

La felicità come dovere etico

di Michela Luzi*

Sommario

Nella società contemporanea, fondata su economicismo ed individualismo, il concetto di felicità è spesso equivalente al possesso. Vivendo in una realtà sociale in cui la crescita, la ricchezza, il possesso e l'abbondanza sono le stelle polari verso cui dirigersi, niente altro assume valore e tutto si misura in relazione alla capacità di soddisfacimento dei bisogni e dei desideri. Ma la vera felicità può essere un'esperienza o uno stato d'animo, un'immagine, un bel paesaggio, un panorama, un evento storico, un pensiero, un "altro" da noi.

Parole chiave: felicità, benessere, capitale sociale, arte della vita

Happiness between appearances and snares

Abstract

In contemporary society, founded on economism and individualism, the concept of happiness is often equivalent to possession. Living in a social reality in which growth, wealth, possession and abundance are the polar stars towards which we move, nothing else takes on value and everything is measured in relation to the ability to satisfy needs and desires. But true happiness can be an experience or a state of mind, an image, a beautiful landscape, a panorama, a historical event, a thought, an "other" from us.

Keywords: happiness, wellbeing, social capital, art of life.

* Università degli Studi "Niccolò Cusano". E-mail: michela.luzi@unicusano.it.

1. Introduzione

Ogni uomo aspira alla felicità. La cerca in continuazione, la desidera ardentemente. È una meta anelata, che sembra sfuggire indefessamente, perché sedotta, ingannata, tradita dalle mille insidie del mondo reale (Natali, 2014). Per questo può essere concepita come un approdo finale di un cammino personale, ma anche come punto di partenza verso una dimensione esistenziale migliore, più appagante, più seducente, più soddisfacente. La felicità è una qualità individuale ciascuno è autorizzato a stabilire se è felice oppure no. Anche se è difficile essere felici e contemporaneamente esserne consapevoli. Quando si è consapevoli della propria felicità, essa appartiene già al passato.

Domandarsi cosa sia la felicità e, per contro, cosa rappresenti l'infelicità significa porre una fondamentale questione di grande importanza per la sociologia, perché entrambe possono essere determinanti nel definire quel perimetro esistenziale di ciascun individuo e la base valoriale, su cui poggiano le società nel loro divenire.

Di fatto non esiste una felicità, ma tante felicità. Ciascuna per ogni individuo, che riconosce quella propria attraverso le esperienze maturate e le aspirazioni coltivate. La felicità può essere un'esperienza o uno stato d'animo, un'immagine, un evento storico, una città, un pensiero, un altro da noi e protagonista ne è sempre l'uomo che entra in relazione con gli altri.

La felicità rappresenta una sfida per l'uomo e l'esito non è mai così prossimo e soprattutto così certo. Le insidie e le scorciatoie fuorvianti sono alla portata di tutti e diviene sempre più complicato districarsi e restare immuni rispetto a fasulle o presunte prospettive di piacere e a ricette per raggiungere e assicurarsi uno stato duraturo di felicità (Prandstraller, 1978). Proprio quando essa sembra prossima, improvvisamente si mostra sfuggente e mette in crisi lo stato d'animo e le emozioni dell'individuo. Se così è, la felicità rappresenta una costruzione, le cui fondamenta poggiano su un percorso formativo di natura etica e culturale, il cui approdo non può essere che la capacità di saper leggere la realtà e la sua rappresentazione. Resta però sempre valido un elemento fondamentale: non si è mai felici in senso assoluto ma sempre in relazione a qualcosa, che cambia nel tempo perché rappresenta le sedimentazioni dei valori predominanti in quel particolare momento (Davies, 2016).

2. Un costrutto apparentemente semplice

La società contemporanea è caratterizzata da un'accelerazione progressiva verso mete differenti. L'automazione e, in generale, la semplificazione del lavoro in attività di supporto a macchine, tendono a sostituire l'uomo o a fare in modo che perda la gratificazione data dall'operosità (Bauman, 2008). Questo influisce molto sul concetto di felicità, che dipende anche dal grado di soddisfazione personale e dall'autostima, entrambi conseguiti in virtù di un lavoro ben fatto (Hastie e Dawes, 2010).

