

L'importanza del metodo: Galileo, Bacone, Cartesio

A ben vedere, non è un caso che i maggiori filosofi del Rinascimento europeo – Galileo Galilei, Francis Bacon e René Descartes – si siano tutti occupati della questione del *metodo*, intendendo con questo termine una serie di precetti utili per formulare una teoria scientifica completa.

Il metodo come espressione dell'infalibile intelletto umano

Perché ci si renda effettivamente conto delle ragioni che stanno alla base della ricerca del metodo, è innanzitutto necessario ricordare che nel Rinascimento viene riscoperta la centralità dell'uomo, visto come *copula mundi* e quindi via di mezzo tra gli esseri inanimati e la perfezione divina. Questa teoria ha conseguenze immani ed è alla base di fenomeni apparentemente scollegati, dalla rivoluzione scientifica alla *maniera moderna* in pittura e scultura.

In quest'ottica antropocentrica, il metodo è il modo in cui la ragione elabora teorie accurate, ed è quindi la manifestazione più completa dell'intelletto umano, visto come la sola cosa che distingue l'uomo dalle bestie, come « motore de l'universo » (Giordano Bruno), come l'arma che lo scienziato o il filosofo possono impugnare per raggiungere la verità offuscata dai sensi. Galileo assume in questa ricerca del metodo il ruolo fondamentale, intuendo che la matematica è l'unica cosa certa e immutabile e ideando di conseguenza il metodo più preciso ed affidabile tra quelli presi in considerazione nel seguito.

L'elaborazione dei tre metodi

Sono diverse le ragioni per le quali i tre filosofi comprendono la necessità di trovare un metodo scientifico incontrovertibile. Bacone sostiene che solo con la scienza l'uomo può dominare la natura e piegarla ai suoi scopi, cioè *sapere è potere*; Cartesio immagina che la scienza possa fare enormi progressi nella cura di malattie tanto fisiche quanto psicologiche, concentrandosi sui risvolti pratici di una disciplina che era fino ad allora stata quasi puramente speculativa. Ma è Galileo il vero scienziato, quello per cui la

conoscenza non è un mezzo ma un fine. Ancora una volta, è Galileo a rompere la tradizionale « sudditanza » medievale di tutte le scienze alla teologia, ponendo scienza e fede allo stesso piano e addirittura come vie alternative per raggiungere la stessa meta. La “degradazione” dell’uomo, copula dell’universo, verso le cose naturali e inanimate è equiparata all’elevazione verso Dio, volendo fare un arduo paragone con la dottrina dei cinque gradi del platonico Marsilio Ficino.

Con l’equivalenza tra ragione e fede, ancora incomprendibile ai suoi contemporanei e tanto meno agli Inquisitori, Galileo separò la scienza dalla filosofia, che da libero esercizio del pensiero si era ridotta a strumento a servizio della religione.

La forza prorompente del metodo galileiano sta primariamente nell’applicazione della matematica alla scienza. La conoscenza ottenuta tramite la matematica viene finalmente concepita come oggettiva, inoppugnabile. Come disse lo stesso Cartesio: «l’aritmetica, la geometria e le altre scienze di questo tipo, le quali non trattano se non di cose semplicissime e generalissime, senza darsi troppo pensiero se esistano o meno in natura, contengono qualche cosa di certo e d’indubitabile. Perché, sia che io vegli o che dorma, due e tre uniti insieme formeranno sempre il numero cinque, ed il quadrato non avrà mai più di quattro lati; e non sembra possibile che delle verità così manifeste possano essere sospettate di falsità o d’incertezza» (*Meditazioni metafisiche*, René Descartes)

Considerevole è anche il seguente passaggio che parafrasa il pensiero di Pascal: *Se i dogmatici, tentando di fondare tali principi [i postulati fondamentali della matematica], non vi riescono, gli scettici, cercando di confutarli, falliscono ancor più clamorosamente, poiché essi sono evidenze intuitive e istintive, più sicure di qualsiasi ragionamento.*

Nonostante Pascal fosse nel complesso scettico nei confronti della scienza, non credendo che essa potesse risolvere il problema che lui vedeva come fondamentale e cioè « il senso della vita », queste righe ad opera di N. Abbagnano e G. Fornero mettono in luce quello che è il punto di forza della matematica e che consentì a Galileo di gettare le fondamenta per la scienza moderna.

