



Felicidad, libros de autoayuda y Gubernamentalidad

Memoria para optar al Grado de Licenciado en Sociología y Título
Profesional de Sociólogo

Juan Pablo Andrés Urrutia López

Profesor guía:
Nicolás Fuster Sánchez

Noviembre, 2016

Para Mario, gran amigo y artista, un sobrehombre.

Gracias querido amigo por todo.

Índice

Resumen	5
Planteamiento del problema	6
Pregunta de investigación	12
Objetivo general:	12
Objetivos específicos:	12
Marco Teórico	13
Sociología de las emociones.....	13
Perspectivas teóricas utilizadas en el estudio de los libros de autoayuda	16
Libros de autoayuda como producto de la industria cultural.....	16
Características de los libros de autoayuda	17
Libros de autoayuda y los códigos de civilización	19
Estudio de libros de autoayuda realizado en Chile	21
Del gobierno soberano, disciplinario y seguridad	23
Diferencias entre gobierno disciplinario y seguridad	25
Gubernamentalidad.....	30
Antecedente histórico, la discusión en torno a gobierno en Maquiavelo y la Perrière según Foucault.	30
Relación gubernamentalidad y libros de autoayuda, una aproximación.....	33
Diferencias entre las sociedades disciplinarias y sociedades de control:	36
¿Qué es un dispositivo?	38
El Neoliberalismo	41
El empresario de sí mismo/self emprendedor u homo oeconomicus	51
Felicidad o bienestar subjetivo	54
La felicidad o bienestar subjetivo, mediciones y determinantes	59
Felicidad o bienestar subjetivo en Chile	61
Marco Metodológico	70
Tipo de estudio.....	70
Tipo de diseño.....	71
Universo y muestra	71
Fuentes teóricas a utilizar en la investigación.....	72
Técnica de producción de datos	73
Técnica de análisis de datos	73
Calidad del diseño.....	76
Criterio de credibilidad:.....	76
Criterio de transferibilidad o de aplicabilidad:	76
Condiciones éticas:	77
Análisis y resultado de los datos	78
Estructura de los libros de autoayuda analizados.....	78
Caracterización de las definiciones de felicidad en los libros de autoayuda	80

Maneras de lograr la felicidad	84
Relación gobierno y conceptos de felicidad	95
Conclusiones	98
Bibliografía.....	104

Resumen

Las maneras de conceptualizar y alcanzar la felicidad han acompañado al hombre durante todo su desarrollo. La problemática de alcanzar la felicidad resulta importante si observamos el aumento de enfermedades relacionadas con el ánimo a nivel mundial, la preocupación de los gobiernos por generar mayor bienestar en la población y considerando la paradoja de Easterlin según el cual un desarrollo económico ilimitado no garantiza la felicidad en los individuos, nos otorgan elementos para reflexionar acerca de las maneras de alcanzar la tan anhelada felicidad. Frente a lo anteriormente mencionado la felicidad individual debe ser gestionada a nivel poblacional. Sumado a lo anterior, existe un mandato social de ser feliz.

Los libros de autoayuda se nos presentan como sostenedores y legitimadores de dicho mandato social. Ahora bien, en los libros de autoayuda se manifiesta una determinada forma de guiar a los individuos, su pensamiento y conducta.

Lo anterior resulta importante pues se relaciona con el concepto de gubernamentalidad planteado por Michel Foucault, recordemos que gubernamentalidad significa en resumidas cuentas, conducción de la conducta. La teoría de la gubernamentalidad en unión con los conceptos de *emotional work* and *feeling rules* de la socióloga Arlie Hochschild, nos permiten realizar un análisis de los libros de autoayuda como dispositivos para guiar la conducta de los individuos hacia uno o varios fines. Tomando el Neoliberalismo como una racionalidad de gobierno esta memoria tiene por fin mostrar cómo los libros de autoayuda guían al lector alcanzar la felicidad de una manera empresarial, es decir, los individuos son guiados a comportarse como empresarios de sí mismos.

Palabras claves: Gubernamentalidad, felicidad, empresario de sí mismo, *feeling rules* (reglas emocionales).

Planteamiento del problema

La pregunta sobre qué es felicidad y cómo se alcanza, es una duda que ha acompañado al hombre desde que desarrolló su conciencia, “¿qué fines y propósitos de vida expresan los hombres en su propia conducta; qué esperan de la vida, qué pretenden alcanzar de ella? Es difícil equivocarse la respuesta: aspiran a la felicidad” (Freud, 2010, pág. 71).

El estudiar la felicidad es importante si tomamos en cuenta las siguientes observaciones:

1) Freud en su libro *El Malestar en la Cultura*, da un punto de vista bastante interesante sobre la posibilidad real del ser humano de alcanzar la felicidad según lo establece el Principio del Placer (Freud, 2010). Según Freud la felicidad es algo muy difícil de alcanzar pues “la cultura impone tan pesados sacrificios, no sólo a la sexualidad, sino también a las tendencias agresivas, comprenderemos mejor el por qué al hombre le resulta tan difícil alcanzar en ella su felicidad” (Freud, 2010, págs. 114-115).

2) El Informe de Desarrollo Humano del año [PNUD], (2012) señala que la felicidad es la meta más importante a alcanzar para los chilenos¹:

¿Usted diría que alcanzar la felicidad es...? Total y según grupo etario (porcentaje)

	Total	18 a 24 años	25 a 34 años	35 a 44 años	45 a 54 años	55 a 64 años	65 años y más
La meta más importante de la vida	48,5	53,1	55,3	49,8	50,1	39,6	44,0
Una meta igual de importante que otras	47,6	42,9	44,0	46,6	45,2	55,8	50,4
No es una meta importante en la vida	2,8	2,9	0,3	2,6	2,7	3,0	4,8
NS-NR	1,1	1,1	0,4	1,0	2,0	1,6	0,8
Total	100	100	100	100	100	100	100

Fuente: Encuesta de Desarrollo Humano, PNUD 2011.

3) Sumado a que la felicidad es una meta importante, existe una paradoja, “Las satisfacciones que se viven son más numerosas que nunca, la alegría de vivir no avanza, léase retrocede; la felicidad parece siempre inaccesible, aunque, al menos en apariencia, disponemos de más ocasiones para recoger sus frutos” (Lipovetsky, 1986, pág. 148).

4) Si lo vemos desde la óptica de la salud mental, enfocándolo específicamente en la depresión, según la OMS, al menos 350 millones de personas sufren de depresión en el mundo (World Health Organization, 2013). Los indicadores de consumo de anti-depresivos de la Organization for Economic Cooperation and Development [OECD] (2011), nos muestran que entre los años

¹ Fuente: PNUD, 2012, pág. 69.

2000-2009 hubo un aumento del consumo de antidepresivos en todos los países de la OECD, esta tendencia también es expresada en Chile. En efecto, el Centro de Investigaciones Periodísticas (CIPER), en su artículo titulado “Chile, desigualmente deprimido”, muestra que el consumo de antidepresivos aumentó. El periodo analizado fue el comprendido entre los años 1998-2004. La Encuesta Nacional de Salud 2009-2010, muestra que en las personas mayores de 15 años, el 17,2% de la población sufre de depresión, además, el 21,67% de los adultos dice haber sido diagnosticado con depresión alguna vez en su vida (Aceituno, Miranda, & Jiménez, 2012).

En este sentido se puede decir que en el mundo ser feliz se ha convertido en una tarea difícil. Si bien cada individuo define su concepto de felicidad y las maneras de alcanzarla, no se puede negar que existen factores culturales, económicos y políticos que van guiando la manera de cómo se entiende la felicidad.