Chi aspira alla felicità deve mettere in gioco sé stesso, decidendo, scegliendo e agendo (Bauman e Bordini, 2014). L'obiettivo è l'attiva costruzione della propria vita, che deve essere sottratta all'inerzia delle abitudini e alla ciclica ripetizione di vecchi cliché; «life is a work of art, is not a postulate or an admonition (of the 'try to make your life beautiful, harmonious, sensible and full of meaning-just as painters try to make their paintings, or musicians their compositions' kind), but a statement of fact. Life can't not be a work of art if this is a human life – the life of a being endowed with will and freedom of choice. Will and choice leave their imprint on the shape of life, in spite of all and any attempts to deny their presence and/or to hide their power by ascribing the causal role to the overwhelming pressure of external forces that impose 'I must' where 'I will' should have been, and so narrow the scale of plausible choices» (Bauman, 2008, p. 69). La difficoltà nel raggiungere la felicità è molto simile a ciò che impedisce la stabile realizzazione di uno status di riconoscimento (Oxenham, 2013), per ottenere il quale ciascuno deve diventare artista della propria vita, adeguandosi ad uno stato di trasformazione permanente. L'arte della vita è una sfida che prevede costanti mutamenti, necessari per adeguarsi e cogliere il flusso incessante di nuove opportunità (Davis e Tester, 2010).

Oggi, la mobilità e la fluidità degli status diventano indispensabili per la propria identificazione, così come l'esclusione è invece letale (Betti e Lemmi, 2013). Nell'alternarsi di adesioni ed esclusioni dai vari gruppi a cui partecipano, gli individui vivono con angoscia la minaccia dell'esclusione e soffrono la conseguente umiliazione che ne potrebbe subire la propria identità. Questo li porta ad identificarsi prevalentemente nell'*homo consumens*, protagonista indiscusso della società della crescita (Bauman, 2007). Una società dominata da un'economia, che tende a lasciarsi assorbire dalla crescita fine a sé stessa, obiettivo primordiale, se non unico, della vita. Il cuore antropologico di questo tipo di società è la dipendenza dei suoi

membri dal consumo, dalla bulimia dell'acquisto a cui corrisponde il *workalcoholism*, la dipendenza dal lavoro. Un meccanismo che tende a produrre infelicità, perché si basa su una continua creazione di desiderio. Ma il desiderio, a differenza dei bisogni, non conosce sazietà. Si fissa sul potere, la ricchezza, il sesso ed il possesso tutte cose la cui sete non conosce limiti e che allontanano dalla felicità.

Fintanto che si rimane chiusi nell'immaginario della crescita, non si può che vedervi un'insopportabile provocazione. L'abbondanza consumista pretende di generare felicità attraverso la soddisfazione dei desideri di tutti, ma quest'ultima dipende da rendite distribuite in modo ineguale e comunque sempre insufficienti per permettere all'immensa maggioranza di coprire le spese di base necessarie. Andando all'opposto di questa logica, la società della decrescita si propone di fare la felicità dell'umanità attraverso l'autolimitazione per poter raggiungere l'abbondanza frugale. La ritrovata frugalità permette di ricostruire una società dell'abbondanza sulla base di ciò che Ivan Illich chiamava «sussistenza moderna» (1981): il modo di vivere in un'economia post-industriale, all'interno della quale le persone sono riuscite a ridurre la loro dipendenza rispetto al mercato, e ci sono arrivate proteggendo un'infrastruttura nella quale le tecniche e gli strumenti servono, in primo luogo, a creare valori d'uso non quantificati e non quantificabili da parte dei fabbricanti di bisogni professionisti. La crescita del benessere è, quindi, la strada che porta alla decrescita, poiché essendo felici si è meno soggetti alla propaganda e alla compulsività del desiderio. Perché è proprio questo il punto: l'industria della felicità è una promessa che spesso non riesce ad essere mantenuta (Davies, 2016). Il potere seduttivo dell'industria della felicità sta nel prospettare continuamente aspettative, che, però, vengono deluse, continuando così ad alimentare il desiderio di felicità.

Dopo anni di retoriche sulla centralità dell'individuo proprietario, razionale, economicista e liberale, ci si è resi conto che le persone, in quanto tali, non sono quegli esseri egoisti che perseguono solo i loro interessi, bensì sono anche individui sociali.

