dal demonio che si sa sempre in agguato, la paura dell'inferno, l'ossessione per l'aldilà, la negazione della minima richiesta proveniente dal proprio corpo riguardo la soddisfazione di bisogni naturali e lo schiacciante senso di colpa, sono tutti fattori che alimentano il male di vivere, detestabile come colpa morale. Laurent d'Orléans applica la teoria degli umori alla comprensione dei malinconici e degli accidiosi: il diavolo per provocare l'accidia agisce mediante la bile o il flegma. La malinconia affligge in modo indipendente dalla volontà delle persone che si trovano sotto l'influenza di Saturno, «tuttavia questa malinconia si trasforma in peccato, in vizio morale e in accidia in coloro che si lasciano andare: distinzione molto teorica però, poiché gli autori spirituali riflettono soprattutto sulla malinconia in termini morali e le manifestazioni che prendono in considerazione sono la tristezza, la scontentezza del cuore, l'amarezza, la perdita di speranza» (p. 45). Il temperamento malinconico può essere decifrato come prova il cui superamento conferisce meriti speciali oppure la stessa prevalenza della bile nera può essere intesa come una conseguenza diretta del peccato originale: così la intende Ildegarda di Bingen (XII secolo). Guillaume de Conches nel medesimo periodo accoglie la teoria che vede nella malinconia l'effetto del peccato originale, ma esibisce un'argomentazione in cui cerca di conciliare teologia e biologia: l'uomo, creato caldo e umido, a causa dell'espulsione dal paradiso terrestre, ha perduto calore e umidità in diverse proporzioni, determinando i temperamenti collerici (caldo e secco, con eccesso di bile gialla), flemmatici (freddo e umido) e malinconici (freddo e secco). In questa ricostruzione il sanguigno caldo e umido assurge a temperamento ideale, di cui i rimanenti sono degenerazioni (p. 47).

Nell'XI secolo Costantino l'Africano fonda la scuola salernitana di medicina e dedica alla malinconia un trattato che avrà una notevole influenza lungo tutto il Medioevo. Costantino l'Africano ha un'opinione molto meno negativa dei malinconici. Sia le cause che i sintomi a suo

avviso sono vari. Alle cause fisiche si aggiungono quelle intellettuali: voler approfondire troppo le cose, pretendere di trovare le ragioni di tutto, lo studio eccessivo della scienza e della filosofia. Viene così ripresa la teoria aristotelica che stabilisce un nesso stretto tra malinconia e intelligenza. Scrive Costantino l'Africano: «I pensieri ardui, il continuo rammentare, lo studio, l'esame approfondito, l'immaginazione, la ricerca del significato delle cose, così come le visioni e i giudizi, siano essi fondati o solo semplici sospetti (...) possono in poco tempo portare l'anima alla malinconia, se questa si immerge troppo profondamente in siffatte attività» (p. 48). Ma i pensatori della scolastica non sono interessati alla malinconia quanto invece all'accidia. A metà del XIII secolo David d'Asburgo distingue diversi tipi di accidia, di cui alcuni è competente il medico, di altri il prete. Ci sono tre generi di accidia. «Il primo è una certa amarezza dello spirito (...) incline alla disperazione, alla diffidenza, ai sospetti e porta a volte la sua vittima a darsi la morte quando viene attanagliata da un dolore inconsulto. Il secondo genere di accidia è un certo torpore che porta sonnolenza e il conforto del corpo (...) il quale casca dal sonno di fronte al lavoro e si delizia dell'ozio. Si tratta della pigrizia vera e propria. Il terzo genere è un disgusto solo verso le cose che riguardano Dio, mentre nelle altre occupazioni la sua vittima è attiva e il suo spirito è sollevato» (p. 51). Il teologo inglese Alessandro di Hales riprende questa tripartizione (tristezza, torpore, disgusto), ma precisa che l'accidia deriva per lo più da una malinconia, perciò non è il peccato più grave e non è una colpa che non si possa correggere. Nel *Dialogus miraculorum* (1223) di Cesario di Heisterbach si trova una serie di esempi che documentano la frequenza del suicidio nei monasteri, sia maschili che femminili, «sia per la disperazione data dall'attesa della salvezza, sia per la perdita di fede in Dio» (p. 52). Il domenicano Guilelmus Peraldus nella *Summa vitiorum* (1236) espone una diversa interpretazione, che vede nell'ozio la causa dell'accidia. Il cattivo uso del tempo è sia causa che conseguenza dell'accidia, infatti tra i sedici vizi provocati dall'accidia Peraldus inserisce anche la *dilatatio*, che consiste nel rimandare sempre i propri doveri, procrastinando la loro esecuzione. Tommaso d'Aquino nella *Somma teologica* descrive l'accidia precorrendo tratti caratteristici delle diagnosi moderne di depressione: «È una tristezza opprimente che produce nell'animo dell'uomo una depressione tale per cui egli non ha più voglia di fare nulla, alla stregua delle cose che, impregnate di acido, diventano completamente fredde. Ecco perché l'accidia procura un certo fastidio per l'azione. Alcuni dicono anche che l'accidia sia un torpore dell'anima che impedisce di cominciare a fare del bene» (p. 53).

Il suicidio nel Medioevo è stato oggetto di uno studio di Alexander Murray (*The Violent against Themselves*, I, 1998; *The Curse of Self-murder*, II, 2000) che Minois giudica esaustivo, in cui sono raccolti 546 casi di suicidio. Dallo studio di Murray risulta che gli uomini si suicidano due volte più delle donne, un po' più della metà si impicca, il 30% si annega, il 15% usa un'arma da taglio. Circa un terzo dei suicidi sono membri del clero. Il tasso di suicidio fra il clero è molto elevato e confermerebbe l'importanza e la gravità della forma religiosa dell'accidia. Dante mette gli accidiosi nel *Purgatorio* (canto XVII), per essere stati tiepidi, lenti e trascurati. Per Dante il suicidio è una violenza contro se stessi e non una conseguenza dell'accidia. I suicidi vanno all'*Inferno* (XIII canto, selva dei suicidi). Tommaso d'Aquino vede nel suicidio un crimine contro Dio, contro la natura, contro la società e contro se stessi: tale condanna spiega perché Dante spedisce i suicidi all'*Inferno*. Agostino nella *Città di Dio* espone i motivi per cui il suicidio è interdetto in modo assoluto: chi vuole togliersi la vita per i peccati commessi, ha ancora più bisogno di vivere per potersi meritare il perdono; chi vuole suicidarsi perché spera in una vita migliore nell'aldilà, sappia che per i suicidi non c'è speranza di una vita migliore dopo la morte (*De civitate Dei*, I, 26). Nel corso del Medioevo si giustifica solo il suicidio dei pazzi e dei demoniaci. Il suicidio per disperazione è il più grave di tutti, poiché viene commesso da chi crede che i suoi peccati non saranno mai perdonati. «Così facendo, spiega Minois, egli pecca sia contro Dio (poiché dubita della misericordia, come Giuda) che contro la Chiesa (poiché dubita del potere di intercessione). Allo stesso tempo la disperazione si impone come uno dei peccati più gravi poiché torna a contestare il ruolo della Chiesa nel perdono delle colpe per mezzo dell'assoluzione, una Chiesa che afferma peraltro il suo statuto di intermediario universale e obbligato fra Dio e gli uomini» (p. 59). A provocare la tentazione di suicidarsi è la disperazione conseguente a qualunque peccato. Il peccato porta alla disperazione per mancanza di fiducia e di fede, donde poi il suicidio, peccato gravissimo. Chi si dispera in modo radicale per aver peccato non crede nel perdono divino e questa mancanza di fede porta spesso all'autosoppressione. Il suicidio rimane comunque un atto contro natura, e il cadavere di un suicida è maledetto poiché contamina il luogo in cui si è consumato il gesto estremo. Se il cadavere del suicida è sottoposto a pene infamanti (sepoltura fuori del cimitero, i suoi beni confiscati e la sua casa distrutta), il diritto canonico e il diritto civile prevedono pene blande per chi ha tentato il suicidio: riprovazione e controllo. Per il cristianesimo medievale l'angoscia e la paura di vivere sono l'effetto del