Ma oltre all’uguaglianza ‘conoscenza esatta = matematica’, Galileo ha il merito di separare il metodo in due fasi, una basata sull’osservazione e l’altra sulla verifica. In questo modo, il metodo galileiano non necessita di

alcuna giustificazione esterna perché la conferma o la smentita della teoria viene data dal fenomeno stesso. Inoltre, chiunque può replicare le “necessarie dimostrazioni”, ossia gli esperimenti, e verificare da sé la validità della teoria; questo significa che Galileo mise in pratica ciò che si teorizzava nel Rinascimento e ancor più nell’Illuminismo, cioè che la cultura e la conoscenza (e quindi la scienza, disciplina esatta per antonomasia) devono essere distribuite a tutti. A ben guardare, rientrò in questa volontà di universalizzare il sapere anche la decisione di scrivere il *Dialogo sopra i due massimi sistemi del mondo* in volgare, ciò che probabilmente gli guadagnò ancora più rancore tra gli ecclesiastici di quanto non fosse auspicabile.

Le ragioni della fortuna del metodo galileiano a scapito degli altri due

È noto che il metodo di Galileo ha avuto un’enorme fortuna nei primi secoli di sviluppo autonomo della scienza. Alla fine del XIX secolo fu con l’esperimento di Michelson-Morley, cioè con una “necessaria dimostrazione”, che fu smentita definitivamente l’esistenza dell’etere, l’ennesimo esempio di una ipotesi aristotelica capace di bloccare il progresso della scienza per secoli a venire. Dall’inizio del XX secolo, in particolare dall’avvento di Einstein, divenne molto difficile replicare in laboratorio i fenomeni studiati dalla fisica contemporanea, che riguardavano il mondo dell’infinitamente grande e dell’infinitamente piccolo. Anzi, esperimenti in laboratorio avrebbero portato a conclusioni inconcepibili come quella del celebre paradosso del “gatto di Schrödinger”, contemporaneamente vivo al 100% e morto al 100%.

Ad ogni modo, viene spontaneo chiedersi perché, dei tre metodi di Galileo, Cartesio e Bacone, solo il primo sia stato preso in considerazione da scienziati e fisici dopo il XVII secolo. Infatti, il metodo di Bacone consta anch’esso di una parte di osservazione (le tavole) e una di verifica (le istanze). E anche il metodo di Cartesio è basato sulla matematica, anzi su ammissione del suo autore prende spunto proprio dalle lunghe dimostrazioni dei geometri. Cosa ha determinato dunque il successo dell’uno sugli altri?

Per quanto riguarda Bacone, si può ragionevolmente pensare che il suo principale difetto fu non includere la matematica nel metodo. A dirla tutta, Bacone neanche la considerò una scienza a sé stante quando compilò il suo *Novum Organum*, una specie di enciclopedia delle scienze che echeggia quella aristotelica; egli la aggregava generalmente alla metafisica o alla fi-

sica. Proprio la matematica, che rese grande il metodo di Galileo, veniva ora lasciata da parte dal filosofo inglese (che è talvolta chiamato il “profeta della tecnica” per aver capito che *sapere è potere*, cioè che la scienza è uno strumento nelle mani dell’uomo; questa massima esemplifica benissimo la mentalità sottostante allo sviluppo industriale inglese dei secoli XVIII e XIX). Inoltre, Francis Bacon sembra più che altro interessato a scoprire la “causa formale”, per utilizzare un termine aristotelico; invece Galileo ebbe sempre a cuore la “causa efficiente”, cioè la maniera in cui un evento si verifica e il rapporto causa-effetto tra più fenomeni.

D’altra parte Cartesio, pur modellando il suo metodo sullo svolgimento di un problema di carattere matematico o geometrico, sforna regole troppo generali che potrebbero essere applicate anche ottenendo risultati contrastanti o circoli viziosi, nei quali il filosofo francese sembrava fin troppo incline a cadere. Inoltre, Cartesio non era interessato al metodo in quanto tale: è chiaro che la sua vera aspirazione era trovare una giustificazione ad esso, che doveva necessariamente essere esterna. Affaticandosi nel tentativo di trovare questa legittimazione nella filosofia o metafisica, quando Galileo aveva già fornito al mondo della scienza un metodo completo e autoevidente, Cartesio ha però la grande intuizione del *io penso, io esisto!*, poi riformulata nel *Discorso sul metodo* come *cogito ergo sum*. Tuttavia la grande ricerca di Cartesio di una giustificazione al metodo si conclude qui: essendo stato generato dal dubbio iperbolico, il *cogito* non ammette come « chiara e distinta » nessuna idea all’infuori di quella dell’esistenza degli esseri pensanti... e quindi rende impossibile applicare il metodo. Ricorrendo a Dio, Cartesio sceglie una via con non poche difficoltà, annullando la validità oggettiva del metodo facendolo dipendere da un essere trascendente e annullando il significato religioso di Dio riducendolo a semplice giustificazione della scienza.