Il riconoscimento della natura sociale dell'animale umano non significa che l'individualismo venga archiviato. La massimizzazione del profitto individuale dovrebbe passare attraverso il riconoscimento che i rapporti sociali sono l'habitat che consente di realizzarlo. È in questa contingenza che prende piede la felicità come sentimento etico, come esperienza relazionale, come ricerca di qualcosa che dia un senso alla propria vita e a quella degli altri, e che sia tematizzabile come benessere, fisico e psichico (Beilharz, 2000). *The Conquest of Happiness* (Russell, 1930) viene quindi posta come paradigma assoluto della realizzazione dell'uomo (Jefferson,

2009).

La definizione dell'ideale di felicità riguarda quello che rende contento l'individuo *hic et nunc*, a prescindere dalla condizione di ciò che gravita nell'insieme in cui è iscritto. La felicità è un attimo all'interno del quale desiderio e soddisfacimento, passato e aspettativa, si realizzano nell'effimero acquisto, per poi scemare e reinventarsi altri desideri e bisogni. Pertanto, la felicità sembra essere una cosa momentanea legata all'acquisizione ed al possesso di qualcosa: oggetti, potere, popolarità; è un riconoscimento psicologico di sé stessi, delle proprie capacità e possibilità e, quindi, anche un riconoscimento sociale di essere un individuo realizzato.

Per riappropriarsi della propria esistenza è però opportuno sganciarsi da questa dinamica, recuperando il senso di una società, di cui ciascuno non sia rappresentazione di interessi o di ruoli, ma di utilità sociale, di quello che effettivamente sa fare, di cultura, di tecnica, di esperienza, di creatività (Latouche, 2011). «La felicità, dunque, sembra essere legata non solo alle reti economiche, ma anche alle relazioni sociali, alle relazioni intersoggettive. In questo modo, il riconoscimento dell'altro, della sua biodiversità, diventa un elemento strutturante della felicità individuale e sociale» (Latouche, 2009, p. 14).

In questa dinamica la propensione alla felicità è accessibile a qualsiasi essere umano a prescindere dalla sua ricchezza, dalla sua condizione sociale, dalle sue capacità intellettuali, dalle sue condizioni di salute. Non dipende dal piacere, dalla sofferenza fisica, dall'amore, dalla considerazione o dall'ammirazione altrui, ma esclusivamente dalla piena accettazione di sé.

Circa un secolo fa Sigmund Freud, nel libro *Il disagio della civiltà* (1949), affermava che l'individuo in alcune particolari circostanze tendeva a barattare la felicità con la sicurezza. Secondo Phillips Freud ottimismo era convinto che la felicità attraverso dipendesse dall'acquisizione di beni materiali (Phillips, 2012). Le vicende successive non hanno confermato questa ipotesi. Indubbiamente una certa sicurezza economica garantisce una maggiore stabilità, ma non accresce, necessariamente, la soddisfazione del vivere (Bartolini, 2010). Anzi, in alcune circostanze, proprio la stabilità può essere deleteria (Bansal, 2008). «Costruire felicità vuol dire dunque anche aprirsi alla curiosità e alla mobilità mentale, al sacrificio e alla fatica che ne conseguono. Come la felicità ha bisogno di persone affamate, l'infelicità attrae i soddissfatti, i placati, quelli la cui mente indossa sempre le pantofole. Troppi dei nostri adulti si sono illusi che la meta fosse prossima, gli sforzi compiuti, il porto avvistato. Così hanno placato l'anelito magnifico della ricerca, vanificato l'intuizione di Melville (1851), per cui 'l'importante è partire con ardore, non arrivare'» (Crepet, 2010, p. 79).

3. Le dimensioni esistenziali dell'infelicità

Bertrand Russell (Moorehead, 1993) riflette sul concetto di felicità, arrivando a sostenere che «The secret of happiness is to face the fact that the world is horrible, horrible, horrible» (Edwards et al, 1967, p. 256). Ribadisce questo concetto nel testo *The Conquest of Happiness*, specificando che il segreto della felicità consiste nell'avere interessi flessibili ed ampi, ed è importante riuscire a fare in modo che gli eventi siano quanto più possibile favorevoli (Russell, 1930: 157). «The external things that are necessary for happiness are simple: food, shelter, health, love, successful work, the respect of the people in one's group, and at least for some, having children. People who possess these things yet are still unhappy, Russell says, suffer from psychological maladjustments, which, if serious, may require the aid of a therapist, though in most cases people can cure themselves» (Carey e Ongley, 2009: 86). Russell analizza lo scontento diffuso che caratterizza la società a lui contemporanea, ed è convinto che sia determinato da un'insoddisfazione subordinata ad una visione pessimistica della vita e del mondo e da una tristezza di fondo quale prodotto del vivere con una certa amoralità e pressapochismo (Griffin, 2003).

