

## Els micos i el llarg viatge envers la felicitat

**Sebastià Serrano: *Els secrets de la felicitat*, Ara llibres,  
Badalona, 2006, 120 pp.**

A pesar que pel suggerent títol del darrer llibre d'en Serrano sembla que aquest sigui un fruit més de l'eclosió de llibres d'autoajuda de moda sobre els intricats camins vers la felicitat, les 120 pàgines d'*Els secrets de la felicitat* no ofereixen receptes ni fórmules màgiques, cosa que altres autors sí que gosen oferir, sinó més aviat un condensat recorregut evolutiu sobre la gènesi del 'sentiment' –si se'm permet qualificar-ho com a tal- de la felicitat. L'autor sí fa, però, èmfasi sobre el que ell considera el nucli generador de les sensacions de plaer, benestar i felicitat: les relacions socials, tant les íntimes com les més laxes, tesi que adoba i justifica amb el relat de l'evolució psíquica i biològica dels homínids fins a l'arribada dels *sapiens*. En aquesta orientació instructiva precisament se li ha de reconèixer a l'autor el mèrit de no haver volgut fer autoajuda pura i dura, sinó més aviat, conseqüentment amb la seva línia de creació, divulgació científica.

A partir de la seva tesi, que es comença a perfilar ja en les primeres pàgines, però que està explícitament enunciada a la conclusió, i que es pot resumir dient que el secret de la felicitat es troba i sempre s'ha trobat al llarg de la nostra història a mantenir una xarxa reeixida de relacions socials satisfactòries, Serrano traça un recorregut sobre l'evolució dels primats i dels homínids, i justifica el seu argument adduint raons biològiques, genètiques, evolutives, anatòmiques i socials.

Comença assenyalant que l'èxit reproductiu dels primats i després dels homínids es deu fonamentalment a la seva sociabilitat: viure en grup va ser la pedra angular que va propulsar la seva supervivència com a família animal i va garantir-ne l'èxit reproductiu, sociabilitat que anava acompanyada d'un rosari de conductes concurrents, com ara l'altruisme, l'empatia, el comensalisme i la divisió del treball. Serrano associa aquest tret central de sociabilitat amb l'origen filogenètic de les primeres vocalitzacions (precursor ancestral del llenguatge) i dels primers afectes. Si bé les emocions bàsiques, com la por, la ira, la vergonya o la tristesa, ja caracteritzaven els mamífers no

primats, els primats comencen a desenvolupar emocions més complexes, menys automatitzades i a més llarg termini, com el vincle maternofilial, vincle de parella i vincle de família o de grup, amb el que això comporta de disseny cerebral –desenvolupament de les estructures prefrontals- i de caldo químic cerebral –síntesi de neurotransmissors, com la famosa dopamina, la serotonina o les endorfines, que són la base biològica de les sensacions de plaer i benestar.

I per què desenvolupar afectes i, molt més tard, vocalitzacions que desembocarien amb el temps en llenguatge? Doncs perquè els afectes, les vocalitzacions i altres novetats comportamentals incorporades a la conducta primat amb la vida grupal haurien tingut la funció primordial de relligar el grup, d'enfortir els vincles intragrups per afiançar aquest estil de vida característic dels primats, única possibilitat de supervivència de l'espècie en l'entorn natural d'aquell temps, milions d'anys enrere.

El desenvolupament del sentit del tacte, de les carícies, dels petons, les abraçades, els massatges, i del significat emocional d'aquests gestos deuen haver-se esdevingut en aquest caldo de cultiu, com també el gust i el benestar que generen –significat biològic, en diu l'autor-, base neuronal de les sensacions de plaer i de la 'felicitat', com en diem avui dia.