En los párrafos anteriores se mencionó que al ser humano le cuesta ser feliz, si esto lo relacionamos con lo señalado en el informe de la PNUD (2012) el cual plantea que la felicidad, es un mandato social: “no solo es bueno ser feliz, también se condena a quien no se esfuerza por serlo” (PNUD 2012, pág. 68), es aquí donde entran los libros de autoayuda como facilitadores del cumplimiento de dicho mandato, en el sentido que éstos surgen con la función de solucionar un problema o resolver una situación dificultosa que se presenta al lector (Papalini, 2006), junto con lo anterior el libro de autoayuda garantiza a su lector que será feliz, siempre y cuando siga paso a paso las instrucciones que señala dicho libro, se puede decir -por lo tanto- que el libro influirá en la conducta y la manera de pensar del individuo, en consecuencia se puede plantear que el libro de autoayuda contiene determinadas *feeling rules* (reglas emocionales) (Hochschild, 1979).

La lectura de literatura de autoayuda no es algo nuevo, leer libros, manuales, cartas, biografías o consejos que de cierta manera guían o conducen el actuar del ser humano ha estado presente en la historia de la humanidad por miles de años. Se puede trazar el origen de este género en textos del Antiguo Egipto llamados “Sebayt” que literalmente significa “enseñanza”, otro texto similar es la llamada “Máximas de Ptahotep” escrita en 2800 AC, que eran consejos que daba un padre a un hijo. En la Antigua Grecia existían textos que tenían determinados consejos sobre la mejor manera de vivir. En la Edad Media también existieron libros que describían la conducta de los reyes que se consideraba digna de imitar entre las personas. Entre los siglos XVII y XVIII existieron libros que decían a los

hombres cómo comportarse de manera cortés en la sociedad (Lamb-Shapiro, 2013).

Finalmente llegamos al siglo XIX, en particular, a los EE.UU. En este país se han publicado libros de autoayuda alcanzando un gran nivel de venta a escala mundial. El primer libro de esta naturaleza es un libro escrito por Samuel Smiles en el año 1859, con el título "Self-Help". Este libro se aleja mucho del mensaje hoy presente en los textos de autoayuda, con su mensaje de vivir y pensar positivamente. Smiles, con su moral calvinista considera que la vida es una prueba (struggle), donde es necesario desarrollar "pushing character" (una actitud de seguir adelante), para Smiles los exitosos son aquellos que luchan por lo que quieren y mantienen una actitud perseverante frente a la adversidad. Este libro fue tan exitoso cuando se publicó que logró ganarle en ventas al libro "El origen de las especies" de Darwin (Samuel Smiles: On the origin of self-help, 2004). Es en el siglo XX cuando este género literario se consolida, será el libro "How to win friends and influence people" de Dale Carnegie que será de determinante para esta consolidación y para solidificar una corriente de la literatura de autoayuda relacionada con los negocios (Lombana, 2009).

En su origen los libros de autoayuda tenían una estrecha relación con el mundo de los negocios, podemos decir que fueron creados por hombres de negocios (business men) para hombres de negocios (Lombana, 2009). Esta estrecha relación con el mundo de los negocios no es casualidad, obedece a cambios dentro de la estructura del capitalismo que hicieron necesario crear un nuevo tipo de sujeto.

"El capitalismo de consumo no nació automáticamente con las técnicas industriales capaces de producir mercancías estandarizadas en grandes series. Es también una construcción cultural y social que requirió por igual la educación de los consumidores [...]" (Lipovetsky, 2007, pág. 24) .

Hoy en día se puede hablar de una verdadera industria de la auto ayuda, donde existen libros, cursos, seminarios, coaching, cd's, todos enfocados a dar ayuda y un soporte emocional al individuo. Sólo en los Estados Unidos, esta industria mueve entre \$10 a \$11 billones de dólares (Lindner, 2009). Si tenemos a la vista lo que acontece en Chile observamos que la literatura de autoayuda está en cuarto lugar en el tipo de lectura preferida, lo que representa un 9,6% de las ventas. Si nos centramos específicamente en los lectores de auto ayuda, el grupo etario que más los prefiere son los individuos entre 30 a 59 años, y el nivel socioeconómico que más tiende a preferirlos son los C2 y C3 (Consejo Nacional

de la Cultura y las Artes, 2011). Es importante mencionar el tipo de textos que se encuentran en los hogares chilenos. Al respecto el Estudio sobre el comportamiento lector a nivel nacional indica: “De los libros que se tienen en el hogar [...] en menor medida se tienen libros como manuales y libros técnicos y, de autoayuda, lo que alcanza sólo un 3%” (Consejo de Fomento del Libro y la Lectura, 2011, pág. 93).

Debido a que los libros de autoayuda tienen la característica de guiar la conducta del lector mediante los consejos que entregan, y a su vez influenciar en la manera de pensar de su lector, los libros de autoayuda se considerarán como un dispositivo.

“Llamo dispositivo a todo aquello que tiene, de una manera u otra, la capacidad de capturar, orientar, determinar, interceptar, modelar, controlar y asegurar los gestos, las conductas, las opiniones y los discursos de los seres vivos” (Agamben, 2011, pág. 257).

Si consideramos los mencionados libros como dispositivos, colegimos que tienen un claro objetivo de conducir la conducta, en otras palabras, no son “neutros” o no tienen sólo la finalidad de ayudar a su lector, podemos considerar dichos libros como instrumentos en que se manifiesta un determinado tipo de poder cuyo propósito es la conducción de la conducta hacia un determinado fin. De manera tal que es otro espacio donde se manifiestan “[...] los poderes, porque en principio se trata de ellos y no de “el” poder, no habitan siempre donde esperaríamos encontrarlos” (Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales, 2001).

Lo anterior se relaciona con lo que Foucault señala acerca de la Gubernamentalidad. Ampliamente la Gubernamentalidad puede considerarse como una determinada racionalidad de gobierno cuyo fin es la conducción de la conducta.

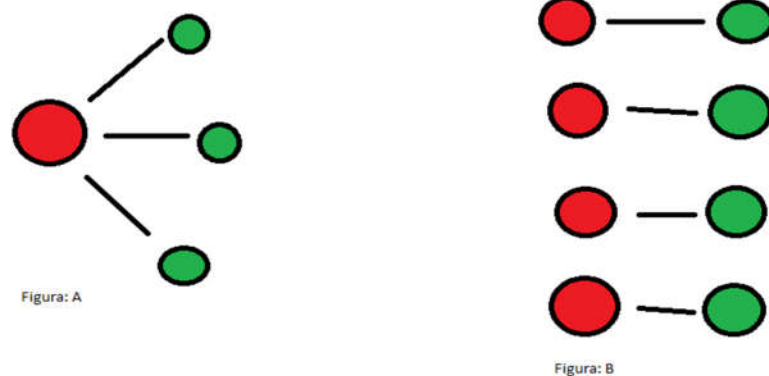
La definición Foucaultiana de gubernamentalidad es:

Entiendo el conjunto constituido por las instituciones, los procedimientos, análisis y reflexiones, los cálculos, las tácticas que permiten ejercer específicamente, aunque de forma compleja, el poder que tiene por blanco principal la población, por forma superior de saber la economía política y por instrumento técnico esencial los dispositivos de seguridad. (Foucault, 2006, pág. 136).

