



FRANCESCO E LUCA
CAVALLI-SFORZA

LA SCIENZA DELLA FELICITÀ
Come vivere bene?

BUR saggi
Rizzoli

ABC
DADA DADA DADA
GK

FRANCESCO E LUCA
CAVALLI-SFORZA

LA SCIENZA DELLA FELICITÀ

Come vivere bene?

Pubblicato per



da Mondadori Libri S.p.A.

Proprietà letteraria riservata

© 2021 by Luigi Luca Cavalli-Sforza e Francesco Cavalli-Sforza

Published by arrangement with Agenzia Santachiara

© 2021 Mondadori Libri S.p.A., Milano

ISBN 978-88-17-15435-2

Prima edizione BUR Saggi: aprile 2021

Realizzazione editoriale: Studio editoriale Littera, Rescaldina (MI)

Seguici su:

www.rizzolilibri.it

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

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

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

LA SCIENZA DELLA FELICITÀ

*Ad Adriano Buzzati-Traverso,
che intuì l'importanza
di una scienza della felicità.*

Cercai di non ridere delle azioni umane,
di non piangerne, di non odiarle, ma di
comprenderle.

SPINOZA, *Tractatus Politicus*, I, IV

Siate luce a voi stessi.

BUDDHA, *Dīgha Nikāya*,
Mahāparinibbāna Sutta, 2, 26

Prefazione

I giorni della tua vita

«Oggi è il primo giorno del resto della tua vita», dice una vecchia massima. Però è raro che qualcuno se ne accorga. Chi ha voglia di rimettersi in discussione ogni giorno? È già abbastanza faticoso scendere dal letto e fare fronte alle incombenze quotidiane.

La nostra vita dipende comunque in gran parte dalle nostre decisioni, dalle mille scelte che compiamo di continuo, confusamente o con lucidità, con calcolo o noncuranza, per amore o per forza. Scegliere è una necessità quotidiana. Per quanto ci si possa sentire inadeguati, la vita ci costringe in ogni caso a dare risposte. Se non le troviamo fra le alternative disponibili, ne possiamo inventare di nuove.

Agire in modo originale è sempre possibile, ma c'è sempre anche un prezzo da pagare. Il primo ostacolo da superare è la resistenza opposta dai comportamenti ripetitivi, nostri e altrui; l'inerzia delle abitudini quotidiane. La pressione della società sul comportamento dell'individuo è fortissima (esprimere il proprio parere sotto dittatura può costare la vita), ma vi sono anche periodi in cui la società è incuriosita da scelte innovative, oppure ne ha bisogno, o se non altro non le impedisce. Stiamo vivendo in un periodo di straordinari cambiamenti: quelli avvenuti negli ultimi vent'anni non saranno stati nulla rispetto a quelli dei prossimi venti, e ciascuno di questi dipenderà,

in varia misura, anche dalle scelte e dalle azioni dei singoli abitanti della Terra.

Ogni nostra azione ha conseguenze. Si ripercuote sul mondo intorno a noi, come onde sulla superficie dell'acqua. «Accendere una candela è gettare un'ombra...»¹ «Da ogni gesto dipende l'equilibrio del tutto.»²

«La felicità è il bene supremo, fra tutto ciò che possiamo ottenere con le nostre azioni: infatti la scegliamo sempre per se stessa e mai a motivo di altro.»³ Così si esprime Aristotele oltre duemila anni fa, e sulla ricerca della felicità fonda una nuova disciplina, l'etica (dal greco *éthos*, «costume»), che studia il comportamento umano per capire come condurre una vita felice. Nei secoli successivi il significato del termine «etica» è mutato, ed è venuto a indicare lo studio di ciò che è bene o male, giusto o sbagliato, l'analisi delle forme di condotta approvate nella comunità. La filosofia ha contribuito in modo importante a questa indagine, ma religione e politica hanno più spesso e con maggiore efficacia prescritto, o imposto, il modo di comportarsi agli esseri umani.

Che cos'è la felicità, quanto possiamo sperare di ottenerne, e come: è il difficile argomento che discutiamo in questo libro. Nonostante i tentativi compiuti da Aristotele in poi, una «scienza della felicità» vera e propria non esiste, benché se ne possa sentire il bisogno più che di molte altre. La felicità sembra essere, per sua natura, un fatto troppo personale per prestarsi a essere indagato e descritto con la precisione cui ci hanno abituato le scienze naturali. Al tempo stesso, l'aspirazione alla felicità sembra essere una costante da quando esiste l'umanità. La ricerca consapevole e quotidiana di ciò che rende bella ed entusiasmante la vita è un'autentica «scienza della felicità».

tà», praticata al di fuori delle accademie ma con salde radici nella vita di molti, se non di ciascuno.

Chi voglia capire le vie per raggiungere la felicità, personale e collettiva, avrà da indagare molti aspetti diversi della nostra storia, che ci aiutino a capire un poco quella cosa complessa che è la «natura umana». In diverse epoche, in diverse culture, si sono sviluppati ideali di vita profondamente differenti. In Europa e in Asia, ad esempio, sono sorte religioni e filosofie dissimili, ed è importante riscoprire la differenza tra Oriente e Occidente. Vi è poi evoluzione del costume, per cui uno stesso Paese cambia di continuo ed è potenzialmente diverso in tempi diversi, anche se alcune caratteristiche si dimostrano più stabili nel tempo.

Malgrado questa molteplicità, nelle culture umane vi sono degli aspetti universali. Nel nostro comportamento agiscono forze biologiche molto semplici ma altrettanto fondamentali. Una di queste è il puro istinto di sopravvivenza, che può divenire individualismo ed egoismo; un'altra di segno opposto è il senso della cooperazione, e quindi l'altruismo. Un esempio lampante è il senso dell'ospitalità, che si ritrova in quasi tutte le culture.

Ci interessa capire i fattori che hanno generato il comportamento degli individui e delle comunità umane rispetto alla ricerca della felicità. In questa indagine vi è sia una curiosità intellettuale sia un evidente intento pratico.

Per agevolare la lettura il libro è distribuito in tre parti. La prima presenta alcune delle idee che l'umanità ha sviluppato in questi ultimi millenni e delle azioni che le hanno accompagnate: politica e filosofia, etica, religione e ricerca spirituale. La seconda