Com a primats arborícoles que fórem, vàrem primar el desenvolupament de la vista per sobre dels sentits de l'oïda i l'olfacte, contràriament a altres mamífers, i la vista també es va posar al servei de cimentar la vida i la identitat grupals. La vista era –i és- cabdal per al reconeixement facial, per a l'establiment de vincles interpersonals, reconeixement de la prole pròpia, reconeixement de la pròpia parella, etc. –com a llegat, els humans tenim una àrea cerebral especialitzada només en la lectura i el reconeixement facial, la disfunció de la qual produeix una síndrome coneguda com a *prosopagnàsia*. Aquesta íntima relació del sentit de la vista amb funcions de relligament social en l'origen de l'espècie –tant o més que el tacte-, i la contrapartida de la subtilíssima capacitat d'expressivitat facial, en definitiva, l'íntima relació amb funcions emotives, explica per què els estímuls que entren per la vista encara avui tenen un estatus privilegiat pel que fa a la repercussió emocional que generen en els humans –no és d'estranyar, puntualitza l'autor, que la tecnologia actual de més èxit i més

consumida sigui la que proporciona estímuls visuals, o bé que contemplar un espectacle aterridor tingui conseqüències emocionals molt diferents d'imaginar-se'l, com tampoc és casualitat que la nostra sigui una societat obsedida per la imatge: la societat de consum actual no fa sinó espremer al màxim les potencialitats dels circuits cerebrals que deriven de la nostra biologia d'animal eminentment visual.

Les innovacions cerebrals que va suposar la vida en societat –quant a processament d'estímuls, de capacitat de generar afectes, de discriminar sensacions tàctils, de mobilitat facial, d'emetre vocalitzacions, etc.- es posen també al servei de canvis més pròpiament biològics o genètics: la selecció de parella entre els homínids es devia fer a través de la vista a partir d'un estadi determinat, i no per l'olfacte, com fan altres mamífers; quan aparegueren les vocalitzacions i mostres d'un incipient llenguatge, aquestes devien esdevenir un valor afegit en els candidats que les exhibien i per això es va convertir en un element cabdal per a la vida grupal i per a l'intercanvi d'informació cara a cara. Seleccionar com a parella espècimens que exhibissin aquest tret va ser la via per fer de la veu i posteriorment del llenguatge un avantatge evolutiu.

Altres canvis anatòmics i comportamentals concurrents –ulls frontals i no laterals, copulació cara a cara, ocultació de l'ovulació en les femelles, mamelles transformades en pits exuberants a partir de la bipedestació, orgasmes femenins, tendència a la monogàmia, etc.- estan interrelacionats també amb la necessitat absoluta dels nostres ancestres de viure en grup si volien sobreviure, i amb la consegüent necessitat de cimentar les relacions entre els seus integrants.

Sent un expert en lingüística, però, Serrano no podia obviar l'aventura del descobriment del llenguatge. En fa una breu repassada, tot integrant-la dins el seu breu relat històric. Explica com la complexitat creixent de la vida en grup va induir a la institució de rituals, i com els ritus –ritus de passatge, d'aparellament, de naixement, d'institució del cap del grup, molt després ritus de dol, etc.- i la repetició que els caracteritza, van propulsar el desenvolupament cerebral de capacitat per a la representació simbòlica, que amb el temps donà lloc al llenguatge, ingredient fonamental de la vida en grups cada cop més complexos i heterogenis.

La història filogenètica del llenguatge i de la gènesi consegüent de la cultura és una història que corre paral·lela a la de l'origen de les

emocions, rellevant aquí i en el llibre només en el sentit que hi és concurrent en el temps, i que també té la funció primordial de relligar el grup com a cèl·lula bàsica de la vida homínida. Amb l'esdeveniment sense comparació del sorgiment del llenguatge, ja en època dels *sapiens* –molt recentment, doncs, comparat amb els 7 milions d'anys d'evolució primat- la nostra capacitat d'intervenció en el medi ha esdevingut virtualment il·limitada. El llenguatge i la construcció del reservori d'informació que representa la cultura han aconseguit, de fet, competir amb el mecanisme biològic d'autoperpetuació per excel·lència: l'ADN constitueix el reservori biològic de la informació que es transmet intergeneracionalment i que és modificable –per fer-la màximament adaptada a l'entorn- només a molt llarg termini. En canvi, la cultura, amb el seu traspàs boca a orella –l'escriptura va ser inventada molt recentment-, constitueix un reservori il·limitat d'informació de difusió ràpida, fàcilment modificable i, per tant, màximament adaptable a l'entorn. No és forassenyat hipotetitzar que avui i en els temps venidors l'evolució biològica de l'espècie es veurà minvada a causa de la immensa quantitat d'artefactes que hem fabricat fora del nostre cos i que optimitzen la nostra adaptació a l'entorn sense haver d'adequar-hi el nostre organisme; és en aquest sentit que podem dir que la cultura ha pres el relleu a l'ADN, i que l'evolució cultural competeix amb l'evolució biològica, o si més no n'ha esdevingut un apèndix.<sup>1</sup>