La preocupación de la gubernamentalidad es el manejo de la población, Foucault (2006). Este autor identifica que en el siglo XVIII surge el problema de la población, se reconoce a la población como algo que posee una especificidad

propia, es decir posee una dinámica propia (tasas de mortalidad, de nacimiento, etc), la importancia de lo anterior es que la población en su totalidad y ya no el individuo serán el blanco del gobierno. Si bien el libro de autoayuda apunta a modificar el comportamiento del lector, considero que su blanco es la población al ser libros de consumo masivo. Por tanto tienen un componente individual como un componente poblacional.

Una de las características fundamentales de esta perspectiva de la gubernamentalidad es que se desliga de la creencia de que es el Estado el único centro de poder y por ende del manejo (conducción) de las personas, aquí se reconoce que existen diferentes autoridades o agentes que gobiernan diferentes aspectos de la vida del individuo según diferentes fines (Murray Li, 2007).



En la figura adjunta se ilustra la siguiente idea: el círculo rojo representa un agente de poder, mientras que los círculos verdes representan un aspecto de la vida. La figura A quiere decir que existe un agente que gobierna muchos aspectos de la vida, como señala Salinas Araya, (2014), la figura A representa la manera tradicional de pensar el gobierno, como algo que viene del Estado y que gobierna diferentes aspectos de la vida. Mientras que la figura B representa la perspectiva de gobierno de hoy, una multiplicidad de organismos o sujetos que gobiernan diferentes aspectos de la vida en relacion a diferentes objetivos. Lo anterior resulta relevante pues se considera al libro de autoayuda como otro agente que ejerce poder, se le considera así, pues contiene determinados *feeling rules* que guian la conducta del individuo. El dispositivo libro de autoayuda es un dispositivo donde se manifiesta la gubernamentalidad.

Junto con lo anterior las maneras tradicionales de construir sujetos son la familia, la escuela y el trabajo, como menciona Guinsberg (2003) los *mass media* también ayudan a construir sujetos, pero ahora debemos poner atención a que la manera actual de construir sujetos es mediante la auto construcción del individuo,

la figura del empresario de sí mismo cobra vital importancia en una economía neoliberal.

Desde este punto de vista, una de las formas de gobierno de hoy puede considerarse un gobierno de la emoción. Por supuesto que existen aún gobiernos sobre los cuerpos y territorios, pero debemos tomar en cuenta que sin desplazar a estos tipos de gobierno, lo principal en la actualidad es el gobierno emocional. Desde que algunos países han logrado un cierto nivel de bienestar material, y según señalan los utilitaristas los Estados están cada vez más preocupados en el bienestar de la población (Pincheira I. , 2013), traducido éste en felicidad, se plantea que la felicidad es hoy un blanco importante de gobierno, algo que debe ser controlado y conducido.

Pero resulta importante decir que tal gobierno de la emoción no se da de manera aislada a la estructura social, si existe un gobierno de la emoción es precisamente debido a que la estructura social lo requiere. Aquí entra claramente la gubernamentalidad, la regulación emocional si bien es individual, tiene como blanco principal a la población. Es la población en su totalidad, como ente viviente, es la que debe ser manejada. Pero este manejo se da dentro de un contexto.

Para esta tesis hemos tomando el Neoliberalismo como contexto general de gobierno, como la racionalidad de gobierno. La sociedad de hoy puede ser llamada de diferentes maneras, pos moderna, modernidad tardía, sociedad del riesgo, sociedad del cansancio, etc. Al respecto, consideraremos que todas las maneras de clasificar esta sociedad están de alguna manera correctas, porque se sustentan en sus propias teorías que finalmente tienen consistencia lógica y teórica, cada una de estas da énfasis a un punto específico de la sociedad, en este sentido representan tipos ideales, y como tales se considera que pueden ser utilizadas por el investigador ya sea para compararlas, discutir con ellas o destruirlas. Debido a que esta tesis sigue la línea de la gubernamentalidad necesariamente nos lleva a ver el Neoliberalismo (Salinas Araya, 2014), por lo tanto los dos de alguna manera son inseparables. El Neoliberalismo es en este sentido la razón de gobierno que conduce la acción.

Relevancias

La relevancia teórica de esta tesis radica en que se enmarca dentro de la sociología de las emociones, se desea utilizar conceptos de esta línea de la sociología que permitan realizar un estudio sobre la manera de conducir la conducta de los individuos en el espacio del Neoliberalismo chileno. *Emotional work* y *feeling rules* en este sentido son conceptos útiles para estudiar una parte

de los libros de autoayuda. Sumado a lo anterior, la segunda relevancia teórica radica en enfocar esta tesis desde el punto de vista de la gubernamentalidad. Esto resulta importante pues se considera que teorizar sobre la gubernamentalidad nos permite profundizar los conocimientos en el ésta área, ampliando de alguna manera las discusiones de sobre gubernamentalidad, emoción y felicidad en Chile.

La relevancia práctica de esta tesis, reside en explorar un área de estudio que al menos en Chile, se ha estudiado exiguamente. De la búsqueda realizada para obtener información y bibliografía, sólo se encontró un estudio en Chile sobre los libros de autoayuda y éste fue realizado por la PNUD (2012). Por otra parte, si bien hay estudios sobre la felicidad en Chile, resulta importante construir conocimiento utilizando los conceptos de biopolítica y gubernamentalidad de Michel Foucault, uniendo lo anterior con la sociología de la emoción, permite formular un proyecto de tesis teóricamente innovador. La teoría de Foucault es vital para comprender este fenómeno tan importante como es la felicidad en el contexto neoliberal chileno.

Pregunta de investigación

Pregunta de investigación:

- ¿Cómo se evidencia el gobierno de la felicidad en los libros de autoayuda de autores chilenos de mayor venta en las librerías de Viña del Mar?

Objetivo general:

- Conocer los modos de gobierno de felicidad en Chile, desde un análisis de contenido del dispositivo libro de autoayuda de autores chilenos de mayor venta en las librerías de Viña del Mar

Objetivos específicos:

- Caracterizar las definiciones de felicidad en los libros de autoayuda de autores chilenos de mayor venta en las librerías de Viña del Mar.
- Describir cómo se logra la felicidad según los libros de autoayuda de autores chilenos de mayor venta en las librerías de Viña del Mar.
- Mostrar la relación entre gobierno y los conceptos de felicidad presentes en los libros de autoayuda de autores chilenos de mayor venta en las librerías de Viña del Mar.

Marco Teórico

Sociología de las emociones

Esta tesis se enmarca dentro de la sociología de las emociones. Las emociones tienen un componente biológico, psicológico y además social. En esta dirección, como sociólogos estudiamos la emoción a través de una lupa social, pero ¿qué implica estudiar esto desde un enfoque social? Primero que todo, debemos reconocer que las emociones provienen de estímulos del medioambiente como del propio individuo (Pincheira I. , 2012), pero reducir la emoción solo a estímulos producto de la biología o la evolución es negarnos a reconocer la naturaleza social de la emoción. En este sentido, se reconoce que las emociones lejos de ser estímulos únicamente de origen individual, tienen influencia social, es decir, la estructura social tiene influencia tanto en su origen y en la manera en que se debe vivir la emoción.

Existen varias corrientes teóricas que han abordado de manera sociológica la emoción, desde las constructivistas radicales (donde plantean que la cultura tiene completa influencia en la emoción, ignorando que pueden existir emociones que pueden ser eventualmente producto de causas biológicas/evolutivas), hasta las más positivistas (según las cuales frente a una situación “x” puede aparecer “m,n,p” emoción y nada más), en este sentido, dichas corrientes teóricas construyen mapas conceptuales sobre qué tipo de emoción puede surgir en tal o cual situación social².