Tuttavia non si è ancora sfiorato il punto a mio parere cruciale: tanto Cartesio quanto Bacone speculavano sul metodo e sulla scienza da un profilo meramente intellettuale, un po’ come Leon Battista Alberti ridusse l’architettura a una disciplina teorica, senza visitare i cantieri delle proprie opere. Cartesio e Bacone, per quanto letterati fossero, non avevano “esperienza sul campo”; Galileo invece, era una duplice figura di intellettuale e di tecnico, che univa, coerentemente con il suo metodo e con gli ideali del Rinascimento, l’esperienza alla ragione. Tutti gli altri facevano ipotesi in

base a quello che vedevano quotidianamente; solo Galileo ebbe il coraggio di puntare il cannocchiale al cielo.

La fine del predominio della ragione e, conseguentemente, della ricerca del metodo in filosofia

Non stupisce dunque che al di là di queste tre figure di filosofi, la cui influenza – specialmente di Cartesio – fu determinante nella filosofia del 1600, nessun altro contemporaneo si occupò attivamente della questione del metodo. Come si è accennato, già Pascal riconosceva i limiti della scienza a tutto vantaggio della religione. E se anche Spinoza continuò ad usare un linguaggio matematico-geometrico per avvicinarsi il più possibile all'oggettività, egli minò la fondamentale concezione rinascimentale di cui si è detto in apertura, e con essa il significato stesso del metodo. Cartesio aveva detto nella *morale provvisoria* che la saggezza consiste nel dominare le emozioni con la ragione; Spinoza comprende però che, per fare questo, la ragione deve « farsi essa stessa emozione ». Il suo presunto dominio sui moti dell'animo è dunque solo apparente: l'uomo non è ragione ma Appetito, cioè istinto di conservazione che coinvolge tanto il corpo (l'estensione) quanto la volontà (il pensiero).

Infine, contrariamente al meccanicismo cartesiano per cui la *res extensa* è un burattino in balia della *res cogitans*, Pascal sostiene la superiorità del "cuore" sul cervello, dell'*esprit de finesse* sull'*esprit de géométrie*, della fede sulla ragione, esprimendo il tutto con la frase, purtroppo abusata e spesso travisata: «Il cuore ha le sue ragioni, che la ragione non conosce ». (*Pensieri*, 177)

GIANCARLO CASTELLANO,
V A.A.S. 2011/12

Machiavelli: il manifesto dell'azione

In Machiavelli è racchiuso in toto il pensiero del XVI secolo; egli rappresenta la società che guarda dentro se stessa, che si interroga, si comprende; è il rifiuto del Medioevo e l'affermazione dei nuovi tempi.

Egli è ricordato presso i posteri per "Il Principe", trattato di teoria politica in cui si polarizza il contrasto tra politica e morale e in cui egli pone le basi per una scienza dello stato e della politica, svincolata totalmente da ogni concetto etico.

Tale opera nacque dalla volontà di dare un contributo immediato alla situazione politica dell'Italia caratterizzata, quest'ultima, da una frammentazione territoriale. Una simile mancanza di unità rendeva l'Italia una facile preda per l'espansionismo delle potenze occidentali. Machiavelli sognava sostanzialmente un principe che potesse riunire le sparse membra dell'Italia e che la salvasse dal barbaro dominio. Ma che caratteristiche doveva avere l'uomo politico? Dato che l'opera nasce da un bisogno immediato di risoluzione dei problemi, il principe deve agire sulla realtà concreta e deve quindi concentrarsi sull'osservazione di quest'ultima e da essa ricavare esperienze che, una volta messe insieme, possano costruire dei principi che gli permettano di operare scelte giuste in base alla situazione. E' infatti preferibile tenere conto della realtà così com'è effettivamente, piuttosto che immaginare una realtà ideale che non esiste.

