

BESTSELLER INTERNAZIONALE

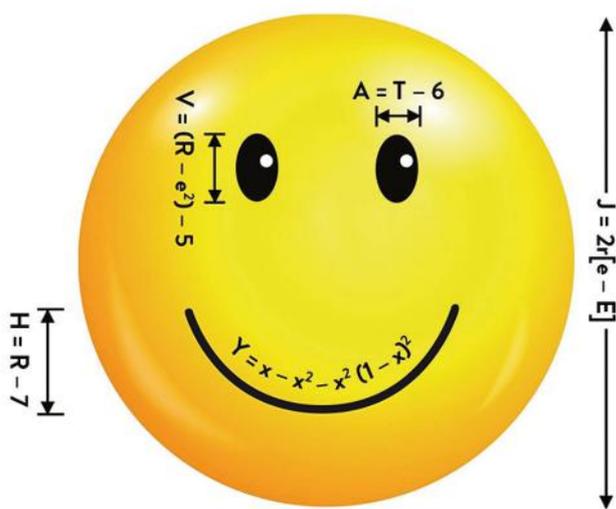


“Una storia personale potente intrecciata con una ricca analisi di ciò che tutti noi cerchiamo e di come possiamo raggiungerlo.”

Sergey Brin, cofondatore di Google

L'EQUAZIONE DELLA FELICITÀ

COSTRUISCI
LA TUA
STRADA
VERSO
LA GIOIA



Mo Gawdat

DAI VERTICI DI GOOGLE [X]
A FONDATORE DI #ONEBILLIONHAPPY

Mo Gawdat

L'EQUAZIONE DELLA FELICITÀ

Costruisci la tua strada verso la gioia



BUR Gatti Blu
Rizzoli

Publicato per



da Mondadori Libri S.p.A.
Proprietà letteraria riservata
© 2017 by Mo Gawdat
All rights reserved
© 2018 Mondadori Libri S.p.A., Milano

ISBN 978-88-17-10455-5

Titolo originale dell'opera:
Solve for Happy

Traduzione di Elena Cantoni

Prima edizione BUR Gatti Blu: settembre 2018

Seguici su:

www.rizzolilibri.it

 [/RizzoliLibri](https://www.facebook.com/RizzoliLibri)

 [@BUR_Rizzoli](https://twitter.com/BUR_Rizzoli)

 [@rizzolilibri](https://www.instagram.com/rizzolilibri)

L'EQUAZIONE DELLA FELICITÀ

L'asprezza della battaglia non significa nulla
per chi è in pace.



Per Ali

So che sei felice, ovunque ti trovi

Introduzione

Diciassette giorni dopo la morte di mio figlio Ali ho cominciato a scrivere e non sono più riuscito a smettere. Scrivevo della felicità – un argomento piuttosto incongruo, date le circostanze.

Ali era un vero angelo. Rendeva più bello tutto ciò che sfiorava, e più felice chiunque incontrasse. Era sempre in pace col mondo, sempre allegro. Bastava vederlo per essere contagiati dalla sua energia, dalla sua attenzione nei confronti del prossimo. Quando se n'è andato, avevamo tutti i motivi di essere tristi, addirittura disperati. Allora come mai la sua scomparsa mi ha ispirato il libro che state per leggere? Be', per spiegarlo bisogna tornare al giorno della sua nascita – anzi, un po' prima, per la verità.

Da quando ho cominciato a lavorare, ho sempre goduto di un certo successo e ottenuto ricchezza e riconoscimenti. Eppure ero sempre contento. Avevo scalato i vertici di giganti del settore tecnologico, come IBM e Microsoft, e il lavoro mi dava tutto ciò che si poteva desiderare in termini di soddisfazione intellettuale, gratificazioni personali e sicurezza economica. Ma più la fortuna mi assecondava, più io mi sentivo infelice: non perché la ricchezza mi avesse complicato la vita – come in quel pezzo rap degli anni Novanta; avete presente? *Mo' money, mo' problems*. No, il problema era un altro. A dispetto del ritorno finanziario e intellettuale, la mia quotidianità era priva di gioia. Nemmeno la benedizione più grande, la mia famiglia, riusciva a darmi la felicità che avrebbe dovuto darmi, perché io stesso ero incapace di riceverne.