Debemos reconocer que esta subdisciplina de la sociología tiene por objeto la relación o el juego entre emoción y estructura social. No cabe duda que las reglas gobiernan cómo las personas deben sentirse en un determinado momento o situación (Hochschild, 1979). Nuestras emociones y acciones deben alinearse con las normas y expectativas según la situación social en que nos encontramos (Hochschild, 2011).

Esta tesis utilizará, entre otros, dos conceptos de la socióloga norteamericana Arlie Hochschild, los cuales remiten directamente a lo que eventualmente podría ocurrirle a un individuo, siempre y cuando tome la decisión de leer y aceptar los consejos que están presentes en los libros de auto ayuda. Dichos conceptos, a saber, *emotional work* y *feeling rules*³, nos permiten

² Para mayor información sobre las diferentes corrientes y las maneras de clasificar dichas corrientes del estudio social de las emociones ver Turner & Stets, (2006) y Bericat Alastuey, (2000).

³ Emotional work (o también llamado emotional labor) cuya traducción literal castellano sería trabajo emocional y feeling rules que se puede traducir como reglas emocionales (o de sentir).

comprender la emoción en tanto componente social. El trabajo emocional “se refiere al acto de intentar cambiar el grado o la calidad de una emoción o sentimiento⁴”. En este sentido, el trabajo emocional hace referencia al acto de trabajar sobre la emoción, independientemente de si se logra cambiar dicha emoción. El trabajo emocional se diferencia del control emocional o la supresión, ya que estos últimos términos hacen referencia al acto que busca prevenir que aflore o que surja la emoción, mientras que el trabajo emocional es más amplio en el sentido de que significa tanto evocar como reprimir una emoción (Hochschild, 1979).

Hay varias técnicas de trabajo emocional, entre las técnicas de trabajo emocional encontramos una cognitiva, mediante la cual se intenta cambiar las imágenes, ideas o pensamientos para evocar una determinada emoción. Por otra parte, encontramos una corporal, en donde se trata de cambiar algo del cuerpo, ya sea una postura o intentar respirar más profundo para estimular el surgimiento de una emoción. Finalmente, podemos observar una expresiva, es decir, que se intenta cambiar un gesto para generar un cambio en la emoción, como por ejemplo intentar llorar o sonreír (Hochschild, 1979).

El otro concepto, -reglas emocionales-, nos plantea que las emociones se deben entender como un prerrequisito de la acción, es decir, lo que sentimos de manera interna generalmente nos prepara para nuestra conducta externa (Hochschild, 1979). Las reglas emocionales son el conjunto de normas que nos indican que debemos sentir en una situación determinada, cuándo lo debemos sentir, y la duración de la emoción (Hochschild, 2011). En este sentido, la socióloga norteamericana no nos da un conjunto de *feeling rules* según una situación, sino más bien nos da las herramientas para identificar cuándo estamos siendo afectados por las *feeling rules*. O sea, que cuando estamos evaluando nuestra emoción estamos siendo afectados por una regla emocional. Cuando estamos en una situación donde observamos que nos sentimos de una manera “x”, pero deberíamos sentirnos de manera “q”, estamos frente a una *feeling rule*. Por ejemplo, Hochschild cita aquí a una mujer para quien en su día de bodas comenzó de manera desastrosa: su hermana no la ayudó a vestirse ni le dijo que se veía bella, algunas de sus mejores amigas no podían asistir a la boda, porque tenían otras cosas que hacer, y durante el ensayo de la boda las personas no sabían qué debían hacer. Frente a ello, le invadió una sensación de profunda tristeza, ya que la boda dejó de ser un elemento de felicidad, sino más bien algo

⁴ Del inglés, By “emotional work” I refer to the act of trying to change in degree or quality an emotion or feeling (Hochschild, 1979, pág. 561).

que la entristecía. Sin embargo, ella se repetía a sí misma que debía estar feliz (Hochschild, 1979). Este acto de repetirse a sí misma que “debía estar feliz” es un ejemplo de una *feeling rule*: existe una situación externa (la boda) que implícitamente tiene una manera de vivir una emoción (la felicidad), entonces, las emociones de los sujetos que asisten a dicha boda deberían calzar con dicha regla emocional, es decir, todos deberían estar felices.

Las reglas emocionales funcionan de la misma manera que las reglas de comportamiento o de etiqueta, es decir, ellas delimitan una zona en que no existiría sentimiento de culpa o vergüenza por expresar la emoción que determina la situación. Tal como ocurre con cualquier regla, éstas se pueden seguir al pie de la letra o se pueden romper. No obstante, infringir dicha regla puede tener ciertas consecuencias para el individuo, (generalmente negativas). Las reglas emocionales se distancian de las otras reglas debido a que éstas no son reglas que se aplican a la acción, sino más bien, aplican a los precursores de la acción. Las reglas emocionales no se distribuyen de igual manera en la población, ni tampoco han sido iguales durante la historia. Por ejemplo, Hochschild (1979) hace referencia a las ejecuciones públicas que eran profundamente disfrutadas por las personas en el siglo XVI.

Existe una vinculación sustantiva entre el trabajo emocional y las reglas emocionales. Dicha relación se da cuando frente a una regla de este tipo el individuo modifica internamente su emoción para calzar con la regla emocional. En este sentido, no puede existir un trabajo emocional sin que exista una regla emocional, ya que como señalamos anteriormente el individuo puede modificar su emoción para calzar o quebrantar dicha regla, (aunque siempre exista algún grado de trabajo emocional).

Sin embargo, no podemos pensar como evidente la relación entre estas reglas, los libros de autoayuda, la felicidad y la gubernamentalidad. Para clarificar lo anterior se propone que los libros de autoayuda contienen determinados consejos que el individuo debe seguir si quiere sanarse, salir de un problema o superar una dificultad. A priori, podemos considerar estos consejos como reglas emocionales cuyo fin es el de provocar un trabajo emocional. El individuo al leer dichos libros es constantemente incitado a adecuarse a dichas reglas y a realizar un trabajo emocional profundo para lograr salir de la situación que lo queja. A priori, también podemos considerar que la felicidad es el horizonte hacia donde apuntan las *feeling rules*, es decir, los individuos trabajan sus emociones para conducirlas hacia la felicidad. Si recordamos que la biopolítica es un poder sobre la vida cuyo fin es la producción de vida, la felicidad sería el eje que articula esta

producción de vida utilizando el dispositivo libro de autoayuda como plataforma de expansión de una felicidad manejada. En este sentido, gubernamentalidad - entendida como conducción de conducta - requiere de ciertas reglas para modificar la conducta, por lo tanto hay una relación entre reglas emocionales y gubernamentalidad, ya que dichas reglas conducen el actuar del individuo hacia un determinado fin (ser feliz, según el corpus analizado en este trabajo). Sin embargo, la promesa de ser feliz en estos libros se da siempre y cuando el sujeto siga sus reglas (la de los libros) y modifique su comportamiento para hacerlo calzar con dichas normas.

Perspectivas teóricas utilizadas en el estudio de los libros de autoayuda

De la bibliografía analizada resaltan tres perspectivas teóricas para abordar el estudio de los libros de autoayuda.

1. Teoría crítica: estudia los libros de autoayuda como producto de la industria cultural;

2. Códigos de civilización (Norbert Elias): los libros de autoayuda contienen ciertos códigos que buscan el control sobre los impulsos, y

3. Gubernamentalidad (Foucault): se entiende que los libros de autoayuda reproducen una racionalidad política.

Resulta importante mencionar que cada una de estas perspectivas, lejos de ser contradictorias entre sí, resultan más bien complementarias, por lo que se puede observar una vinculación productiva entre las teorías antes mencionadas.