Mentre, lì dove non risiede la felicità il posto è occupato dall'infelicità. Vale a dire una felicità mancata, un traguardo mai raggiunto, un anelito frustrato. L'infelicità risiede anche in un eccesso di aspettative incompiute o nel risultato di un *modus vivendi* ed *operandi* che genera resistenze e conflittualità (Silver, 2013). «Il contrario della felicità, l'infelicità, s'impone a noi con una forza equivalente. Non abbiamo più bisogno di analisi dello sfruttamento o della dominazione straniera per avvertire l'infelicità di chi è privato della propria vita dalla violenza, da una catastrofe naturale, da un dramma personale, dalla malattia o dalla repressione. Cause naturali e cause sociali s'intrecciano poiché ormai la causa conta meno dell'effetto, della scissione, della rottura del filo della vita, che non è soltanto esistenza biologica ma anche rete di ricordi e progetti, scambi e affetti, nello specchio dei quali ciascuno di noi riconosce il proprio volto e ascolta la propria voce. Nessuno ignora che l'infelicità ha spesso cause sociali o politiche e che la felicità presuppone anche la soppressione della dominazione e dello sfruttamento, ma non possiamo dimenticare che l'obiettivo finale è la felicità di ciascuno, non la costruzione di una società e di uomini nuovi» (Touraine, 1998, p. 73).

Il confine tra lo stato di felicità e quello dell'infelicità è labile. Con estrema facilità si può passare dall'uno all'altro in una tensione continua. Ma, in realtà, non esiste l'una senza l'altra, perché la vita e le vicissitudini dell'uomo contemplan le due condizioni quasi contemporaneamente.

Diverse sono le cause dell'infelicità. Ad esempio, la competizione, la fatica, la noia, l'invidia (Alberoni, 1991). La competizione è l'ossessiva smania per il successo, è vivere l'esperienza del delirio di onnipotenza, è l'instancabile ricerca dell'affermarsi ad ogni costo, è inseguire il sogno della notorietà o della sua parvenza. In questo modo, si perde il senso della realtà e si travalicano i confini di una civile convivenza. Si assiste ad un decadimento dei valori civili – lealtà, onestà, legalità, correttezza – a vantaggio dell'affermazione del sé sopra ogni cosa. Questo fomenta l'affermarsi di un individualismo esasperato che è sempre più presente.

La fatica, fisica ed intellettuale insieme, fa perdere la giusta tensione morale, che, unica, ha la capacità di bloccare sfilacciamenti etici, sbarrando la strada ai più disparati relativismi. La noia, quale desiderio controverso di novità, è la spinta alla disperata ricerca di qualcosa di nuovo ogni giorno (Powys, 2011). Il novismo è l'epifania di un malessere esistenziale che ha radici profonde; non produce soddisfazione, ma apre le porte allo sconforto e all'indifferenza cosmica (Catarinussi, 2006). L'invidia, invece, è una 'passione' antica, nata con i limiti dell'uomo (de Nardis, 2000). Si vive in una società, in cui l'individuo, anziché provare piacere in ciò che fa, soffre per quello che gli altri hanno e fanno.

Chi è infelice è egli stesso causa della propria infelicità, poiché la propensione alla felicità e, quindi, al buonumore e al benessere, non è una faccenda di 'umori', ma è un vero e proprio *dovere etico*, che presuppone una buona conoscenza di sé, limitando l'ampiezza smodata dei desideri e accogliendo solo quelli compatibili con le proprie possibilità. (Galimberti, 2009, p. 73).

