

84 - La felicità? Arriva dopo i 40 anni!



Cercando di riequilibrare il post che affrontava il tema della depressione a 40 anni (**La depressione? Arriva a 40 anni!** pubblicato il 02.07.12), vi segnalo l'articolo del Corriere della Sera che invece sostiene la tesi contraria: la felicità sarebbe al picco nella fascia d'età tra i 40 e i 60 anni. Secondo l'autore David Bainbridge, autore del libro *Middle Age* (Mezza età) le persone che si trovano tra i 40 e i 60 anni sarebbero *più stabili emotivamente, più felici e più intelligenti che in ogni altro periodo della vita*. All'interno di questo range d'età le persone, prese nel mezzo delle loro molteplici incombenze di vita, sarebbero più resistenti e portate ad utilizzare al massimo le risorse che sentono di avere a disposizione. Insomma, altro che depressione. Si avrebbe in questo periodo, complice anche quella sensazione di essere 'formati', di essere adulti che si dovrebbe acquisire in quegli anni, una sorta di picco di autoconsapevolezza che sarebbe del tutto diversa da quella che si può ottenere prima dei 40 (in cui si è giovani e si risente dei saliscendi emotivi e di autostima propri della giovinezza) o dopo i 60 (anni nei quali si può invece riverberare sulla nostra vita lo spettro della fine, dell'inutilità che spesso accompagna, ingiustamente, la terza età).

Naturalmente la mia opinione è quella che andrebbero vagliate le singole storie personali piuttosto che ragionare in termini di età. Se è vero che questi studi possono favorire la descrizione di tendenze generali, è anche vero che non tutti raggiungono un grado di maturità tale a quell'età e che molti sono i maturi o gli immaturi prima della fatidica soglia dei 40. Vero altrettanto è che, probabilmente, una persona arrivata in quella fascia d'età tracci i primi bilanci sulla sua vita, ma questi, come abbiamo visto nell'altro post, potrebbero non corrispondere con quello che una persona si era immaginata nella sua vita e quindi ingenerare un senso di frustrazione o di delusione. Insomma un terreno ben più insidioso e mobile che non so quanti aiuti classificare per categorie così ampie ed eterogenee. Questo il link di riferimento se voleste leggere l'articolo:

http://www.corriere.it/cronache/12_marzo_19/agnese-felicita-quaranta-anni_7bc16b5e-7195-11e1-b597-5e4ce0cb380b.shtml

L'articolo è della giornalista Maria Luisa Agnese.

Che ne pensate?

P.s. Non ho aggiunto un particolare. L'autore del libro è un veterinario che, credo in base alla sua esperienza acquisita sul campo, ha esteso le sue osservazioni al mondo degli umani. Mi ha molto incuriosito questo dettaglio. Forse il suo punto di vista privilegiato gli ha permesso di scorgere aspetti che noi, evoluti, non riusciamo a scorgere più in noi. Non so. Spero, comunque, che questo dettaglio non influenzi la vostra riflessione!