Libros de autoayuda como producto de la industria cultural

Los libros de autoayuda son vistos como productos de la industria cultural o una cultura de masa (Papalini 2006 y 2010), esto se debe a que tienen las siguientes características de la industria cultural: “la serialidad en su producción, la estereotipación de contenidos y una decisiva orientación hacia el consumo” (Papalini, 2006, pág. 332). Por ende, estos libros responden a una lógica de mercado cuyo fin es la obtención de ganancias (Papalini, 2010).

Los libros de autoayuda son, como se ha dicho anteriormente, un producto de la industria cultural, se entiende por industria cultural a “todo el sector de bienes y servicios culturales que son producidos, reproducidos, conservados o difundidos en serie y aplicando una estrategia de tipo económico” cita de Subercaseaux (2002) en (Canavire, 2013, pág. 42). Como se mencionó en el planteamiento del problema, la industria de autoayuda Estadounidense es gigantesca, y recordemos

que en cada país existen autores de libros de autoayuda. Papalini hará una breve distinción entre arte y cultura de masa, señalando que el arte por lo general, buscará romper con los esquemas que el mismo género le ha impuesto, mientras que la cultura de masa se amolda a las restricciones impuestas por el género (Papalini, 2006). En otras palabras, estos libros (y como todo producto de la industria cultural) evitan el riesgo que significa la innovación (Papalini, 2010). Los libros de autoayuda, al ser un producto de la industria cultural, dejan muy poco espacio para la interpretación (Papalini, 2010), lo anterior es de fundamental importancia, pues la relación que se establece entre lector y libro es una relación asimétrica, en donde el libro entrega tips/consejos y el lector si quiere mejorarse debe acatar.

Características de los libros de autoayuda

De los artículos que estudian los libros de autoayuda, que enmarcan sus análisis con la perspectiva de la industria cultural, se obtienen las siguientes características:

El tema de los libros de autoayuda es muy variado, pero dentro de esta variedad existe algo en común y es que “tratan la dimensión subjetiva como fundamento de un cambio vital orientado a una finalidad instrumental: superar el dolor, la angustia, influir en las personas, desarrollar ciertas capacidades, liderar grupos humanos, etc” (Papalini, 2010, pág.10)

Estos libros utilizan el testimonio como un mecanismo para la transmisión de su “conocimiento”, se presentan tres tipos de testimonios en éstos: Testimonios en base a la experiencia vivida por el autor, una búsqueda espiritual del autor, o una conversación que el autor establece con otra persona (Papalini, 2006).

Los textos de autoayuda para validar y sostener su discurso generalizante y atemporal, recurren a fundamentos de tipo científico o pseudo científico. Podemos dar como ejemplo aquellos casos en que los autores hablan de las capacidades desconocidas de la mente o cuando mal utilizan conceptos de la física cuántica. También en ciertas ocasiones se recurren a fundamentos de tipo religioso, un muy buen ejemplo de esto es la nueva manera de entender la espiritualidad humana: el New Age⁵.

Los problemas de los libros de autoayuda son tipificados “es decir que, aún cuando cada caso es presentado como singular, adquiere sentido porque es semejante a otros y la experiencia del individuo es extensiva a un conjunto de

⁵ Que resulta importante destacar que el New Age es en mí mismo un dispositivo de construcción de un individuo y a la vez una industria millonaria, hablar sobre el New Age sería formular una nueva tesis.

seres que padecen de igual forma” (Papalini, 2006, pág.4). En este sentido vemos que los libros de autoayuda tienden a universalizar el problema, el problema afecta de igual manera a todos los individuos sin importar la experiencia previa que dicha persona haya tenido. Sigue una lógica de Problema (a) hay Solución/es (b), y este modelo es aplicable a todo individuo.

Los libros de autoayuda tiene un “test” (o un examen de la vida del individuo), que servirá como una manera de justificar la lectura, por lo general este “test”, es una experiencia de vida de individuo, una situación en particular que se repite o un pensamiento que representa un obstáculo que impide que el individuo esté completamente satisfecho con él mismo.

A partir de este diagnóstico, el libro procede a entregar una receta para la solución del problema (Papalini, 2006).

La siguiente característica que se mencionará a continuación se relaciona más bien con el marketing de dichos libros. El *blurb*⁶ es la presentación del texto de autoayuda, una manera de validarse como un texto que “garantiza” solucionar la queja del individuo (Cherry, 2008). Cherry da ejemplos de esto:

“Más de 3 millones de copias vendidas”⁷

Lo anterior, si bien puede parecer una manera de mostrar la cantidad de ventas del texto, al ponerlo en la portada del mismo, nos transmite la idea del éxito del libro y a su vez es un respaldo de la idea de que efectivamente este libro ha ayudado a sus lectores (Cherry, 2008).

“Bestseller a nivel internacional”⁸

La importancia de este *blurb*, es transmitir la idea de que pese a que entre un país u otro pueden haber diferencias culturales, el libro ha logrado trascender dichas fronteras culturales y ha logrado resolver problemas a individuos culturalmente muy diferentes pero que al parecer tienen la misma queja. (Cherry, 2008).

Los *blurbs* por lo tanto sirven como un dispositivo para enganchar al posible comprador para que elija ese libro de autoayuda en particular y no otro (Cherry, 2008).

⁶ Blurb es un término en inglés que significa todo aquello que sirve para promocionar el libro, ejemplo: “más de 1 millones de copias vendidos a nivel mundial”, “ranking número 1 durante 30 semanas consecutivas”, etc.

⁷ Over 3 million copies in print (Cherry, 2008, pág. 340).

⁸ The international bestseller (Cherry, 2008, pág. 340).

Libros de autoayuda y los códigos de civilización

Autores como Ampudio de Haro (2006) y Béjar (2011) utilizan la teoría de Norbert Elías para analizar los libros de autoayuda como libros que contienen determinados códigos de civilización. Norbert Elías utiliza la literatura para ejemplificar y clarificar conceptos sociológicos (González García, 1994), he ahí la razón de por qué Norbert Elías en su libro “El proceso de civilización”, analiza la llamada literatura de “buenas maneras” o de costumbre. Si bien estos libros pueden considerarse carente de cualquier valor literario pero:

Los libros de buenas maneras constituyen una tradición de un tipo especial que, si bien carece de un valor o significación específicamente literaria desde la perspectiva de los historiadores de la literatura, tiene una especial relevancia para el sociólogo, pues nos muestran cuáles son los usos y comportamientos a que cada sociedad pretende acomodar la conducta de sus miembros. En palabras de Norbert Elías: “Pero si lo que queremos es comprobar las formas de comportamiento que una sociedad esperaba de sus miembros y a las que los individuos trataban de ajustarse, si lo que queremos es observar los cambios de las costumbres, de las normas y de los tabúes sociales, entonces estos libros de consejos (que quizá carecen de todo valor literario) alcanzan una importancia especial, puesto que nos aclaran procesos en la evolución de la sociedad de los que no tenemos muchos testimonios directos precisamente por tratarse del pasado⁹” (González García, 1994, págs. 66-67).