cedimento alla tentazione diabolica: sfruttando la mancanza della fiducia in Dio il diavolo suggerisce che con il suicidio si pone rimedio al male di vivere.

\*\*\*\*

Minois chiama il periodo 1480-1630 il “secolo della malinconia”. Il secolo del Rinascimento, dell’Umanesimo e della Riforma non poteva non essere malinconico: «Il fatto di rimettere in discussione certezze plurisecolari suscita meditazione, dubbio, spinge allo studio, al dibattito, alla contestazione» (p. 65). Una causa ulteriore di disperazione degli intellettuali umanisti è la consapevolezza sempre più ineludibile dell’impossibilità di conquistare il sapere universale. Tutti i sapienti dediti allo studio, alla ricerca, all’erudizione, devono arrendersi dinanzi ai limiti della mente umana. Il mito di Faust è l’espressione della frustrata aspirazione al sapere universale, i cui confini nessuno può abbracciare. La storia anonima pubblicata a Francoforte nel 1587 con il titolo *Storia del Dottor Faust* illustra il tentativo di violare quei limiti con un patto diabolico: «Astrologo, matematico, teologo e medico, egli volle sondare le fondamenta ultime del cielo e della terra, e sarà proprio la sua bulimia di conoscenza, chiamata “furore malinconico”, a condurlo alla disperazione quando capisce che la conoscenza assoluta è fuori della sua portata e che deve abbandonare il sapere acquisito nel corso di tutta una vita di lavoro» (p. 66). Altro fattore negativo è la nascita del capitalismo e della progressiva affermazione dell’individualismo nell’economia, nella religione e nella cultura. Con il declino delle pratiche comunitarie si affievolisce anche la protezione che le comunità religiose o le corporazioni avevano potuto assicurare alle persone. Si moltiplicano gli studi di fisionomia, le autobiografie e i ritratti, testimonianza di un narcisismo inedito, generatore di malinconia. Il corpo è inteso, platonicamente, come immagine dell’anima, il che giustifica l’interesse per l’aspetto fisico. Il volto in particolare diventa oggetto di una ritrattistica diffusa, che contagia non solo l’aristocrazia ma anche la borghesia e persino gli artisti, sempre più propensi a farsi l’autoritratto. «Autoritratti, autobiografie, il procedimento è sempre il medesimo: si vuole plasmare la propria immagine, autogiustificarsi e immortalarsi nella posa scelta. All’origine dell’autobiografia vi è infatti spesso un’angoscia del tempo che passa e un’angoscia rispetto allo sguardo dell’altro» (p. 68). L’autore della prima autobiografia (1542) è il matematico e filosofo Gerolamo Cardano, afflitto da una depressione che lo portò al suicidio. Gli umanisti sono angosciati dal passare del



tempo: «Per questi uomini che riscoprono la bellezza del corpo e del viso, che cominciano a riabilitare la materia, che ammirano l'umanità e le sue realizzazioni artistiche e intellettuali, il tempo diventa il nemico principale che viene a offuscare la bellezza, a indebolire le capacità e ad annunciare la morte» (p. 69). L'epoca è dominata dall'ossessione per il disfacimento cui ogni cosa va incontro, come si vede in un'incisione di Philippe Galle (*Tempus omnia et singola consumens*, 1574), dove compare Saturno seduto su una grande clessidra e occupato a divorare un bambino, tenendo un serpente che si morde la coda.

L'iconografia tradizionale è inaugurata dai *Trionfi* di Petrarca: Saturno guida un carro tirato da due cavalli simboli del giorno e della notte, seguito dalla Morte a cavallo nelle fattezze di uno scheletro vestito con un sudario, che impugna la falce. Anche Marsilio Ficino è un depresso che riabilita la malattia di cui soffre, facendola passare per segno di profondità e genialità. L'ozio è all'origine della tristezza, ma la ricerca di una gradevole varietà di svaghi non è un rimedio sufficiente. Se l'accidia medievale era spesso una letargia, la malinconia di Ficino si traduce in dinamismo sfrenato e in una irragionevole agitazione. La moda della malinconia dilaga in tutta Europa. La malinconia, nonostante sia una malattia, acquista il prestigio di essere appannaggio di persone eccezionalmente dotate. La vita è una storia tragica, il mondo un palcoscenico di folli. Dunque la soluzione è il suicidio o non essere mai nati? Shakespeare passa in rassegna i motivi che possono spingere a farla finita (amore, gloria, rimorso, rovina, disperazione). Il duca di Gloucester in *Re Lear*, vecchio, cieco, disilluso, si fa guidare dal figlio, che si finge pazzo, alle scogliere di Dover, per poi gettarsi nel vuoto. Ma l'altura da cui si getta il duca di Gloucester è una collinetta, così il cieco non subisce alcun danno. Una scena farsesca, che ben rappresenta il nichilismo moderno: «Tutto è vuoto, compreso il cielo; tutto è illusione, comprese la vita e la morte» (p. 80).

La medicina ripropone come spiegazione la teoria degli umori, ad esempio con Ambroise Paré. I malinconici vedono nero perché il loro cervello è offuscato dalle esalazioni della bile nera. Intorno alla fine del secolo XVI i medici si orientano sempre più verso spiegazioni psicologiche (Pierre Pigray, Joseph du Chesne de La Violette, Tomaso Garzoni) e descrivono le manifestazioni del paziente malinconico. Ritorna in auge la teoria aristotelica che congiunge la malinconia con un intelletto superiore, ma i teologi combattono la malinconia, osservando che i saturnini rimuginano le loro chimere e visioni per intervento del diavolo che sconvolge la loro immaginazione. Il diavolo fa leva sulla tristezza delle persone per portali alla disperazione patologica. Il

temperamento malinconico viene sospettato di essere un sintomo di stregoneria, come si legge nel *Martello delle streghe*. Lucas Cranach, riprendendo gli scritti di Lutero in cui si indica nell'umore malinconico una mistura preparata dal diavolo, in una serie di dipinti dal 1528 al 1532 dal titolo *Malinconia*, illustra il nesso con la stregoneria. L'allegoria della malinconia è «una giovane dal viso illuminato da un misterioso sorriso appena accennato» (p. 85), ma più inquietante della *Malinconia tormentata* dell'incisione di Dürer. Nella seconda metà del XVI secolo si assiste a una recrudescenza dei suicidi, tanto che le autorità sono costrette a prendere provvedimenti legislativi molto duri, come impalare i cadaveri dei suicidi in Inghilterra e ad appenderli per i piedi in Francia, con lo scopo evidente di scoraggiare gli aspiranti suicidi. Nel Rinascimento la malinconia è considerata segno di genialità presso gli intellettuali che danno prova di creatività. Ma nella cultura popolare, dove il malinconico è solo un depresso, la malinconia appare diabolica e da rifuggire.

