



Piero Ferrucci. **La bellezza e l'anima**. Milano: Mondadori, 2007.

Una persona toccata dalla bellezza è una persona nuova, con un carattere diverso, un mondo interiore immensamente più ricco e variegato, un contatto più vivo con le emozioni, una più spiccata capacità di affrontare le relazioni con gli altri, una maggiore e più profonda conoscenza della vita, una voglia di vivere più intensa, un'individualità più forte e un'autostima più solida, un modo più adeguato e competente di fare scelte e muoversi nella vita di ogni giorno.

Ed è questo il primo punto da capire in un'indagine sull'esperienza del bello. Che lo vogliamo o no, la bellezza non è un fattore secondario della nostra esistenza, ma può invece influire su tutti i suoi aspetti. Da molti anni tengo corsi sul tema della bellezza, lo esamino nelle sedute di psicoterapia, e ho fatto interviste sugli effetti e le caratteristiche delle esperienze estetiche. Ho affrontato questo ambito di ricerca mettendo tra parentesi ogni teoria preconcepita. Per quanto mi è stato possibile, mi sono posto di fronte a ogni esperienza in maniera aperta, lasciando che ognuno mi trasmettesse ciò che aveva da insegnarmi, senza usare le sue parole per dimostrare le mie tesi,

senza giudicare i suoi gusti. il bello non può essere asservito a nessuna teoria, né essere imprigionato in alcuna norma.

Ho studiato anche le mie personali esperienze estetiche, e a esse farò spesso riferimento: sono quelle che posso osservare nella maniera più diretta, chiara e sicura. appartengo anch'io alla schiera di coloro che sostengono l'importanza dell'introspezione.

in questa ricerca ciò che più mi ha colpito è stata la ricchezza e l'intensità degli effetti che il bello ha sulla nostra personalità: «mi dimentico tutte le mie paure», «Capisco molte cose», «intravedo la felicità», «mi sento sollevata e appagata», «Sono grato di essere vivo». Sempre più mi sono accorto che la bellezza non è un optional, ma un bisogno vitale. al termine dei seminari che conduco su questo tema, spesso i partecipanti mi dicono: «Pensavo che la bellezza fosse un'esperienza specifica e marginale, come gustare un quadro o un brano musicale, invece mi sono accorto che è un fattore centrale e di vasta portata, che riguarda tutti gli aspetti della mia esistenza e va dritto al cuore di ciò che io sono».

E poi ci sono le emozioni. in quest'epoca di frigidità digitale e di emozioni gridate, di stress senza sosta e di sovrabbondanza di stimoli, di desideri artificiali e di intimità esibite, di ritmi frenetici e di terrorismo mediatico, quando la società attorno a noi ci assale, ci ossessiona, ci seduce o ci paralizza, dove sono finiti i nostri sentimenti – quelli veri? Sempre di più rischiamo di perderci in una folla di stati d'animo che ci appartengono, o peggio ancora di smarrirci nel vasto, anonimo vuoto del cuore: magari senza neppure accorgercene. l'incontro con la bellezza ci consente di ritrovare la limpida fonte della nostra vita emotiva spontanea.

La domanda che sorge naturale è allora: in che maniera possiamo stimolare e approfondire la nostra percezione del bello? bisogna capire che è una capacità, una forma di intelligenza. Da qualche tempo si parla di varie intelligenze: l'intelligenza matematica e quella linguistica, l'intelligenza emotiva, quella corporea, quella verbale e via dicendo. io aggiungo l'intelligenza estetica: la facoltà di percepire il bello. Perché nella stessa situazione un individuo percepisce la bellezza e un altro no. oppure uno percepisce la bellezza in maniera transitoria e superficiale, mentre l'altro ne fa esperienza in modo ben più profondo e coinvolgente.

L'intelligenza estetica ha vari aspetti. anzitutto è connessa con l'ampiezza della gamma estetica. Chi ha una gamma estetica più vasta, è capace di percepire la bellezza in più situazioni. anziché trovarla, per esempio, solo in una sinfonia di Beethoven, può scoprirla in una poesia, in un libro, in un film, in un paesaggio, può coglierla nell'interiorità delle persone, nel modo in cui è arredata una casa, nel suono della pioggia che batte sul tetto, nelle mille situazioni banali della vita quotidiana.