Il principe inoltre deve essere duttile, deve sapersi adattare ad ogni situazione, deve possedere innumerevoli virtù e capacità, e tramite esse, potrà fronteggiare la fortuna. Quest'ultima è vista da Machiavelli come un fiume in piena, che può travolgere qualsiasi cosa. Tuttavia esso agisce per metà, poiché l'altra metà è gestita dall'uomo virtuoso, l'unico che è capace di imporsi ed opporsi alla fortuna. Questa è una concezione tipica dell'età rinascimentale, che rende l'uomo *faber suae fortunae*. Ciò che colpisce maggiormente di Machiavelli è però la visione rivoluzionaria che egli ha della politica e della morale. Egli riconosce che sarebbe lodevole per un principe rispettare la morale, ma nella realtà effettiva della politica, usare l'astuzia e agire tramite inganni ha permesso agli uomini di compiere grandi cose, mentre coloro che sono stati corretti sono stati vinti. Proprio per questo motivo Machiavelli individua la politica come scienza autonoma e

sostiene che ciò che è giusto moralmente non è detto che sia giusto politicamente. Egli è convinto che chi governa non deve essere vincolato dalle tradizionali norme etiche. E' dunque preferibile essere amato piuttosto che temuto, oppure semplicemente il contrario? La risposta è semplice. Sarebbe certamente auspicabile essere entrambe le cose, ma, poiché risulta difficile unire le due qualità, per un principe è molto più sicuro essere temuto che amato. Egli deve adottare dei comportamenti riprovevoli e immorali in quanto deve agire per il bene dello stato formato, quest'ultimo da uomini malvagi. Inoltre il principe deve essere un centauro: deve possedere la capacità razionale dell'uomo e la capacità animalesca della bestia e non può fare altrimenti. Ma sorge spontanea una riflessione: la figura del principe, era la più adatta nella situazione di quel tempo? E soprattutto, la monarchia potrebbe essere oggi una forma di governo auspicabile? Certamente non era semplice sanare la situazione dell'Italia e nella figura del principe era stata riposta molta fiducia in quanto un potere assoluto avrebbe potuto unificare l'Italia e farle raggiungere una stabilità tale da farla diventare un potente stato proprio come le grandi potenze occidentali (Francia e Spagna). Come sosteneva Hobbes, filosofo del 600, è sempre meglio sottostare ad un potere assoluto piuttosto che gettarsi nelle mani dell'anarchia, in cui tutti sono in lotta contro tutti, poiché "l'uomo è lupo degli uomini" e cerca sempre di soddisfare i propri desideri anche se a discapito degli altri. Ma il dispotismo non è un'ottima forma di governo poiché tende ad oscurare, ad eclissare i diritti degli uomini e a far diventare loro inermi, passivi. Ciò non deve succedere. La passività, sostiene Antonio Gramsci, è il peso morto della storia. La miglior forma di governo è dunque la Repubblica perché permette agli uomini di agire in prima persona, di far valere i loro diritti e soprattutto permette loro di agitarsi, di svegliarsi, perché lo Stato ha un enorme bisogno del loro entusiasmo!

FLORIANA FILECCIA, IV F

Cicerone: « Teorico dell'umano »

“L’aristocrazia dello spirito: l’humanitas come guida per l’indagine sull’essere”

Gli ambiti in cui si sviluppa la teorica speculazione Ciceroniana sono numerosi e vari e sono rappresentati dalle realtà umane in cui l’individuo tende ad agire, durante la sua esistenza. Marco Tullio Cicerone infatti, nello sviluppare teorie e nel dare forma a precetti teorici, indaga in ogni campo del reale, dal sociale al politico al privato, teorizzando acutamente, senza mai dimenticare il destinatario delle sue opere : l’uomo ; l’uomo che ha bisogno degli strumenti che l’autore latino cerca di offrirgli con il suo operato e che necessita di una formazione culturale e spirituale. Cicerone è infatti attento analizzatore dell’uomo e dell’interiorità di quest’ultimo e riesce ad essere profondo interprete della concezione terenziana per cui ogni cosa che appartiene alla sfera umana non è da considerarsi estranea all’uomo stesso. Egli concretizza l’ideale terenziano, espandendo il concetto fino ad investire la sfera dell’agire civile oltre a quella dell’agire privato. L’attenzione che egli offre all’uomo è riscontrabile e rintracciabile in diversi suoi scritti in cui l’autore stesso non esita a delineare quali siano le potenziali qualità e caratteristiche che possono fare dell’individuo un essere immerso nell’umana armonia del vivere civile. Così l’ideale di “humanitas ” che dal II secolo a.C si era cominciato a diffondere nell’ Urbe , diventando principio primo dell’agire di molti circoli ellenistici tra cui il più celebre degli Scipioni, sembra raggiungere la sua pienezza di cultura spirituale proprio con Cicerone. Egli indaga sull’uomo, scruta la natura umana, affinché, assistito da ogni sorta di dottrina filosofica, possa comprendere quali siano, alla luce di un rispetto profondo per “l’ethos” , le giuste azioni che l’uomo deve compiere per dimostrarsi “ vir decorosus et philanthropos” . L’autore infatti, come ci dimostra nel I libro del *De officiis*, non sfugge dal delineare quale sia la sua idea di uomo , in rapporto di intellettuale coerenza con correnti filosofiche ellenistiche quali quella stoica e platonica, le quali sembrano fondersi con i valori tradizionali del “ mos maiorum” del civis romano. Cicerone nel suo scritto enumera la virtù del “ magnanimus” che sono sì le virtù di tradizione stoica, ma che al contempo convi-