Michelangelo conferma l'influsso positivo della malinconia sulla capacità creativa. René Le Senne, citato da Minois, nel suo *Trattato di caratterologia* (1946), scrive che «la melanconia profonda di Michelangelo infonde alla sua opera un'infinità irriducibile, inesauribile, da cui tutte le opere traggono la caratteristica di rivelare la *preponderanza definitiva dell'anima sull'azione*» (p. 97). Robert Burton, nato nel 1577 nel Warwickshire (Inghilterra) conduce l'intera sua vita nelle biblioteche o tra i libri che viene accumulando, maturando così un'erudizione colossale. La sua opera monumentale di duemila pagine, *Anatomia della malinconia*, aspira a predisporre un rimedio per il male del suo autore. Nonostante la mole, l'opera ha avuto diverse edizioni sia nel corso della vita dell'autore, sia dopo la sua morte. La sua descrizione minuziosa dei vari aspetti della malinconia si avvale delle teorie mediche classiche. Per quanto riguarda le cause, la prima è il peccato originale. Adamo sprofondò nella malinconia immediatamente dopo la caduta. Le cause secondarie sono: l'ereditarietà, la vecchiaia, il cattivo regime alimentare (i pasti troppo abbondanti), l'astinenza sessuale. Ma le cause possono essere anche altre (cattiva qualità dell'aria, esposizione eccessiva al sole, mancanza o eccesso di esercizio fisico, il troppo sonno, una disgrazia, l'invidia, la gelosia, la collera, desideri insoddisfatti, ecc.). Burton dedica una particolare attenzione alla malinconia amorosa e a quella religiosa. L'amore, a causa della gelosia, è fonte di una moltitudine di mali che portano alla malinconia e anche al suicidio. In ambito religioso superstizione, eresia, fanatismo, scismi provocano una vera e propria follia. Ecco i rimedi che Burton propone

contro la malinconia: i viaggi, rapporti sessuali, amicizie, condurre una vita equilibrata e piacevole, in una casa con giardino in una zona dal clima gradevole; poi si raccomanda di curare l'igiene, lavarsi spesso mani e viso, indossare biancheria pulita, poiché la sporcizia demoralizza. Bisogna curare insieme anima e corpo.

La speranza degli umanisti di promuovere la nascita di una nuova umanità va in frantumi con le guerre di religione; una minoranza di intellettuali non può nulla contro l'irrazionalismo fideistico delle masse. «La fede nell'uomo si è rivelata utopica quanto la fede in Dio e questa presa di coscienza spiega in gran parte il pessimismo del XVII secolo, un pessimismo di ispirazione giansenista, generatore di un profondo mal di vivere che si traduce in diffidenza intellettuale nei confronti delle capacità umane» (p. 119). Nel XVII secolo è frequente la rappresentazione della malinconia: esempi sono la *Malinconia* di Cesare Ripa (1611) o *L'Allegria e la malinconia* di Abraham Janssens (1623). Il tempo che scorre inesorabile viene spesso rappresentato con una varietà di allegorie, come teschi, orologi. Cartesio indica nei guasti della macchina corporea l'origine della malinconia, che non può provenire dalla mente, anche se esercita su quest'ultima un'influenza negativa. Bisogna quindi riparare i difetti della macchina corporea, per lasciare alla mente la libertà di condursi secondo la ragione. Malebranche riprende questa spiegazione, ma la colloca in un contesto religioso: «Tutte le forme di inquietudine, del mal di vivere e della malinconia sono, da un lato, la conseguenza del peccato originale, che ha distrutto lo stato di integrità iniziale della natura umana, e dall'altro la prova che siamo chiamati a un bene superiore» (p. 122). L'uomo è ossessionato da un'insoddisfazione cronica per il presente. L'inquietudine è generata dalla sensazione di essere stati creati per qualcosa di grande e di superiore, senza che si riesca a capire che cosa sia questa grandezza. La malinconia è generata dalla tensione costante verso un bene più grande. Ma pochi si salveranno. Tranne un esiguo numero di eletti cui Dio concede la grazia, la massa sterminata degli esseri umani finirà dannata all'inferno. Su questo gesuiti e giansenisti sono d'accordo. Per fare uso del libero arbitrio bisogna condurre una vita ascetica, preconditione che scoraggia la maggior parte delle persone. La riflessione giansenista sulla condizione umana conduce a un arresto: «Da un lato il mondo, radicalmente brutto, che nessuna azione potrà mai migliorare; dall'altro un Dio inafferrabile che invia la sua grazia solo a un esiguo numero di eletti; in mezzo l'uomo, assetato di assoluto e consapevole di non poterlo avere. L'unica via d'uscita sarebbe il nulla, ma il giansenismo lo rifiuta nel nome di Dio, padrone assoluto della vita» (p. 125). Il solo

argine al suicidio è la fede in un Dio. Per i giansenisti la paura è necessaria alla salvezza; gli uomini devono credere e avere paura perché non hanno alcuna certezza di far parte del piccolo numero di eletti che saranno salvati.

All'inquietudine si aggiunge la noia che secondo La Motte-Houdar (1672-1731) nasce dall'uniformità della cultura classica, che applica il principio di unità a tutti i campi: fede, letteratura, governo, arte, economia. Tutto è regolato secondo uno schema autoritario e gerarchico. La monarchia e i suoi intendenti devono fare applicare in modo uniforme le leggi in tutto il regno. «Ogni cosa e ogni uomo al proprio posto, in un'armonia statica: la perfezione risiede nell'immobilità. Inquadrato, guidato e sorvegliato, l'uomo non deve più porsi alcuna domanda. L'ordine classico dovrebbe rassicurarlo, ma la ripresa delle redini culturali e politiche si traduce in un'esigenza di rigidità morale e in un formalismo freddo che generano la noia, forma tipica del mal di vivere del XVII secolo in Francia e nei paesi che la erigono a modello» (p. 129). Per Pascal la noia è tipica della condizione umana. L'uomo deve tenersi sempre occupato per dimenticare la vanità e il nulla della sua esistenza. Non c'è alternativa all'occupazione costante, se non si vuole vivere nell'infelicità. Scrive Pascal: «Nulla è così insopportabile all'uomo come essere in pieno riposo, senza passioni, senza faccende, senza svaghi, senza occupazione. Egli sente allora la sua nullità, il suo abbandono, la sua insufficienza, la sua dipendenza, la sua impotenza, il suo vuoto. E subito sorgeranno, dal fondo della sua anima il tedio, l'umor nero, la tristezza, il cruccio, il dispetto, la disperazione» (p. 133).