Il vissuto di stagnazione esistenziale e morale riproducono una condizione di anomia, di impotenza e quindi di infelicità (Punset, 2005). Se qualcuno è infelice o tale si dichiara, nessuno gli chiederà niente di più di quello che riesce ad offrire, non ci saranno aspettative nei suoi confronti. «Né potrà assolvere ruoli sociali rilevanti, assumere responsabilità: gli verrà accordato un diritto di pura sopravvivenza, sarà sgravato da responsabilità individuali e sociali, potrà vivere sospeso dal giudizio morale. Le aspettative del contesto e sue personali diminuiranno fino a scomparire, potrà continuare a vivere mimetizzato, senza nemmeno rischiare biasimo o condanna per la propria rinuncia alla vita» (Crepet, 2010, p. 87). L'infelice fa comodo perché non crea troppi problemi nei rapporti sociali, in quanto si adatta tendendo a sottomettersi; è più semplice controllare persone

impotenti, rassegnate, passive, pigre, indolenti, piuttosto che persone dinamiche, vitali, creative e ideative (Ahmed, 2010). Ma per combattere veramente l'infelicità serve qualcosa di più che un facile auspicio o una mera speranza; serve fatica, l'impegno di pensare a qualcosa di nuovo, a qualcosa che non si è già visto; serve il coraggio di rispondere all'attrazione verso l'ignoto (Luzi, 2021). Il mondo non può progredire senza il coraggio e la gioia di tentare il nuovo. La spinta in avanti e, quindi, la gioia come tutte le grandi emozioni vitali, nascono da qualcosa di imprevisto e spiazzante, che però necessita di un impegno creativo.

4. Conclusioni

La felicità racchiude in sé diversi significati: benessere sociale, eudaimonia, soddisfazione per la vita. Pertanto, non è facile delimitarla in una semplice definizione. Molti sono i fattori che influenzano il concetto e la sua percezione da parte dell'individuo; fattori di carattere sociale, economico e culturale, con un percorso talmente ampio che spazia dalla soddisfazione dei desideri al distacco dalle passioni (Setiffi e Maturo, 2024). In realtà la propensione alla felicità è accessibile a qualsiasi essere umano a prescindere dalla sua ricchezza, dalle sue condizioni sociali, dalle sue capacità intellettuali, dalle sue condizioni di salute. Non dipende dal piacere, dalla sofferenza fisica, dall'amore, dalla considerazione o dall'ammirazione altrui, ma esclusivamente dalla piena accettazione di sé, che Nietzsche ha sintetizzato nell'aforisma: "Werde, der du bist", (diventa ciò che sei) (1887: 158). Infatti, la felicità non può essere misurata con criteri quantitativi ed è ormai appurato che la crescita del benessere economico e dell'agiatezza non sono sempre correlate ad un parallelo aumento della stessa felicità o della soddisfazione personale (Daly, 2011).

Si innesca una rincorsa tra aspirazioni e realizzazioni: una volta raggiunta la meta in termini di reddito gli individui alzano progressivamente l'asticella dei loro traguardi successivi, riducendo il grado di soddisfazione per quanto già raggiunto. Questo spiega perché il significativo aumento di reddito dall'età della pietra ad oggi non ha determinato un progresso lineare e costante della felicità, definendo il paradosso di Easterlin o paradosso della felicità (1974). Easterlin è convinto che la felicità subisca effetti negativi sia dall'abitudine ai miglioramenti delle proprie condizioni economiche sia dal confronto con le condizioni economiche degli altri. Tuttavia, questi effetti possono essere bilanciati da altri fattori che possono essere attivati dall'individuo nel suo

contesto sociale: la condivisione, l'equità, il capitale sociale. Di conseguenza la felicità si colloca nella ricomposizione delle separazioni-contrapposizioni tra individuo e contesto, che conduce ad una visione integrata della felicità, in cui le esigenze del singolo si armonizzano con quelle degli altri membri della collettività (Arcidiacono, 2013).

La felicità è fatta di aspettative, di speranza, è intessuta di futuro, è un sentimento che si estende nella durata, è gratitudine per ciò che si è ricevuto, è piacere per la possibilità di donare, è pienezza dell'incontro con l'altro (Melnick, 2014).