In secondo luogo, l'esperienza estetica può essere più o meno profonda. C'è chi si sente appena sfiorato dalla bellezza. rimane un fatto esteriore e temporaneo. C'è invece chi dalla bellezza si lascia penetrare, sente che è una realtà che, in quel momento almeno, pervade tutto il suo essere, lo scuote, magari lo trasforma.

In terzo luogo, può variare anche la capacità di integrare la bellezza. apprezzando la bellezza di una musica, o di una poesia, per esempio, posso lasciare che essa non solo mi emozioni, ma anche che mi cambi in maniera duratura: cambia la mia maniera di pensare, continua a operare in me,

influenza il mio modo di entrare in rapporto con gli altri, di agire sul mondo, perfino la mia relazione con il pianeta in cui viviamo. Vedo e sperimento le connessioni che un'esperienza del bello ha con tutti gli ambiti della mia vita.

L'intelligenza estetica è presente in ogni gruppo sociale umano, in ogni tradizione. ed è antica, l'abbiamo sviluppata nel corso dei millenni. Sappiamo che operava anche agli albori della nostra evoluzione, e che è spesso presente anche nel mondo animale. Darwin stesso parlò di un «senso del bello» come elemento decisivo nella selezione naturale.



A volte qualcuno trova il bello anche in ciò che di solito è considerato brutto o indifferente. Un giorno un uomo mi ha confessato con un po' di imbarazzo che gli piacevano le lattine schiacciate. non quelle ancora integre. ma quelle ormai piatte perché schiacciate da centinaia di veicoli. e gli piacevano anche le case diroccate, le vecchie fabbriche in rovina, i ruderi di automobili abbandonate nei campi, le miniere in disuso, le strutture di metallo arrugginito e le lamiere contorte, le superfici con la vernice screpolata, i distributori di benzina che nessuno usa più da anni, e su cui crescono le erbacce:

non so spiegare bene perché mi piaccia tutta questa roba. Del resto chi mai riesce a spiegare perché gli piace qualcosa? Però mi sento di dire che le lattine, le loro linee e le figure hanno qualcosa che mi affascina. mi piace che siano usate, vecchie, schiacciate. e poi, nessuna lattina vecchia è schiacciata allo stesso modo. la sua forma è dettata dal caso. mi viene in mente che mi piacerebbe collezionarle, però poi penso che sono molto meglio dove sono, con lo sfondo dell'asfalto macchiato e consumato.

Insomma queste lattine sono quasi un ricordo di se stesse, una specie di ritrovamento archeologico della nostra società ultra- moderna. Un'icona della transitorietà nella nostra civiltà obsolescente. ed è proprio per questo che per lui evoca la bellezza.



C'è un modo per aumentare la nostra gamma estetica, oppure ognuno si deve rassegnare a riconoscere i limiti delle proprie capacità? Sono persuaso che la nostra gamma estetica può diventare molto più vasta. Un metodo assai efficace per ampliare la nostra intelligenza estetica è il diario della bellezza: in un quaderno si annotano piccole e grandi esperienze estetiche della vita di ogni giorno, e si descrivono non solo l'esperienza, ma anche i suoi effetti immediati e nel tempo, le sue ramificazioni più profonde nella nostra personalità, i cambiamenti di prospettiva che può aver prodotto, gli echi che ha avuto nella nostra mente. in questo modo attiviamo la nostra sensibilità e creiamo un «campo estetico», uno spazio interiore dove l'esperienza del bello non solo è possibile, ma diventa più probabile.

Un altro suggerimento è, arrivati a sera, ripercorrere tutta la giornata, cercando qua e là episodi di bellezza anche minimi. È tutto materiale che altrimenti andrebbe perduto per sempre. invece noi lo valorizziamo.

in queste pratiche è insito un principio fondamentale della nostra vita psichica: tutto ciò a cui rivolgiamo la nostra attenzione tende a crescere e a rafforzarsi. tutto quello a cui non prestiamo attenzione tende a scomparire. È come con una piantina: se la innaffiamo e la fertilizziamo, se ce ne prendiamo cura, si rafforza e cresce. Quanto più noi dedicheremo attenzione e valore alla bellezza tanto più crescerà la sua presenza nella nostra vita.