\*\*\*\*

Il XVIII secolo segna il trionfo della ragione, dello spirito critico, della scienza, della fiducia nel progresso, della critica sociale, dell'ottimismo, ma Jean Deprun, avverte Minois, mette in guardia da questa lettura di un'epoca che in realtà è segnata da una profonda inquietudine, per quanto si tratti di un'inquietudine giudicata positivamente poiché spinge gli uomini ad agire. Il non sentirsi a proprio agio, l'inquietudine, «questa sensazione di mancanza ha perso la sua dimensione religiosa per divenire una spinta ad agire, mentre il possesso del bene ambito, la soddisfazione, generano apatia e noia» (p. 136). L'uomo scopre che la sua infelicità è congenita, perché i suoi desideri non saranno mai soddisfatti. Schopenhauer dirà che l'uomo oscilla tra la noia e il dolore, perciò è destinato all'infelicità permanente. I principali pensatori del

‘700 considerano l’inquietudine come il disagio che proviene dal sentimento di imperfezione. Lo stesso Voltaire ammette di essere un inquieto che va in bestia; e che l’uomo è «nato per vivere nelle convulsioni dell’inquietudine o nel letargo della noia» (p. 138). Inquietudine e noia sono le due alternative di un dilemma insuperabile. La malinconia però, pur rimanendo come patologia, non gode più del prestigio che aveva alla fine del XVI secolo; essa viene vista con diffidenza e paura, perché può condurre al suicidio. Edmund Burke è categorico: «La malinconia, la depressione, la disperazione e spesso il suicidio sono le conseguenze della tetra visione delle cose prodotte dal nostro stato di rilassamento. Il rimedio migliore a tutti questi mali è l’esercizio fisico o il lavoro» (p. 146). La malinconia profonda è vista con diffidenza sia dalle autorità religiose, sia dai seguaci dell’Illuminismo, in quanto malattia mentale. Gli illuministi preferiscono l’inquietudine alla malinconia. L’illuminismo è celebrato come un’epoca di piaceri e di libertà, ma in realtà è un’epoca di paure, ossessionata dalla morte e dal tempo. Si può parlare allora di un pessimismo dell’Illuminismo, i cui esponenti non hanno difficoltà a riconoscere che nella vita comune la somma dei mali è superiore a quella dei beni. Maupertuis ha inventato l’espressione “mal di vivere”. Almeno il mal di vivere aiuta gli uomini a sopportare l’idea della morte. Chamfort metterà in pratica una delle sue massime: «Vivere è una malattia, la cura è la morte» (p. 154). Nel XVIII secolo troviamo allora una convergenza tra credenti e non credenti: l’abborrimento della vita su questa terra. Il bene più grande, la morte, per gli atei mette fine a tutto. Da La Mettrie a Diderot, da Nougaret a Chamfort, è interminabile la serie di intellettuali impastati di pessimismo. Paul Hazard attribuisce al terremoto di Lisbona (1755) la svolta del secolo che passa dall’ottimismo al pessimismo. Bossuet e Voltaire non avevano ripetuto che l’obiettivo dell’uomo è essere felice? Ma la felicità non esiste, è un miraggio che svanisce non appena lo si tocca. La felicità consiste nella speranza della felicità. Qualcuno è stato felice. Minois cita Casanova, per il quale chi considera la vita come una sequela di sventure è certamente malato o povero; e può esistere solo tra «filosofi pezzenti e teologi disonesti o irascibili» (p. 160). Ma in generale il coro sull’infelicità della condizione umana è unanime. La spia inconfutabile del mal di vivere è il suicidio: «Togliersi la vita in completa cognizione di causa è la dimostrazione suprema del disgusto per la vita, qualunque ne sia l’origine» (pp. 165-166). Inghilterra, Francia, Germania, Paesi Scandinavi registrano un aumento dei suicidi. A quanto pare il male di vivere ha un certo successo, se si

considera il clamore febbrile suscitato dal suicidio letterario nel 1774, che scatena una vera e propria werthermania.

Il male di vivere appare sempre più la conseguenza dell'attività di pensiero. Chi riflette è infelice; l'idiota è felice. Madame di Staël è una grande malinconica e la prima donna ad aver scritto sul suicidio. Essa distingue tre tipi di suicidio: per amore, filosofico e per un crimine dal quale il suicidio può cominciare a riscattare. Ma l'essere umana depravato ignora essenzialmente il suicidio, che sarebbe incapace di affrontare perché richiede una fine sensibilità. Il male di vivere preromantico e romantico è prima di tutto tipico dei giovani, la cui energia dopo il 1815 non trova sfogo. Delusi dalla fredda ragione, i giovani delle nuove generazioni si rivolgono ai sentimenti, all'amore, che però «è tragico, sempre minacciato dal tempo, dal tradimento, dalla morte» (p. 194). Gli eroi romantici, Werther, René e Oberman, sono tutti infelici. *Oberman*, pubblicato nel 1804 da Senancour, è il prototipo del giovane romantico che «assetato di assoluto, di verità e di eternità, non fa che incontrare sulla sua strada grettezza, falsità ed effimero» (p. 194), e tuttavia non può fare a meno di godere della propria sofferenza: «Da dove viene all'uomo, si chiede Oberman, la più duratura fra le gioie del suo cuore, la voluttà della malinconia, l'incanto pieno di segreti che lo abbevera dei suoi dolori e fa sì che egli continui, cosciente della propria rovina, ad amarsi?» (p. 194). Dopo il 1830 in Francia si assiste al trionfo del determinismo scientifico, all'immobilismo politico, sociale e religioso. Perché stupirsi allora della noia in cui si trascinano i giovani? Molti poeti romantici muoiono dopo una breve vita di eccessi, dissolutezze, autoesaltazioni e tentativi di suicidio qualche volta riusciti.

Tra il 1789 e il 1790 Philippe Pinel auspica la soppressione dei voti monastici e degli ordini regolari da parte dell'Assemblea costituente, con l'argomento che il monastero rappresenta un fattore di instabilità psichica, follia omicida e suicida. «Un isolamento eterno e senza speranza, scrive Pinel nelle *Réflexions médicales sur l'état monastique*, la dura costrizione di tutte le tendenze del cuore portano nell'anima il disgusto e l'amarrezza (...) Una malinconia cupa, triste frutto dell'intorpidimento delle facoltà fisiche e morali, spesso gli accessi della malinconia più profonda, e altre volte le infermità provocate dalla vita sedentaria, avvelenano tutti i momenti dell'esistenza. La follia spesso si affianca al disordine dell'intelletto, e non vi è monastero che non ne offra puntualmente tristi esempi ogni giorno» (p. 205). Pinel è convinto che tutte le forme di vita religiosa siano all'origine dello squilibrio psichico. Clericalismo e male di vivere dunque sono associati. Il male di vivere colpisce poeti e filosofi. Minois

porta come esempio speciale Leopardi, per il quale «nasce l'uomo a fatica / ed è rischio di morte il nascimento. / Prova pena e tormento / per prima cosa; e in sul principio stesso / la madre e il genitore / il prende a consolar dell'essere nato» (p. 211). Non c'è un Dio, ma solo una natura odiosa, una macchina impersonale e cieca che produce vite solo per sopprimerle. L'amore potrebbe salvarci, ma in realtà tanto più sarà fonte di sofferenza la perdita della persona amata, quanto più l'avremo amata.