Lo anterior es de suma importancia pues nos señala que estos libros de “buenas costumbres” o de consejo pueden servir para mostrar, estudiar y comprender los valores, costumbres y la manera de pensar de los individuos en determinada época. Ningún libro es en este sentido descontextualizado en la época que se escribió, es decir, tanto el autor como el libro que escribe nunca está ajeno al contexto social, político ni cultural de determinada época, sin importar si tal libro sea una novela o un libro de cocina, cada libro nos muestra un trozo de la realidad de dicha época. Si tomamos el argumento de Elías y en vez de utilizar libros de costumbres o de buenas maneras, utilizamos los libros de autoayuda, observamos que tales libros no son neutros, o mejor dicho, no solamente tienen la intención de ayudar. Lo anterior, no implica sostener que existe una especie de conspiración por parte de tales autores en elaborar dicha literatura para lograr un determinado fin político, pero si es importante reconocer que no se puede descontextualizar estos libros, que tanto su nacimiento, su expansión por el mundo, su consumo, que algunos sean *best sellers*, que existan “gurus” del autoayuda (Deepak Chopra, Osho, Pilar Sordo, Paulo Coelho, etc.) obedece a fenómenos tanto políticos, sociales y culturales que influyen tanto en el tipo de

⁹ N. Elías, El proceso de la civilización pág 128

consejo que entregan, como en el tipo de individuo que construyen y viéndolo desde el punto de vista de Elías, también indican los códigos de civilización de esta época. Los libros de autoayuda en este sentido condensan la manera de pensar de hoy, y su análisis permite descubrir el componente ideológico detrás de esta aparente ayuda que otorgan.

Volviendo a Norbert Elías y a los artículos que utilizan esta teoría, primero que todo, será necesario realizar una breve explicación de su teoría en “El proceso de civilización”. Según los artículos revisados, Elías estudia el concepto del hombre civilizado y cómo este concepto no ha sido una constante durante el desarrollo de éste sino que tal concepto está sujeto a variaciones, que dependen de factores políticos y culturales de un determinado tiempo. Es importante mencionar que dicho proceso de civilización no ha terminado (Sáez Juárez, 2002). El proceso de civilización se debe entender como una transformación del comportamiento hacia un fin determinado (Sáez Juárez, 2002).

El largo proceso histórico de conversión de una sociedad guerrera en una sociedad cortesana a través de la monopolización estatal de la violencia y de los impuestos implica, entre otras cosas, el acortesanamiento de los guerreros, una larga transformación en el curso de la cual una clase alta de cortesanos viene a sustituir a una clase alta de guerreros. Este largo proceso, iniciado en Occidente en los siglos XI y XII y culminado sólo en los siglos XVII y XVIII, significa una transformación de los impulsos individuales en el sentido de una contención, de un autocontrol basado en el miedo a la disminución o a la pérdida del prestigio social, significa la interiorización de las coacciones sociales, la transformación de las coacciones externas en autocoacciones... Esta transformación supone un proceso de autoconstitución del individuo, de transformación de su sistema emotivo, de contención de las emociones, un cambio en los preceptos de las «buenas maneras» en la mesa o en cualquier reunión de la «buena sociedad», el desarrollo de una gran capacidad de observación psicológica de sí mismo y de los demás, pues de la permanente vigilancia de uno mismo y de los otros depende la propia posición en la jerarquía móvil de poder en la sociedad cortesana (González García, 1994, págs. 9-10).

La cita anterior, brevemente señala el proceso de formación de la civilización Europea.

Si extrapolamos lo anterior, hacia los libros de autoayuda, observamos que este proceso de civilización en relación con la autorregulación no ha terminado sino que se ha profundizado, “el proceso de civilización tiene una dirección precisa, el paso del heterocontrol al autocontrol” (Béjar, 2011, pág. 2) .En este sentido los libros de autoayuda ya no controlan ese espacio “publico” del individuo

como lo hacían los libros de costumbres o buenas maneras, sino más bien se insertan en el espacio íntimo del individuo (Béjar, 2011).

“Un código es un conjunto de recomendaciones o mandatos que contienen argumentos, es decir, justificaciones teóricas de la orientación de la acción. En los argumentos anidan valores” (Béjar, 2011, pág. 5). Según Ampudia de Haro (2006), el código de los libros de autoayuda tiene como objetivo el logro de la felicidad. Para lograr tal objetivo se requiere de un manejo en las emociones. Los argumentos que utilizan estos códigos en los libros de autoayuda son principalmente psicológicos y podemos agruparlos en dos.

1. Argumentos de lógica utilitaria, los cuales indican que cada persona tiene una cantidad de emociones que debe desarrollar para lograr ser feliz (Ampudia de Haro, 2006).

2. Argumentos expresivos que se relacionan con la inteligencia emocional, específicamente el amor a sí mismo, el respeto a sí mismo y hacerse cargo de sí mismo (Ampudia de Haro, 2006).

La teoría de los códigos de civilización resulta importante en el estudio de los libros de autoayuda, pues primero que todo, Elías señala que estos libros nos muestran el comportamiento esperado de los individuos, esto resulta fundamental pues se reconoce que el libro es un dispositivo, debido a que conducirá la conducta de los individuos hacia las normas sociales, en otras palabras cumplen un fin de adaptación social. Por otra parte, se señala que el proceso de civilización implica un mayor auto control de los individuos, cosa fundamental pues se relaciona con el tema a tratar en la sección de gubernamentalidad, y que por ahora sólo se dirá: es resultado del repliegue del poder.

Estudio de libros de autoayuda realizado en Chile

El estudio de libros de autoayuda en Chile ha sido realizado por la PNUD (2012), en su informe anual de Desarrollo Humano en Chile, la PNUD señala que los libros de autoayuda pertenecen a -lo que ellos llaman- la industria de la felicidad. La PNUD (2012) utiliza este término de manera exploratoria, y hace referencia a:

El conjunto de encadenado de procesos de diseño, elaboración, promoción y venta de objetos en el mercado de bienes y servicios cuya justificación es ser medios objetivos y directos para facilitar la experiencia de satisfacción subjetiva, la expansión de capacidades de goce, la reducción del sufrimiento psíquico, relaciones sociales significativas o la mejora de estas (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2012, pág. 78).

Junto con lo anterior, y como hemos mencionado, la PNUD (2012), señala que dichos libros son sostenedores del mandato de ser feliz o de la felicidad. Es decir son promotores y además facilitadores de la felicidad. La PNUD analizó un corpus de catorce libros de los cuales sólo 3 eran de autores chilenos, lo anterior con el propósito de determinar el tipo de sujeto a construir por estos libros y además ver el tipo de felicidad presente en estos libros de autoayuda.

Partamos por el tipo de felicidad de los libros analizados, la PNUD (2012) identifica tres tipos de felicidad:

(a) La felicidad es auténtica, aquí el individuo es el único responsable de su felicidad, y se logra mediante la auto afirmación del sujeto;

(b) La felicidad es fortaleza interior para conseguir fines propios, la felicidad es un beneficio personal, se debe controlar las emociones, mente, cuerpo, etc. para lograr un beneficio personal;

(c) La felicidad está en entregarse a otro, aquí no todos los libros de autoayuda tienen un fin individual, en algunos se señala que la felicidad es algo compartido expresado en un acto de entrega PNUD (2012).

El informe elaboró tres sujetos en los libros de autoayuda:

(a) Yo con poder interior ilimitado: aquí el individuo no depende de nadie más que de sí mismo para llegar a la felicidad, debe recurrir a recursos como su interior para llegar a ser feliz.

(b) Yo pragmático: aquí el individuo que se construye es aquel que si bien reconoce que la felicidad depende de él, no niega el mundo exterior, tienen una visión estratégica del mundo exterior en donde tiene que manejar dicho mundo para lograr lo que él quiere.