vono con la concezioni di stampo conservatore dell'autore stesso. Così egli costruisce un virtuoso sistema, uno schema piramidale, alla cui sommità colloca una virtù fondamentale: la sapienza, che è insostituibile strumento per l'uomo, affinché possa recepire e scoprire la verità, ma che va affiancato da altre virtù, che investono piuttosto l'essenza estetica dell'*humanitas*, che sono: la giustizia, la forza e la temperanza che come Cicerone stesso insegna, servono sia a "procacciare" e conservare quanto occorre nella vita pratica - al fine di assicurare la società e l'unione tra gli uomini - sia a far risplendere l'eccellenza e la grandezza d'animo. È così che nasce il concetto del "decorus", inteso come frutto di un'azione sinergica delle quattro virtù umanistiche e come peculiarità prima dell'uomo saggio, forte, giusto e moderato, un uomo che non è come per Panezio nobile di nascita, ma nobile di spirito e quindi sensibile detentore di tali virtù. Cicerone si manifesta nell'evoluzione del suo pensiero, come sostenitore di un "aristocrazia spirituale" che non incide in assoluto con l'aristocrazia di sangue, ma che ha a che vedere con un filantropico sentimento insito nella "natura hominis".

Senza l'altissimo principio della filantropia infatti, l'uomo non può dirsi uomo, non può dirsi obbediente alla legge divina e umana per cui ogni individuo si può definire tale solo se rispettoso dell'altro e di conseguenze di sé stesso. Senza una coscienza filantropica l'uomo, risulta essere usurpatore dell'umanità altrui, usurpatore della legge e del diritto e sovrachiatore dell'ordine naturale e dell'armonia civile. Cicerone con i suoi scritti, le sue opere, i suoi trattati risulta essere così filantropo egli stesso, in quanto squisito protagonista di una raffinata indagine umana volta a cogliere le sfumature comportamentali dell'individuo, volta a carpire le esigenze dell'uomo in quanto essere costruttore della propria esistenza e volta a scoprire il perseguibile per il raggiungimento del sommo bene e del bene comune. È infatti nel continuo tentativo ciceroniano di creare una coscienza collettiva e attiva, come vuole il *mos maiorum*, che è possibile captare la riverenza che il magnifico autore latino dimostra nei confronti delle manifestazioni dell'umano, perché guidato dalla sapienza, dalla filosofia, ma anche e soprattutto dall'insoddisfazione, dalla delusione e dalla voglia di contribuire attivamente per il bene collettivo, egli stesso accresce il suo bisogno di dare spazio alla speculazione intellettuale sull'uomo, il suo ruolo, il suo dovere, il suo compito. Dalla fusione tra esigenza, desiderio e

bisogno di un ordine morale e sociale nasce “l’umanesimo ciceroniano” che vede protagonista l’uomo che nel suo essere “civis ” prima ancora che “homo”, nel suo “agere” al foro, nel suo “monere” in senato, nel suo “educare” nella domus , risulta essere presenza attiva nel “reale storico”, figura che richiede una particolare attenzione , cura, e soprattutto dei modelli che lo guidino e conducano al raggiungimento della “virtus”, non più intesa come valore guerriero secondo la visione tradizionale ancorata agli antichi mores, ma intesa come sommo bene, come destinazione da raggiungere per il filantropico individuo che deve garantire il proprio bene e ancor prima garantire quello della res publica.