Minois esplora i sistemi filosofici della disperazione: Schopenhauer (l'uomo fugge il dolore solo per affogare nella noia); Eduard von Hartmann (la vita è un inganno che nessuno vorrebbe sperimentare una seconda volta); Stirner (esiste solo l'io, il quale non può che assistere allo spettacolo della propria distruzione); Gottfried Keller, Mark Twain; Kierkegaard; Dostoevskij; Maupassant; Nietzsche. La consapevolezza di sé è il fattore principale della sofferenza psichica, perciò chi si è dedicato alla riflessione è un candidato alla depressione. Nel corso dell'Ottocento si moltiplicano vertiginosamente sia i casi di suicidio, sia gli studi dedicati all'analisi del fenomeno. La morte volontaria viene spesso legittimata in ambito letterario con argomenti derivati dalla tradizione stoica: «Quando la vita di un uomo è nociva per alcuni, quando egli è di peso a se stesso, inutile per tutti, il suicidio è un atto legittimo che egli può commettere, se non senza rimpianto di aver fallito nella propria vita, almeno senza rimorso per il fatto di mettersi fine» (Albert Bayet, citato a pagina 251). Alphonse Karr, citato da Bayet, pensa «che non ci sia niente di più sensato che togliere un abito che non ci fa sentire a nostro agio; lasciare un luogo in cui ci troviamo male; deporre un fardello troppo pesante per le nostre spalle» (p. 250). I giornali parlano sempre più apertamente del suicidio, anche se togliersi la vita rimane pur sempre una tara familiare e sociale. La riflessione scientifica nella prima metà del secolo rivela l'incomprensione dei fattori psicologici del suicidio, che viene condannato come atto commesso in preda alla follia oppure a causa della perdita di senso morale. Jean-Étienne Esquirol (1772-1840), discepolo di Pinel, oscilla tra la considerazione della malinconia come delirio parziale che non va confusa con la demenza o la monomania, e un giudizio che lo allinea all'opinione della maggior parte degli psichiatri dell'epoca: «L'uomo attende ai suoi giorni solo durante il delirio e tutti i morti per suicidio sono degli alienati» (p. 253). E nell'opera *Les maladies mentales* del 1839 Esquirol sostiene che l'angoscia suicida è una conseguenza dell'immoralismo. Per Brierre de Boismont la soluzione migliore per i depressi è il convento, asilo per le grandi infelicità, rifugio per le menti esaltate non più adatte a vivere in società. Ma esiste un'alternativa al

convento: il lavoro volontario, indefesso, accanito. Bisogna inculcare la voglia di lavorare e mettere al bando la pigrizia; il lavoro è la base della tranquillità e del benessere dell'uomo. Secondo Brierre la noia, conseguenza del peccato originale, fa parte della condizione umana: la fatica di vivere, la tristezza e l'angoscia ne sono la conseguenza. Ma il male di vivere è la prova che esiste un bene assoluto al quale aspiriamo.

Durkheim dà del suicidio una spiegazione sociologica. Intraprende la sua ricerca in seguito al suicidio di Victor Hommay, suo ex studente alla Scuola Normale Superiore. In risposta alla posizione dei moralisti che chiamano in causa la debolezza individuale, Durkheim intende mostrare che il suicidio è il prodotto del contesto sociale e delle sue pressioni sugli individui e che l'epoca stessa favorisce la proliferazione del fenomeno. Contrario al suicidio, Durkheim suggerisce di rafforzare i legami sociali. Egli riconosce che il cammino della civiltà occidentale è caratterizzato da un aumento del male di vivere. L'innalzamento parallelo del livello di vita e del tasso di suicidi suggerisce a Durkheim una considerazione generale, per cui è possibile osservare un ciclo infernale di consumo e creazione di nuovi bisogni: «La società dei consumi, commenta Minois, causa il dominio degli interessi economici, che moltiplicano i bisogni artificiali e quindi le cause di frustrazione, poiché non offre altri obiettivi e valori supremi se non la propria soddisfazione (...) La spirale che viene a crearsi è una macchina che distrugge sia le aspirazioni morali che spirituali, poiché favorisce due tendenze apparentemente contrapposte, ma in realtà complementari: l'atomizzazione e il gregarismo, l'individualismo e lo spirito di massa. Per essere di massa, il consumo ha bisogno di isolare gli individui, facendo loro proiettare il miraggio della soddisfazione personale e, allo stesso tempo, diffondendo il più possibile il conformismo. Solo e soffocato nella massa, all'esclusiva mercè delle forze economiche, all'individuo non rimangono che due strade: l'istupidimento o il mal di vivere. Vivere quindi nell'euforia e nell'idiozia, oppure nella riflessione e nella depressione» (pp. 261-262).

La raccolta di aforismi di Cioran, *L'inconveniente di essere nati*, 1973, secondo Minois, è una specie di bibbia del male di vivere contemporaneo, spinta al parossismo. La "catastrofe della nascita" è caratterizzata dal timor panico del primo istante di vita, che accompagnerà l'uomo per tutta la vita. Una volta nati, il peggio è passato, ovvero la nostra venuta al mondo. Ma la catastrofe della nascita è anche un monito a evitare il peggiore di tutti i crimini: essere padre. Il futuro dell'uomo è un'illusione e il tempo infantile delle illusioni, compresa l'esistenza di Dio, è finito. Molti intellettuali si suicidano nel



corso del Novecento (basti ricordare tra i tanti Cesare Pavese e Stefan Zweig). La domanda che risuona in molte autobiografie è: che cosa siamo venuti a fare in questa prigione, dalla quale usciremo per morire? Se con il pensiero comprendiamo il non senso del vivere, perché dar corso ogni giorno a sempre nuove azioni? La psicoanalisi esplora il ritiro in se stesso del malinconico. Freud osserva che i malinconici sono in grado di afferrare la verità con maggiore acutezza rispetto ai non malinconici. Il malinconico vagheggia un oggetto perduto che tuttavia non esiste, avverte Agamben: fa apparire come perduto un oggetto che non ha mai posseduto e sfugge all'appropriazione. «Avendo colto anticipatamente la perdita di senso, il malinconico si ritira in se stesso, diviene il suo ultimo rifugio, il solo significante in un mondo insensato. Questo solipsismo provoca un certo stato di autocompiacimento e, allo stesso tempo, una detestazione per se stessi che spinge all'autodistruzione» (p. 285).