Mi sembrava assurdo, perché da ragazzo, quando ancora cer-

cavo la mia strada e faticavo ad arrivare a fine mese, ero stato davvero felice. Ma già nel 1995, quando insieme a mia moglie e ai nostri due bambini mi sono trasferito a Dubai, qualcosa aveva cominciato ad andare storto. Sia chiaro, io non ho niente contro Dubai. Al contrario, è una città magnifica, abitata da gente ospitale e generosa che ci ha subito accolti a braccia aperte. Il nostro arrivo aveva coinciso con il decollo della sua crescita esplosiva, e Dubai offriva opportunità di avanzamento di carriera straordinarie oltre a milioni di modi diversi per essere felici, o quantomeno per provarci.

Al tempo stesso però aveva qualcosa di surreale. Stagliata su uno sfondo abbacinante di sabbia rovente e acqua color turchese, la sua skyline è un susseguirsi di futuristici grattacieli aziendali e residenziali, i cui uffici e appartamenti vengono acquistati persino prima della fine dei lavori da una ricca clientela internazionale. Sulle strade le Porsche e le Ferrari si disputano i parcheggi con Lamborghini e Bentley. Si resta a bocca aperta davanti a una concentrazione simile di lusso e privilegi – e allo stesso tempo si è tentati di chiedersi come mai niente di ciò che si è realizzato è paragonabile al successo altrui.

Al mio arrivo negli Emirati avevo già preso il vizio di confrontarmi con i miei amici super-ricchi, con il risultato di trovarmi regolarmente in svantaggio. Il senso di inferiorità, però, non mi aveva portato sul lettino di uno strizzacervelli o ad abbandonare la gara per chiudermi in un ashram; semmai mi spingeva a impegnarmi ancora di più. La mia soluzione era stata quella classica di un nerd e inveterato topo di biblioteca: comprare una montagna di libri. Studiai a fondo gli andamenti di borsa, dalle formule più elementari fino alle macro-tendenze, acquisendo la capacità di prevedere in modo impeccabile ogni minima fluttuazione di mercato. Tornavo dall'ufficio più o meno alla stessa ora in cui negli Stati Uniti apriva il NASDAQ, e a quel punto mettevo a frutto le mie nuove competenze matematiche in un secondo lavoro di trader. In sostanza lavoravo giorno e notte.

Guadagnavo un mucchio ma – immagino non sarà la prima volta che lo sentite dire – più mi arricchivo e più mi sentivo infelice. E invece che darmi per vinto, mi ostinavo a lavorare ancora

di più, e a comprare più “giocattoli”, inseguendo l’illusione che presto o tardi i miei sforzi sarebbero stati coronati dal tesoro più ambito – la felicità – che credevo di trovare in fondo all’arcobaleno del successo. Ero diventato un criceto asservito a quella che gli psicologi chiamano la “ruota edonistica”. Più avevo e più volevo avere. Più correvo e meno mi avvicinavo al traguardo.

Una sera mi collegai a Internet, e con un paio di *clic* comprai due Rolls-Royce. Perché? Perché potevo. E perché stavo disperatamente cercando di riempire il vuoto nella mia anima. Non vi sorprenderà scoprire che la consegna di quei due capolavori di eleganza automobilistica britannica non mi risollevò l’umore di una virgola.

Oggi mi vengono i brividi se penso a quanto doveva essere difficile vivermi accanto in quel periodo. Nel mio incarico per Microsoft ero responsabile dell’espansione dell’azienda in Africa e in Medioriente, perciò ero più spesso in aereo che a casa. La mia corsa frenetica all’accumulo mi aveva reso arrogante e competitivo persino in famiglia, e pur essendone consapevole non riuscivo a correggermi. Non dimostravo il giusto apprezzamento alla donna stupenda che avevo sposato, trascuravo i miei magnifici bambini, non mi soffermavo mai ad assaporare le gioie del presente.

Al contrario, il mio atteggiamento di default era aggressivo, nervoso e ipercritico e persino dai miei figli esigevo successo e rendimento. Cercavo ossessivamente di costringere il mondo a conformarsi alla mia idea di eccellenza. Nel 2001, incalzato dai ritmi implacabili del lavoro e dal vuoto che avevo dentro, toccai il fondo.

A quel punto mi resi conto che non potevo più limitarmi a ignorare il problema. L’uomo frustrato e infelice che vedevo allo specchio non ero io. Mi mancava il ragazzo allegro e ottimista che ero stato un tempo ed ero stufo di sentirmi incatenato allo stakanovista esaurito, stressato e ostile che ero diventato. Decisi di lanciare la sfida all’infelicità: avrei applicato la mia indole da nerd e la mia mente analitica da ingegnere all’indagine interiore, per trovare il modo di uscire dalla fossa che mi ero scavato con le mie stesse mani.