(c) Yo Físico: este yo físico está presente en libros que tratan de seducción y de pareja, aquí la mente y el cuerpo están unidos, pero existe una preeminencia de cuidar el cuerpo para lograr el cuidado del alma.

Como podemos observar la función de este informe en sus estudios de autoayuda es ser descriptivo de la realidad, más que realizar un análisis más profundo de dichos libros de autoayuda. Además del corpus a analizar sólo revisa tres libros de autores chilenos, proporción bastante menor en comparación con la cantidad de libros analizados.

Esta tesis, se distancia del informe de la PNUD debido a que toma una posición teórica más crítica de la realidad y propone relacionar los libros con el Neoliberalismo, nada de esto fue abordado por la PNUD en su informe al momento de analizar los textos.

Finalmente, llegamos a los artículos que estudian los libros de autoayuda desde el punto de vista de Foucault y la gubernamentalidad. Esta tesis utilizará a Foucault para estudiar los mencionados textos, pues éstos, no flotan en un vacío, en otras palabras, tanto su producción como la gran cantidad de ventas que genera esta industria no son mera casualidad. Lo anterior es producto de un momento en la historia humana en la que dichos libros son escritos y al ser escritos en este momento histórico, y utilizando el argumento de Elías, nos muestran una determinada manera en que el ser humano piensa, actúa y construye su realidad. Foucault con su concepto de gubernamentalidad, que hace referencia principalmente a “la conducción de la conducción”¹⁰ (Dean, 2011, pág. 5) nos permite comprender, la función de estos libros y conocer cómo estos libros conducen la conducta de sus lectores. Es importante dejar claro que gobierno según Foucault, no significa lo que comúnmente se piensa, sino que entiende esta palabra de acuerdo al sentido que tiene ésta en el siglo XVI, es decir, como cualquier actividad cuyo propósito es moldear, guiar o afectar la conducta de ciertas personas (Tremain, 2005, pág. 8). Foucault utiliza este sentido de gobierno, no sólo para incorporar dentro de este concepto las maneras tradicionales de sometimiento (política y económica), sino para expandirlo a cualquier acción más o menos calculada, que estructura y limita la posibilidad de acción del individuo mismo o de los otros (Tremain, 2005).

Realizada esta breve introducción haremos una diferencia entre los diferentes tipos de gobierno en Foucault antes de entrar a la gubernamentalidad.

Del gobierno soberano, disciplinario y seguridad

El gobierno en términos generales significa conducción, en el siguiente capítulo se identificarán los tres tipos de gobiernos según Foucault, para señalar que hoy estamos en una primacía de un gobierno según la seguridad, dicho gobierno es acorde con el manejo de la población es decir biopolítica, lejos de decir que vivimos en una sociedad de la seguridad, conviene señalar que existen elementos que nos indican que vivimos en una sociedad con características de seguridad sin reemplazar al poder soberano o disciplinario.

¹⁰ The conduct of conduct (Dean, 2011, pág. 5). La traducción es mía.

El poder soberano es un poder sobre la muerte (Salinas Araya, 2014), ese poder soberano se caracteriza por el derecho de matar a otro, en las palabras de Foucault en (Fuster, 2013, pág. 21) “dejar vivir y hacer morir”.

De esta forma, “el derecho de espada” que se da en la teoría clásica de la soberanía, supondría un ejercicio desde la muerte: ante el poder del Soberano, el súbdito nunca se encuentra con pleno derecho a la vida o a la muerte, sino más bien goza de un estado neutro frente a una instancia que se define por la posibilidad de matarlo o dejarlo vivir (Fuster, 2013, pág. 21).

Junto con este poder que se expresaba en la capacidad del soberano de dar muerte a un súbdito, existe otra característica fundamental, sin la cual lo anterior no tiene sentido, el poder del soberano es un poder sobre el territorio, “el territorio constituye el fundamento de la soberanía” (Salinas Araya, 2014, pág. 50) , es por eso que Foucault en la clase del 1 de febrero del 1978, dedica una sesión entera para abordar las diferencias entre Maquiavelo y La Perriere. El primero, viéndolo desde una óptica Foucaultiana, representa el poder soberano, mientras que La Perriere representa el tránsito del poder soberano hacia un gobierno de las “cosas”, dejando por lo tanto la centralidad que tiene el territorio.

Debemos comprender que soberanía, disciplina y seguridad no son excluyentes ni una sigue a la otra, sino lo que varía es el grado de importancia que tiene una sobre la otra en una determinada época histórica. Hasta el siglo XVII la soberanía era importante, luego la disciplina se convirtió en importante sin suprimir al poder soberano y finalmente llegamos a la seguridad.

No hay por tanto una especie de posta que va de las sociedades de soberanía a las de seguridad, pasando por las sociedades disciplinarias, sino una reestructuración del lugar que ocupan en los procesos de acumulación... “las rupturas radicales entre periodos no implican en general cambios totales de contenidos sino más bien la reestructuración de cierta cantidad de elementos ya dados: rasgos que en un periodo o sistema anterior estaban subordinados ahora pasa a ser dominantes y otros que habían sido dominantes se convierten en secundarios” (Jameson, 2002a: 35) (Rodríguez Freire, 2014, pág. 15).

Sin embargo se debe diferenciar soberanía de disciplina y de seguridad, resulta importante mencionar que los dos últimos constituyen un poder que se caracteriza por ser un poder enfocado al cuerpo, este enfoque corporal del poder resulta importante pues lo anterior constituye un poder que se llama biopoder, entendiéndose como un poder sobre la vida.

Salinas Araya (2014) realizando una explicación del concepto de biopolítica en la obra de Foucault, distingue dos formas que toma este biopoder. La primera

es hacia el cuerpo, aquí están las técnicas disciplinarias, denominadas genéricamente como anatomopolítica. La segunda forma es la biopolítica cuyo blanco de gobierno es la población (dispositivo de seguridad).

Diferencias entre gobierno disciplinario y seguridad

Como se ha mencionado anteriormente, la primera diferencia fundamental entre disciplina y seguridad es el objeto al cual se gobierna, mientras que en la primera es el cuerpo, la segunda constituye un gobierno de la población. La seguridad trabaja sobre lo que ya existe, es decir trabaja sobre elementos naturales, poblaciones, fenómenos económicos, etc, “La seguridad, por su parte se apoyará en una serie de datos materiales” (Foucault, 2006, pág. 39). Debemos comprender que incluso intervenciones no relacionadas directamente con las poblaciones tienen repercusiones en la población, he ahí lo importante de los ejemplos de dispositivos de seguridad que Foucault (2006) expone.

Foucault (2006) señala tres rasgos de los dispositivos de seguridad:

Espacios de seguridad, tratamiento de lo aleatorio y la normalización, cada rasgo tiene enlazado un problema específico. Este autor enlaza los espacios con la ciudad, lo aleatorio lo enlaza con el problema de la escasez (grano) y finalmente la normalización lo enlaza con la viruela. Partamos por la ciudad, si bien la seguridad se ejerce sobre la población (y de allí su componente biopolítico), se debe comprender también que el blanco de control es la multiplicidad, la gestión de dichas multiplicidades. Dicho tratamiento variará según su poder. Veamos esto con las ciudades. Las ciudades del siglo XVII y XVIII tenían dos características particulares, una que tenían una especificidad jurídica “administrativa que la aislaba la marcaba de una manera muy singular con respecto a las demás extensiones y espacios del territorio” (Foucault, 2006, pág. 28) y además las ciudades eran completamente amuralladas. Michel Foucault describirá tres maneras de tratar el problema de las ciudades, primero de una manera según el poder soberano, aquí toma un texto de Le Maître, quién se pregunta si un país debería tener una capital y cómo se debería ver dicha capital, en resumidas cuentas en la capital del país debería vivir el soberano, su corte, y sus funcionarios. Luego Foucault nos habla de una organización disciplinaria de la ciudad¹¹, la ciudad se concebía a partir de la figura geométrica de un cuadrado o un rectángulo y sobre eso se subdivide en otros cuadrados o rectángulos, lo importante de ello es lo siguiente:

¹¹ Tomará el caso de la ciudad de Richelieu.