L'autor no s'està de fer un breu apunt sobre les probables implicacions de la societat actual, eminentment tecnològica i sobresaturada d'estímuls, per a la nostra estructura biològica de milions d'anys d'antiguitat. El disseny cerebral *sapiens* està confegit de tal manera que aconseguir l'equilibri psíquic per a l'individu impliqui, coherentment amb la història de l'espècie, contacte, relacions, empatia, compassió, proximitat, tendresa, afecte, tacte, comunicació boca a orella, tot adobat amb el sentit dels paràmetres espaciotemporals de l'aquí-i-ara. En canvi, la societat d'avui dia propicia l'aïllament, degrada l'empatia i la compassió, multiplica exponencialment els estímuls a què estem sotmesos –fins a l'extrem que als EUA ja es parla

---

<sup>1</sup> Aquesta tesi un pèl agosarada no es desprèn del llibre, però sí que està implícita en altres autors, entre els quals destaca Dawkins, amb l'encunyament del terme *memes* –per analogia amb *genes*, en anglès- com a unitat d'informació cultural mínima amb capacitat per autoperpetuar-se intergeneracionalment.

de la síndrome TMI, per *too much information-*, i promocióna coordenades espaciotemporals diferents de les de l'aquí-i-ara que ens han governat fins fa escassament 50 anys. La multiplicació salvatge de la informació generada i fàcilment disponible pels mitjans tecnològics innovadors, la capacitat d'emmagatzemar-la virtualment sense límit de volum, i la llibertat amb què es mou per les coordenades espacials de l'univers conegut, representen un salt qualitatiu impensable fa pocs anys i amb conseqüències desconegudes a hores d'ara sobre la nostra estructura biològica, especialment pel que fa al nivell d'incertesa que genera –a més informació, més incertesa, segons les lleis de la física.

Serrano proposa combatre aquesta incertesa, sempre negativa, afinant les nostres capacitats emotives, inundant literalment el nostre cervell d'endorfines i dopamina, el correlat químic de la felicitat i el plaer, i la manera òptima de fer-ho és cultivar les relacions, com els nostres ancestres han fet durant milions d'anys i sembla que nosaltres estem tendint a evitar: cercar el benestar en les relacions íntimes, les properes i les més laxes, amanyagar-les de carícies, tacte, vocalitzacions i abraçades, acompanyar-les amb la dolçor de la mirada i acabar d'adobar-les amb l'intercanvi de paraules, procurant adequar el to de la veu al to emocional que tenyeix la relació. En resum: dieta comunicativa, ara que estan tan de moda les dietes, que inclogui obligatòriament una bona dosi diària de rialles, riallades, abraçades, carícies, petons, massatges i converses profitoses. Només així mantindrem la circuiteria i la química cerebral en forma, i només així ens salvarem de caure en les mans de la por, l'estrès i el desequilibri psiquicoemocional que comencen a esdevenir elements pol·luents d'allò més comuns en la societat actual.

En definitiva, un llibre més de divulgació, si bé peca de voler encabir molta informació de disciplines diferents –antropologia, psicologia, genètica i lingüística bàsicament- en només 120 pàgines, cosa que fa que la lectura, per agradable que sempre resulti llegir en Sebastià, sigui un pèl difícil si no es tenen coneixements mínims sobre evolució. Un llibre, però, que amb la seva tesi central ens descobreix la sopa d'all i que amb l'enlluernador títol promet al lector un desvetllament que mai no arriba a produir-se.

**Ester Astudillo**

Llicenciada en filologia anglesa per la UB

Té estudis de psicología