Ma la felicità è anche fatica quotidiana che prova a dipanarsi tra mille difficoltà e falsi miti, in un perenne stato di tensione, che però stimola ad agire e reagire. Per questo rappresenta un dovere etico e morale dell'individuo. Anzi è un suo inalienabile diritto che non può essere mortificato e fatto oggetto di scambio con falsi valori. Indubbiamente, raggiungere lo stato della felicità non è impresa semplice ed occasione di facile fruibilità; considerando anche il fatto che la chimera di una felicità che si raggiunge in maniera troppo semplice, è una mera illusione. Dai primordi la realtà dimostra che l'essenza della felicità si trova nella sua indefessa ricerca e l'approdo non è il raggiungimento di un sentimento assoluto e definitivo ma è la conquista di una tappa successiva. Senza tale afflato e tensione morale, l'uomo si smarrisce nelle pieghe della quotidianità e se cade nella spirale della routine, senza ritorno e senza alcuna speranza ed aspettativa ne prospettiva verso il futuro, perde inevitabilmente significato e valore la vita stessa e la ragione profonda dell'umanità.

Per provare la vera felicità, è necessario non raggomitolarsi su sé stessi, ma cercare l'altro (Donati, 2011). L'altro uomo, l'altra donna, gli esseri viventi: piante, e animali della terra, delle acque e dell'aria, che dovrebbero essere incontrati, toccati, guardati, per lasciarsi stupire e incantare dalla loro meraviglia e dal loro disastro, dalla loro bellezza e dalla loro capacità di turbare (Bell, 2010). «Felicità è donarsi, e accogliere i doni della vita. Il dono è il grande fabbricante di felicità: perché senza dono non c'è amore, né dato né ricevuto. E se l'essere umano non ama gli altri, i suoi compagni di avventura nel mondo, nella vita, non può essere felice. Sarà magari ricco, potente, 'di successo', ma gli mancherà sempre quella lucentezza nello sguardo, quell'allegria amicizia tra corpo e anima che accompagna la felicità. E che nasce dall'amicizia tra il suo corpo e anima, e quello degli altri» (Risè, 2014, p. 10). Quindi, l'individuo, il cittadino, il membro attivo della società, tutti dovrebbero cooperare, scavalcando il proprio orizzonte particolare ed aprirsi alla vita collettiva (Finnis, 2011). Entrare in relazione, partecipare, condividere e vivere l'ambiente nel quale si è nati e cresciuti e dove si sta quotidianamente, cioè all'interno del

capitale territoriale che è una componente essenziale per realizzare il personale benessere e quindi la felicità

Riferimenti bibliografici

- Ahmed, S. (2010). *The Promise of Happiness*. Durham, Duke University Press.
- Alberoni, F. (1991). *Gli invidiosi*. Milano, Garzanti.
- Arcidiacono, D. (2013). *Consumatori attivi. Scelte di acquisto e partecipazione per una nuova etica economica*. Milano, FrancoAngeli.
- Bansal, R. (2008). *Stay hungry Stay foolish*. Mumbai, IIM Ahmedabad.
- Bartolini, S. (2010). *Manifesto per la felicità*. Roma, Donzelli.
- Bauman, Z. (2007). *Homo consumens. Lo sciame inquieto dei consumatori e la miseria degli esclusi*. Trento, Centro Studi Erickson.
- Bauman, Z. (2008). *The art of life*. Cambridge, Polity Press.
- Bauman, Z., Bordon C. (2014). *State of crisis*. Cambridge, Polity Press.
- Beilharz, P. (2000). *Zygmunt Bauman. Dialectic of Modernity*. London, Sage.
- Bell, D.C. (2010). *The Dynamic of Connection: How Evolution and Biology Create Caregiving and Attachment*. Plymouth: Lexington Books.
- Betti, G. & Lemmi, A. (edited by) (2013). *Poverty and Social Exclusion. New methods of analysis*. New York, Routledge.
- Carey, R. & Ongley, J. (2009). *Historical Dictionary of Bertrand Russell's Philosophy*, LanhamS carecrow Press.
- Catarinussi, B. (2006). *Sentimenti, passioni, emozioni. Le radici del comportamento sociale*. Milano, FrancoAngeli.
- Crepet, P. (2010). Perché dovremmo essere felici?. In P. Crepet (a cura di), *Le figure della felicità, Perché siamo infelici*. Torino, Einaudi, pp. 67-100.
- Daly, M. (2011). *Welfare*. Cambridge, Polity Press.
- Davies, W. (2016). *L'industria della felicità. Come la politica e le grandi imprese ci vendono il benessere*. Torino, Einaudi.
- Davis, M.E. & Tester, K. (2010). *Bauman's Challenge Sociological Issues for the 21st Century*. New York, Palgrave Macmillan.
- de Nardis, P. (2000). *L'invidia un rompicapo per le scienze sociali*. Roma, Meltemi.
- Donati, P. (2011). *Relational Sociology: A New Paradigm for the Social Science*. New York, Routledge.
- Edwards, P., Alstom, W.P. & Prior A.N. (1967). *Russell, Bertrand Arthur William. The Encyclopedia of Philosophy*. Vol. VII, Macmillan, New York.
- Easterlin, R. A. (1974). Does Economic Growth Improve the Human Lot?. In P.A. David, M.W. Reder (edited by), *Nations and Households in Economic Growth: Essays in Honor of Moses Abramovitz*. New York, Academic Press.
- Finnis, J. (2011). *Human Rights & Common Good*. Oxford, Oxford University Press.
- Freud, S. (1930). *Das Unbehagen in der Kultur*. Wien, Internationaler Psychoanalytischer Verlag; trad. it., *Il disagio della civiltà*. Roma, Scienza moderna, 1949.
- Galimberti, U. (2009). *I miti del nostro tempo*. Milano, Feltrinelli.
- Griffin, N. (edited by) (2003). *The Cambridge Companion to Bertand Russell*. Cambridge University Press, Cambridge.