\*\*\*\*

Al malinconico risulta più facile adattarsi alla vita nelle società stabili tradizionali, dove il malinconico, inattivo e incapace di decidersi, aderisce alle grandi religioni. Nei periodi caratterizzati da sconvolgimenti e instabilità, nei quali sono giudicati positivamente lo spirito d'iniziativa, i movimenti collettivi, la solidarietà, l'attività, il dinamismo, i malinconici risultano emarginati, ma sotto i riflettori dei consumatori insaziabili della società edonistica, che li fa emergere per poi escluderli. «Il contesto socioculturale attuale produce soggetti depressi e, al contempo, li esclude: tale contraddizione rappresenta sia la radice del disagio sociale che la spiegazione del progresso del mal di vivere. Siamo passati da una società di tipo autoritario, in cui gli individui dovevano conformarsi a un modello e mostrarsi all'altezza dei valori imposti dall'esterno dalla religione e dalla morale, a una società dell'autonomia, in cui l'individuo deve elaborare il proprio "progetto personale", i propri valori, fissare da solo il proprio ideale e imporselo dall'interno» (pp. 288-289). Nel primo caso chi non riusciva a seguire il modello comune, era giudicato un ribelle, un rivoltoso; nel secondo chi fallisce nel raggiungere l'obiettivo che lui stesso ha fissato, perde autostima e si angoschia. L'obbligo permanente di scegliere, il dovere di realizzarsi, di aver cura di sé, di offrire un'immagine positiva di se stesso, di sedurre e vendersi, di esprimere entusiasmo e spirito positivo: «Bisogna essere diversi, ma al contempo riconosciuti dai propri simili; tutti questi obblighi sono molto più pesanti di quanto non fossero le

regole sociali di un tempo, che richiedevano semplicemente obbedienza e conformismo» (p. 289). Agli obblighi della società del narcisismo si sommano gli obblighi e le frustrazioni della società dei consumi, che si accompagnano inevitabilmente a un modello di società fondato sugli ideali di autonomia e permissività.

Sul piano politico il solo tipo di regime capace di assicurare questi stili di vita è la democrazia, la quale «instaura la libertà di scelta, privilegia l'iniziativa individuale, il dinamismo, l'immagine, l'apparenza e la seduzione, predica la tolleranza – la cui evoluzione naturale è l'indifferenza – la libertà e l'uguaglianza, vale a dire la necessità per ognuno di affermarsi, di trovare un posto, e la possibilità per tutti di appagare i propri desideri e di raggiungere le posizioni più alte: proprio da questo assunto nascono innumerevoli frustrazioni» (pp. 289-290). Politica ed economia incoraggiano e promettono la soddisfazione immediata dei bisogni, trasmettono l'illusione di abolire ogni divieto, di accogliere ogni rivendicazione. Il permissivismo edonistico però presuppone e produce la negazione di ogni valore trascendente e la perdita di significato dell'esistenza. L'atmosfera euforica viene artificialmente mantenuta da festeggiamenti, giochi, trasmissioni che esaltano il narcisismo, parate esibizionistiche. Tutto questo non può non produrre dei depressi. La depressione è indotta da un mondo in cui tutto sembra possibile, in senso positivo o negativo, è svanito ogni confine tra il vero e il falso, tra il reale e il virtuale, il buono e il cattivo, il rilevante e l'irrilevante: «il mondo dell'indifferentismo e del “perché no?”, dove le superstizioni più aberranti sono considerate rispettabili quanto le posizioni più scientificamente rigorose. Un mondo simile è capace di qualsiasi deriva. È impossibile che una situazione del genere non provochi cupo pessimismo anche nelle menti più lucide ed esigenti» (p. 291). I malinconici sono davvero fuori luogo in una società aperta, permissiva, edonistica e narcisistica. Gli stessi termini “depressione”, “malinconia”, suonano come un'accusa e una critica ingiusta rivolta a un sistema politico-ideologico che trasforma in legge il divertimento e la felicità di tutti i suoi membri, e dove ciascuno è direttamente responsabile dei propri successi e fallimenti. In una società dove tutto è possibile (e dove pertanto nessuna previsione è possibile) il fallimento, imputabile solo a se stessi, provoca una sofferenza quasi insopportabile e un precipitare dell'autostima. «Le società più libertarie sono anche quelle che contano un maggior numero di depressi, poiché sostituiscono il senso di colpa con il disprezzo di sé: è traumatico non riuscire a essere felici in una società in cui la felicità è eretta a un “quasi dovere”, in cui la gioia di vivere è un criterio di selezione fondamentale in tutti i campi,

in particolare in quello professionale» (pp. 291-292). L'apatia di massa denunciata da Gilles Lipovetsky è la conseguenza dell'abbandono dei valori trascendenti e della scomparsa del significato dell'esistenza. Ignorando le grandi questioni planetarie, l'individuo narcotizzato della società dei consumi persegue indefessamente e unicamente la soddisfazione immediata di desideri più o meno frivoli, di bisogni per lo più indotti dalla pubblicità ossessiva. L'individuo si dissolve nella varietà indefinita dei suoi desideri. Tale dispersione è causa di molteplici squilibri mentali e dell'impossibilità di sviluppare relazioni stabili. «La deregolamentazione generalizzata sfocia nello scompiglio; non è nemmeno definibile legge della giungla, ma giungla senza legge, dove si hanno solo diritti, tutti i diritti, alla sola condizione di essere capaci di farli valere» (p. 293). Si tratta di una condizione che non ha precedenti, dove i perdenti sono classificati come "non all'altezza", calpestati e declassati. Le facili vie di compensazione, come l'abbigliamento esibizionistico, i tatuaggi e i nuovi stili di alimentazione aggravano il malessere individuale con nuove frustrazioni. «Il bisogno di attirare l'attenzione per sentirsi esistere provoca nuove nevrosi e nuovi disequilibri: comportamenti e abbigliamento sempre più discinti, sfoggio della propria intimità, sforzi di indifferenza al fine di sviluppare l'indipendenza affettiva, finto distacco – tutta una serie di comportamenti fonte di frustrazioni e destabilizzazioni della personalità. La rimozione sociale e sessuale delle barriere causa la nascita di paure paralizzanti, come la paura maschile dell'impotenza di fronte all'affermazione del diritto femminile al piacere» (p. 293). La società consumistica dei diritti senza doveri e della permissività libertaria è un vivaio della perdita del significato generale della vita e del mal di vivere. Minois condivide l'analisi di Lipovetsky: «Più la società si umanizza, più si estende l'impressione di anonimato; più vi sono indulgenza e tolleranza, più aumenta la mancanza di fiducia in se stessi; più si diventa vecchi, più si ha paura di invecchiare; meno si lavora, meno si vorrebbe lavorare; più i costumi si liberalizzano, più l'impressione di vuoto guadagna terreno; più la comunicazione e il dialogo si istituzionalizzano, più gli individui si sentono soli e carenti di contatti; più aumenta il benessere, più la depressione prevale» (pp. 293-294).

