



Viaggiare rende felici



Iniziate a risparmiare e a pensare dove vorreste andare in viaggio perché quello che fino a ieri poteva sembrare un luogo comune e un argomento perfetto nei dibattiti tra amici oggi ha una conferma scientifico-accademica: i soldi non fanno la felicità, i soldi spesi per viaggiare sì.

È questa una delle considerazioni del dottor Thomas Gilovich, docente di psicologia alla Cornell University da decenni impegnato a studiare il rapporto tra soldi e felicità. La conclusione è molto semplice: partendo dal presupposto che la crescita morale vale più del possesso, la felicità non deriva dai beni materiali ma dalle esperienze. Il suggerimento di Gilovich per una felicità duratura allora è quello di spendere i propri soldi per esperienze, proprio come i viaggi.

Se qualcuno la pensa diversamente è colpa della variabile tempo. L'errore sta nella convinzione che durevolezza e importanza siano collegate: l'idea che un oggetto fisico ci farà più felici rispetto ad un viaggio per il semplice fatto che durerà di più è completamente sbagliata.

Al bivio tra la strada delle cose e quella delle esperienze, la felicità sceglie di percorrere la seconda. Così le persone derivano più appagamento dalle esperienze che dai beni materiali e ciò accade principalmente perché queste contribuiscono a costruire l'identità di una persona.

“Le nostre esperienze costituiscono una parte maggiore di noi stessi rispetto ai nostri beni materiali” spiega Gilovich, che aggiunge “Sebbene questi ultimi possano piacerci molto e possiamo anche pensare che parte della nostra identità sia collegata ad essi, rimangono oggetti separati da noi. Al contrario, le esperienze sono dentro di noi”.

O per meglio dire sono noi perché, sostiene il professore “noi siamo la somma delle nostre esperienze”. Siamo ciò che facciamo, dunque, non ciò che abbiamo.

Provate e pensare a tutto ciò che ci portiamo dietro, e dentro, da un viaggio. C'è chi ha bisogno di comprare un souvenir per solleticare i ricordi e c'è chi non scatta neanche fotografie perché le immagini le ha nitide in testa e al riguardarle preferisce ripescarle direttamente dalla memoria.

“Uno dei nemici della felicità è l'adattamento” sentenzia Gilovich, che precisa: “Facciamo acquisti per essere felici, e a volte riusciamo ad esserlo. Ma solo per un po'. Le cose nuove

infatti ci attraggono all'inizio ma poi finiamo per abituarci".

Allora l'opinione comune rispetto alla variabile tempo si ribalta: il fatto che un bene materiale sia sempre presente finisce per giocare a suo sfavore perché, diventando parte della normalità, ci abituiamo ad esso. È la fuggevolezza di un'esperienza, che spesso denuncia la sua unicità, a renderci felici.

Se con il tempo infatti la soddisfazione per quello che si è comprato tende inesorabilmente a diminuire, l'appagamento per le esperienze (per le quali abbiamo comunque speso denaro) aumenta. E così, mentre la felicità derivante dagli acquisti materiali va scemando, le esperienze diventano parte della nostra identità e la plasmano.