- Hastie, R. & Dawes, R.M. (2010). *Rational Choice in an Uncertain World: The Psychology of Judgment and Decision Making*. London, Sage.
- Illich, I (1981). *Per una storia dei bisogni*, Milano, Mondadori.
- Jefferson, T. (2009). *The United States Declaration of Independence (Original and Modernized Capitalization Versions)*. Maryland, Wildside Press.
- Latouche, S. (2009). *Mondializzazione e decrescita. L'alternativa africana*. Bari, Dedalo.
- Latouche, S. (2011). *Vers une société d'abondance frugal: contresens et controverses de la décroissance*. Paris, Mille et une nuits.
- Luzi, M. (2021). "La costruzione del sé tra provvisorietà ed incertezze", *Metabasis*, XVI, 32, pp. 196-211.
- Melnick, A. (2014). *Happiness, Morality, and Freedom*. Leiden, Brill.
- Melville, H. (1851). *Moby Dick or The White Whale*. New York, Harper & Brothers.
- Moorehead, C. (1993). *Bertrand Russell: A life*. Viking, New York.
- Natali, C. (2014). The Book on Wisdom. In R. Polansky (edited by), *The Cambridge Companion to Aristotle's Nicomachean Ethics*. Cambridge, Cambridge University Press, pp. 180-201.
- Nietzsche, F. (1887), *Die fröhliche Wissenschaft*, §125, in KGW, V, II.
- Oxenham, M. (2013). *Higher Education in Liquid Modernity*. New York, Routledge.
- Phillips, A. (2012). My happiness, right or wrong?. In K.E. Tunstall (edited by), *Self-evident truths? Human Rights and the Enlightenment*. New York, Bloomsbury.
- Powys, J.C. (2011). *The art of Happiness*. London, Faber and Faber.
- Prandstraller, G. P. (1978). *Felicità e società*. Milano, Edizioni di Comunità.
- Punset, E. (2005). *El viaje a la felicidad. Las nuevas claves científicas*. Barcelona, Destino.
- Risè, C. (2014). *Felicità è donarsi*. Cinisello Balsamo, Edizioni San Paolo.
- Russell, B. (1930). *The Conquest of Happiness*. New York: Horace Liveright; trad. it., *La conquista della felicità*. Milano, Longanesi, 1947.
- Setiffi, F. & Maturo, A. (2024). "The Institutional Promotion of Happiness: Proposals, Perspectives, Problems", *Rivista Trimestrale di Scienze dell'Amministrazione*, 3
- Silver, B. (2013). *Philosophy as Frustration: happiness found and feigned from Greek antiquity to the present*. Leiden, Brill.
- Touraine, A. (1998). *Libertà, uguaglianza, diversità. Si può vivere insieme?*. Milano, Il Saggiatore.