ANTONIO CAMPO, IV F

Il “carpe diem” oraziano sembra non prendere in considerazione l’apertura al futuro. Ritieni che l’*hic et nunc* debba essere proiettato verso i processi valoriali della vita oppure pensi che l’attimo fuggente debba connotare esclusivamente la vita di ogni essere umano?

“Carpe diem” diceva il grande Orazio, vivi il presente, non pensando al futuro, confidando il meno possibile nel domani. Se pur tale affermazione sembra implicare, a prima vista, un netto e puro edonismo, essa si fonda sulla totale consapevolezza che nell’uomo non è dato né conoscere né programmare il proprio futuro. Esso appare agli occhi di ogni individuo come un oscuro tunnel, un profondo abisso in cui una volta immessosi, si è sormontati dall’incertezza. Il potere dell’uomo si limita al sfera del presente ed è su questa che deve concentrarsi il suo agire senza essere paralizzato da ipotetiche speranze o ansiosi timori per il futuro. L’uomo deve saper cogliere tutte le occasioni e le opportunità che la vita gli offre e che possano giovare al suo animo. Così ci dice il grande Orazio. Ma è davvero giusto cogliere l’attimo sempre e in ogni situazione? Noi siamo la conseguenza delle nostre scelte ed è proprio per questo che esse non devono essere dettate dall’istinto o dall’irrazionalità. L’affermazione Oraziana, sebbene spesso in senso improprio, viene comunemente usata dai giovani, presso i quali regna la voglia di vivere fino in fondo ogni situazione e tale voglia di provare ogni singola esperienza e scoprire il mondo prende talvolta il sopravvento sulla razionalità. Il “carpe diem” è per i giovani come un credo, la vita è per loro come una corsa contro il tempo, che li porta spesso a bruciare le tappe per la paura di non riuscire più, con gli anni, a rifare le stesse esperienze e rivivere le stesse emozioni che si presentano loro. Ma forse non è proprio questo che Orazio vuole dirci, egli non vuole invitarci a vivere all’insegna del piacere. La sua era, al contrario, una vita del “vivi appartato”, “vivi contento del poco”. “Carpe diem” è una piccola ma significativa locuzione, un dettame che sembra quasi apportare una dose di rimorso se non seguito. Forse Orazio ci aiuta a meditare sulle nostre scelte che credo debbano essere dettate dal buonsenso, da una giusta dose di dignità e rispetto verso se stessi. Se pur la vita possa sembrare un’irrefrenabile lotta di uno contro tutti per affermarsi, essa non va vissuta in tal modo, ma come un tentativo che ci permette, in una piccola porzione del mon-

do, non di essere all'altezza di ogni situazione ma di essere felici e soddisfatti della propria vita. Credo che la felicità sia la chiave di tutto, uno dei più grandi valori per ogni individuo. E se pur fare delle scelte vuol dire spesso rinunciare a qualcosa, bisogna sempre cogliere l'attimo, cogliere ogni minima occasione che ci si presenta davanti, non vivendo solo ed esclusivamente proiettati nel futuro, perché con ciò daremmo valore soltanto a qualcosa di indeterminabile ed incontrollabile. Ciò non significa che sperare è inammissibile e che aspirare ad una vita piena di agi e successo sia fatale, anzi bisogna sempre mirare al massimo e pensare che una buona condotta e una vita dedicata al rispetto di sé stessi possa spianare la strada verso un futuro migliore. Quindi dico di smetterla di pensare al futuro, ingannandoci che il domani sarà migliore. Se non si fa qualcosa per essere felici, domani non sarà mai migliore di oggi. Vivi ogni giorno come fosse l'ultimo della tua vita diceva Seneca. Credo che concentrarsi sul presente, su quello che uno già fa ed ha, aiuti ad essere più felici e soddisfatti della propria vita. Ed è difficile esserlo se non si sanno apprezzare le cose belle che già si possiedono. A molti la felicità sembra un obiettivo irraggiungibile, ma io penso essa sia fatta di cose semplici, che spesso abbiamo a portata di mano, ma che non sappiamo apprezzare. È fatta di sorrisi, di una stretta di mano, di un lavoro che ti soddisfa, di un momento di dolcezza. Persino osservare un tramonto o leggere un bel libro è fonte di felicità. La felicità deve venire principalmente da dentro ed il bello della vita è quello di alzarsi tutte le mattine e dire "oggi è una bellissima giornata che vale la pena di vivere" e per farlo basta solo non tralasciare alcun dettaglio della propria vita che, se ben vissuta, può rivelarsi un'immensa fonte di risorse.