\*\*\*\*

Oggi ogni trenta secondi, scrive Minois (nel 2003), secondo le stime ufficiali da qualche parte nel mondo si suicida un uomo o una donna, perciò più di un milione di persone all'anno, numero che aumenta ogni

anno. Più di venti milioni di individui tentano di togliersi la vita, ma senza riuscirci. A questi si aggiungono i suicidi indiretti come ad esempio i comportamenti a rischio (tabagismo, alcolismo, rapporti sessuali non protetti, assunzione di sostanze stupefacenti, ecc.). Parallelamente si espande il numero di casi di depressione, un fenomeno che è planetario. Negli Stati Uniti si calcola che il 50% della popolazione presenta prima o poi sintomi depressivi e il 10% è colpito da una forte depressione nel corso della vita. La depressione cronica riguarderebbe il 6% della popolazione. Secondo Andrew Salomon la depressione, a causa dei disturbi psichici e fisiologici che provoca, è molto probabilmente la prima causa di mortalità al mondo (p. 295).

La depressione è un problema sociale di particolare gravità. Si pone una questione antropologica: l'uomo è «una macchina il cui comportamento è comandato esclusivamente dalle reazioni psicochimiche oppure è un animale sociale che dipende anzitutto dall'organizzazione globale della società?» (p. 299). La medicina avvalora la prima ipotesi localizzando la depressione a livello dei neurotrasmettitori, sui quali è possibile intervenire con farmaci la cui efficacia è stata dimostrata. La depressione si spiega su base biologica, che chiama in causa la produzione di cortisolo e di adrenalina in risposta a una situazione di stress, e un basso livello di serotonina. Il rischio dell'impostazione biologista è la programmazione di un'umanità resa felice, senza più odio, gelosia, guerre, senza più propensione al pensiero, ma anche senza libertà, come nel *Migliore dei mondi* (1932) di Aldous Huxley. Anche Evgenij Zamjatin nel suo *Noi* immagina un mondo che rinuncia alla libertà in cambio di una sicura felicità, interpretando la vicenda del paradiso terrestre come la rappresentazione della vita dell'uomo, al quale è offerta la possibilità di scegliere tra la felicità senza libertà e la libertà senza felicità. L'umanità ha scelto la libertà, ma rimpiange le catene che si accompagnavano alla felicità. Il dilemma tra felicità e libertà è un argomento che getta discredito sulla condizione umana. Infatti possiamo essere solo liberi o felici: nel primo caso saremo schiavi delle passioni e comunque infelici per definizione; nel secondo saremo privati della preziosa libertà, saremo sudditi, atomi obbedienti dell'organizzazione sociale e statale. Può consolare il controdilemma: senza libertà, sarò comunque felice; senza felicità sarò comunque libero di perseguirla e la sua attesa sarà una specie di felicità.

Minois ricorda che secondo John Bowlby un trauma gravissimo è la separazione del bambino dai genitori, che genererebbe un acuto e duraturo sentimento di insicurezza. Tuttavia non è dimostrato che il trauma della nascita provochi necessariamente la depressione

nell'adulto. L'impegno che la società edonistica mette nella soluzione della depressione dipende dal fatto che essa considera valore supremo la realizzazione di se stessi e la ricerca del piacere immediato (sostituto della felicità). Sono stati stabiliti criteri scientifici per riconoscere e classificare la depressione tra le malattie mentali, ma va detto che le condizioni non conformi al modello dominante vengono ostracizzate spesso qualificandole come malattie. Minois rivendica il diritto dei depressi al mal di vivere, in analogia con il diritto degli omosessuali di vedersi riconosciuto e accettato il loro diritto di esistere nella condizione che riguarda in qualche modo l'intera umanità. Classificare la depressione come malattia, chiede Andrew Salomon, non rivela la paura che il mondo edonistico ha della tristezza? La società edonistica ha stabilito che la condizione normale è la felicità, mentre la depressione indebolisce il depresso a vari livelli, spingendolo a chiedere il suicidio assistito. Ciò sarebbe la prova che la loro condizione non è normale, non essendo in possesso della loro libertà di scelta. «Seguendo questo ragionamento, commenta Minois, solo le persone felici – i normali – sono veramente libere di suicidarsi» (p. 306), ma non lo fanno. Il paradosso è evidente: le sole persone libere sono quelle che non si tolgono la vita, mentre il gesto estremo è sintomo di infelicità e quindi segno di non libertà.

Una riflessione merita la circostanza che in tutte le epoche la depressione e creatività sono stati grandi alleati. Minois cita uno studio di Kay Redfield Jamison secondo il quale la percentuale di depressi fra artisti e poeti nel '700 in Inghilterra e Irlanda è stata trenta volte superiore rispetto al resto della popolazione e il tasso di suicidio è stato cinque volte superiore tra le loro fila. «Nell'epoca contemporanea artisti, poeti e compositori contano una quantità di depressi tre volte maggiore rispetto agli scienziati e agli uomini d'affari; il 20% degli autori eruditi si sono suicidati» (p. 307). Insomma la sofferenza psichica acuisce la consapevolezza del senso e non senso dell'esistenza, obbligando il depresso (attuale o potenziale) a porsi domande sull'esistenza. Ma la società edonistica, come denuncia la filosofa Anita Silvers, considera una necessità inderogabile la cura dei depressi, «così come si curano i dissidenti negli ospedali psichiatrici dei regimi totalitari» (p. 308). C'è il rischio infatti che i farmaci antidepressivi rendano gli individui remissivi, passivi e capaci di accettare qualsiasi oppressione senza protestare come sarebbe naturale e doveroso. La società consumistica è in grado di trarre profitto anche dal riciclaggio dei depressi che produce, proponendo attività sostitutive del suicidio, i cui protagonisti sono a rischio (alpinisti, navigatori, escursionisti, sportivi estremi, ecc.); il

vantaggio è la possibilità di attenuare, se non di vincere, il male di vivere in persone che conducono una vita iperprotetta e iperorganizzata, che provoca stress. Hanno bisogno del brivido, per sentirsi vivi. Ma ci sono anche comportamenti a rischio in attività intraprese come sfida al male di vivere, a un malessere diffuso: assunzione di droghe, alcol, comportamenti pericolosi, rapporti sessuali non protetti, ecc.

In questo quadro poco rassicurante bisogna mettere in conto la crisi dell'autorità genitoriale e l'abdicazione a educare. La permissività e la concessione troppo precoce di una libertà illimitata agli adolescenti, i quali non sanno utilizzarla debitamente, ha contribuito a generare paura, insicurezza, disorientamento, male di vivere. La risposta al male di vivere può essere paradossalmente il fenomeno settario o la ricerca di comportamenti a rischio per cercare di dare un senso alla propria esistenza, vuota e insipida. «Giovani che rischiano la vita e quella degli altri per riuscire a darle un senso; adulti che rischiano la vita per sfuggire la noia di un'esistenza superprotetta – ecco i sintomi di un profondo mal di vivere» (p. 311). L'assunzione di sostanze stupefacenti, le violenze delle tifoserie, come pure certi sport estremi che mietono vittime ripetutamente, sono segni del male di vivere e scorciatoie che le persone imboccano illudendosi di vincere l'ansia e di dare un senso alla propria vita. David Le Breton mette in guardia dal considerare i comportamenti a rischio forme maldestre di suicidio: si tratta solo di scappatoie simboliche per essere rassicurarsi sul valore della propria vita, per avere la prova di non essere mediocri, «si tratta di riti intimi di costruzione del senso» (p. 311).

