

Fabrizio Centofanti  
Sabrina Trane

# La forma della felicità

Una spiritualità  
per il mondo contemporaneo



**EFFATA'**  
EDITRICE

© 2021 Effatà Editrice

Via Tre Denti, 1

10060 Cantalupa (To)

Tel. 0121.35.34.52

Fax 0121.35.38.39

info@effata.it

www.effata.it

ISBN 978-88-6929-636-9

Collana: *Il respiro dell'anima*

In copertina: © Photocreo, Depositphotos.com

Grafica: Alberto Rezzi, Laura Repetto

Stampa: Printbee.it – Noventa Padovana (Padova)

# Prefazione

don Fernando Altieri

*La forma della felicità*, il nuovo libro di don Fabrizio Centofanti e Sabrina Trane, non può non sorprendere il lettore. Partendo da un'idea diffusa di felicità psicologica, e descrivendola con competenza – la Trane è una psicologa cognitivista – allarga sempre più l'orizzonte, fino a sovrapporre al livello semplicemente umano quello che si può evincere dalla lettura del Vangelo e della tradizione cristiana più attendibile: dal progetto dell'uomo, potremmo dire, al progetto di Dio. Se la felicità mondana si declina come realizzazione di sé, soddisfazione e gratificazione delle esigenze più note e condivise – umane, troppo umane, direbbe Nietzsche – la felicità secondo Dio si trova sempre in una terra oltre l'Egitto, oltre il deserto, quella terra promessa dove ogni dato è trasformato per il solo fatto di rivelarsi come dono, non come frutto di un possedere o di un pretendere. Ne risulta una visione totalmente nuova dell'obiettivo più comune e condiviso da ogni essere umano. Il breve saggio si legge quasi come un romanzo: a un certo punto, il ritmo si fa incalzante, sembra di essere arrivati al gran finale, ma – e questo è il vero assunto del libro – c'è sempre un oltre. Perché per essere felici bisogna «passare all'altra riva», come Gesù dice, così frequentemente, nel Vangelo.



# Introduzione

La felicità è un obiettivo comune a tutti gli esseri umani. È presente nel DNA di ciascuno di noi: a qualsiasi latitudine, in qualsiasi cultura, c'è un anelito alla pienezza che è al tempo stesso istintivo, complesso e variamente ostacolato. Più persone conosciamo, più ci rendiamo conto di quanto sia difficile essere felici. In questo libro, cercheremo di capire se sia possibile vincere questa scommessa, in un tempo che sembra discostarsi dalle epoche che lo hanno preceduto. Tecnologia, informatica, digitalizzazione globale, ci spingono a ripensare dalle fondamenta un tema ineludibile per ogni persona consapevole di sé.