L'aumento della speranza di vita fa crescere il numero degli anziani e prevedibilmente anche il tasso di suicidi degli over 65. La generazione che nel '68, commenta Minois, ha messo al bando i valori e le norme dei propri padri, la generazione della permissività e della libertà assoluta, del divieto di vietare, si trova di fronte al nulla. Ma l'alto tasso di suicidi tra le persone anziane è anche la conseguenza di fattori permanenti: le malattie, l'indebolimento delle facoltà intellettuali e della prestanza fisica, la bruttezza, la solitudine, il venir meno della speranza. «Proclamare che la vecchiaia possa essere felice è la menzogna peggiore della società contemporanea» (p. 313), protesta Minois. Il male di vivere non colpisce solo gli anziani impotenti dinanzi alla propria decadenza, ma anche i disabili incurabili vittime di malattie progressive, i quali chiedono di essere aiutati a morire. L'eutanasia, da vero e proprio tabù, è divenuta una soluzione sempre più accettata e condivisa per mettere fine a inutili sofferenze. Minois tuttavia deplora le resistenze che ancora esistono in vari paesi a inserire l'eutanasia tra i

diritti umani. «Legalizzata nei Paesi Bassi, in Belgio e in Svizzera, essa è ora oggetto di dibattito negli Stati Uniti, dove la contraddizione con la pena di morte, ancora inflitta con una certa leggerezza, è una sfida all'umanità e alla ragione» (p. 315). L'ostilità della classe medica, spiega Minois, dipende dal giuramento di Ippocrate riguardante il divieto assoluto di somministrare un farmaco letale. «Il fine ultimo della medicina continua a essere quello di lottare contro la morte; poiché il compito è impossibile, occorre fare in modo che ognuno di noi muoia almeno in buona salute, in mancanza di ciò, il più tardi possibile. Il diritto a una morte degna non è ancora stato acquisito» (p. 317). Secondo Andrew Salomon «il diritto al suicidio dovrebbe essere una libertà civile fondamentale: nessuno dovrebbe essere costretto a vivere contro la propria volontà» (p. 321). Nonostante l'associazione tra suicidio e follia sia priva di fondamento, permane il pregiudizio e la tendenza a vedere nel gesto suicida non la messa in pratica di un proposito consapevole e a lungo maturato, ma la conseguenza di un crollo psichico. D'altra parte, osserva Minois, il suicidio è un atto squisitamente umano; non ci si uccide se si è ridotti allo stato di bestia, non ci si uccide nei campi di concentramento, ci si uccide dopo, quando si è ridiventati uomini (come è accaduto a Primo Levi). I depressi non si uccidono durante una grave crisi, ma dopo essere ritornati padroni delle proprie capacità di azione e di riflessione. Secondo Andrew Salomon «lo spirito suicida può essere un sintomo della depressione, ed è anche un fattore di attenuazione. Il pensiero del suicidio permette di attraversare la fase depressiva. Nulla mi fa più paura del pensiero che, da un momento all'altro, io possa perdere la capacità di suicidarmi» (p. 323). La domanda è: perché una società permissiva e libertaria interdice il suicidio? Semplice: il suicida è letteralmente un guastafeste, uno che mette in discussione l'edonismo materialistico della società dei consumi, che con il suo gesto mette in stato d'accusa. E questo i sacerdoti della salute e della felicità non possono sopportarlo.

Per concludere, Minois osserva che la società dei diritti senza doveri ha portato all'estremo il fardello di angosce di cui sono carichi gli individui. La società postmoderna soccorre i depressi che essa stessa produce. Certamente la scienza ha mostrato che il fenomeno depressivo è un problema di chimica cerebrale, una disfunzione dei neurotrasmettitori, perciò il fenomeno è sempre esistito, al pari di altre malattie somatiche, quali il cancro o la setticemia. I depressi del passato tuttavia avevano «una maggiore facilità di inserimento in una società che offriva consolazioni religiose e che valorizzava la penitenza, l'austerità, l'ascetismo, l'autoaccusa, e anche una certa forma di tristezza cristiana»

(p. 327). Se in passato erano solo i depressi gravi a farsi notare, oggi la società edonistica dell'allegria a tutti i costi e dell'autoironia, della "bella presenza" e della "competenza relazionale", del successo esibito e della competizione, non fa che additare e disapprovare i depressi in quanto elementi che stridono, provocano disarmonia, mettono a disagio e rischiano di contagiare i felici. Le vittime del male di vivere finiscono allora col sentirsi in colpa. I pessimisti sono considerati pericolosi per la loro inclinazione al pensiero, all'analisi. «Come un organismo biologico, la società secerne i propri anticorpi per lottare contro i virus e i microbi distruttori, in questo caso i depressi apatici e gli intellettuali pessimisti, agenti di disgregazione del morale generale e del tessuto sociale. Oltre ai farmaci, efficaci sui neurotrasmettitori ma impotenti contro il pessimismo, l'arma più temibile contro il mal di vivere è l'infantilizzazione degli individui attraverso l'azione di multimedia sempre più potenti. Nel nome della gioia di vivere, assistiamo a una gigantesca regressione culturale e intellettuale. La mondializzazione dell'istupidimento è cominciata: i suoi attori si adoperano a tenere lontane le problematiche e il bisogno di riflessione occupando il tempo libero delle masse con ogni sorta di gioco (...) La società consumistica, favorendo la demoltiplicazione di bisogni sempre più futili di cui procura la soddisfazione immediata, contribuisce a mantenere un clima euforico e una falsa idea di progresso, sedando le coscienze e scacciando la noia, al prezzo di una regressione umana a livello biologico. La questione del senso globale si dissolve nel perseguimento di innumerevoli piccoli bisogni artificiali» (p. 328).

La libertà è divenuta troppo pesante da sopportare, provoca angoscia, ecco dunque l'adesione al semplicismo deterministico, per cui tutto ciò che accade è sempre opera di una potenza esterna. Perciò è facile vedere nel successo dell'astrologia, della preveggenza, degli integralismi, delle sette, diversi momenti di alienazione della propria libertà e di abdicazione alla propria responsabilità. Siamo allora a un bivio: da una parte l'idiozia, dall'altra la depressione. Il dilemma è tra una società di imbecilli felici o di intellettuali depressi. Minois sceglie comunque la seconda alternativa, ma lascia aperta la possibilità che esista una soluzione intermedia, una terza via che permetterebbe all'uomo di diventare insieme più consapevole e più felice. Ma sarebbe un'idiozia negare le sofferenze inerenti alla condizione umana. La grandezza dell'uomo, avverte Minois rievocando Pascal, è nella sua infelicità, nel fatto che con la ragione domina la sua condizione terribile (su di un pianeta inquinato, in un universo infinito, tra un passato e un futuro infiniti) come nessun altro essere vivente. «Il mal di vivere è forse



la sola ragione per vivere, in quanto segno del progresso del pensiero e della coscienza» (p. 330). La miseria dell'uomo è nelle sue sofferenze e contraddizioni, la sua grandezza nel fatto di esserne consapevole.

10 gennaio 2019