El tratamiento disciplinario de las multiplicidades en el espacio, es decir, la constitución de un espacio vacío y cerrado en cuyo interior se construirán multiplicidades artificiales, que se organizan según el triple principio de la jerarquización, la comunicación exacta de las relaciones de poder y los efectos funcionales específicos de esa distribución por ejemplo un destino habitacional, un destino comercial, etc (Foucault, 2006, pág. 36).

Finalmente llegamos al tratamiento de la ciudad con un enfoque de seguridad¹². Foucault señala que Vinay realizará cuatro modificaciones a esta ciudad:

- 1) Abrir los ejes de la ciudad, esto tiene una función higiénica, lo cual implica mejorar la ventilación de la ciudad y eliminar los miasmas;
- 2) Garantizar el comercio exterior de la ciudad;
- 3) Articular calles con rutas externas para que haya intercambio con otras ciudades;
- 4) Vigilancia, debido a la eliminación de los muros, el flujo de gente entre la ciudad que sale o entra de ella aumentará.

En resumen, se trata de organizar la circulación. Lo anterior resulta importante pues aquí está una de las diferencias con la disciplina. Mientras que la disciplina funciona a partir de un espacio artificialmente construido, los dispositivos de seguridad funcionarán en base a elementos ya existentes.

Ya no se trata en absoluto de construir dentro de un espacio vacío o vaciado, tal cual sucedió en esas ciudades disciplinarias...La disciplina trabaja en un espacio vacío, artificial, que va a construirse por entero. La seguridad por su parte trabaja desde luego con el emplazamiento, con los desagües, con las islas, con el aire, etc. Trabaja sobre un dato. (Foucault, 2006, págs. 38-39).

La seguridad tratará de maximizar los elementos positivos y reducir los elementos negativos, debido a que es imposible la eliminación total de factores negativos, trabajará en base a la probabilidad de que ocurran tales actos, como lo veremos en el caso de la viruela.

Resumiendo, la seguridad no construye un espacio artificial como lo hace la disciplina, la seguridad trabajará con elementos que ya existen y modificará algunos cuando vea con son necesarios modificarlos, el objetivo no es moldear (disciplina) sino la conducción.

Luego, para abordar la problemática del tratamiento del acontecimiento visto desde el punto de la escasez¹³, Foucault utiliza el fenómeno de la escasez

¹² Foucault toma el caso de la ciudad de Nantes según la organización de Vigne de Vinay.

para ilustrar otro ejemplo de cómo un dispositivo de seguridad maneja la escasez. La escasez es un fenómeno importante a evitar debido a que si existe escasez, esto generará una revuelta urbana y posiblemente provocará el derrocamiento del gobernante. Foucault sostiene que en el siglo XVIII se entiende que la escasez¹⁴ no es lo mismo que el hambre -vista como una penuria algo que se debe a la mala fortuna del gobernante o a la mala índole del hombre-, es según este sentido que la explicación del por qué existe la escasez obedece a criterios más cosmológicos (Foucault, 2006). El autor primero que todo habla de una solución jurídico-disciplinaria para tratar el fenómeno de la escasez, que consiste en limitar precios, prohibición de almacenar, grano se vende inmediatamente, prohibición de enviar grano al extranjero, y restricción en la siembra. El objetivo de lo anterior es mantener el precio del grano lo más bajo posible para una posible revuelta urbana. Este sistema fracasó señala Foucault.

Fueron los fisiócratas, quienes propusieron un conjunto de soluciones para “frenar” la escasez que se pueden considerar medidas que son concordantes con los dispositivos de seguridad. A diferencia con el modelo jurídico – disciplinario, que entiende la escasez y la carestía como algo negativo, lo cual debe evitarse a toda costa, los fisiócratas señalan que lo anterior es algo natural y debe evitarse moralizar este asunto completamente natural. Lo que proponen los fisiócratas es: no intervenir el precio del grano, eliminar toda prohibición de acopio, y eliminar las prohibiciones de exportación. Lo anterior, significa dejar hacer las cosas, que el mercado haga lo suyo. “La escasez se frena en virtud de cierto dejar hacer, cierto dejar pasar, cierta permisividad, en el sentido de dejar que las cosas caminen” (Foucault, 2006, pág. 62).

Lo anterior según los fisiócratas hará que aumente los precios del grano, al aumentar los precios, más se sembrará el grano y por ende nunca habrá escasez, es por esta razón que para los fisiócratas, la escasez es “una quimera” (Foucault, 2006, pág. 61) .

En el ejemplo anterior, podemos nuevamente señalar diferencias fundamentales entre los dispositivos de seguridad y la disciplina. Lo primero es señalar que la disciplina es esencialmente centrípeta¹⁵, “la disciplina concentra, centra, encierra” (Foucault, 2006, pág. 66). La disciplina funciona circunscribiendo un lugar para luego ejercer su poder. Los dispositivos de seguridad por su parte

¹³ Foucault aquí utilizará el ejemplo del grano para ilustrar el problema de la escasez. Para una descripción más en detalle ver Clase del 18 de enero de 1978 en Foucault (2006).

¹⁴ La escasez según un economista del siglo XVIII “es la insuficiencia actual de la cantidad de granos necesarios para permitir la subsistencia de una nación” (Foucault, 2006, pág. 46).

¹⁵ Centrípeta significa fuerza que se dirige hacia el centro.

son centrífugos¹⁶, en otras palabras, tienen una tendencia a ampliarse. Así, los dispositivos de seguridad constantemente están agregando nuevos elementos para sus análisis “se integran sin cesar nuevos elementos, la producción, los compradores, los consumidores, los importadores, los exportadores y se integra el mercado mundial” (Foucault, 2006, pág. 67), a diferencia de la disciplina -que encierra- los dispositivos de seguridad son una fuerza que abre espacios.

Por otra parte, la disciplina reglamenta todo, no deja que nada se le escape, ni siquiera los detalles más pequeños quedan liberados, en este sentido la disciplina opera no tanto en la prohibición como en lo que debe hacerse en cada momento, en la disciplina lo determinado es lo que se puede hacer mientras que lo indeterminado está prohibido. Los dispositivos de seguridad, al contrario, dejan hacer, no dejan hacer todo por supuesto, pero hay un cierto grado de permisividad (Foucault, 2006). Lo anterior es importante pues los dispositivos de seguridad no son dispositivos prohibitivos, sino más bien dispositivos cuyo objetivo central es la regulación.

La ley prohíbe, la disciplina prescribe y la seguridad sin prohibir, ni prescribir y aunque eventualmente se de algunos instrumentos vinculados con la interdicción y prescripción tiene la función esencial de responder a una realidad de tal manera que la respuesta la anule: la anule, la limite, la frene o la regule. Esta regulación en el elemento de la realidad es creo, lo fundamental en los dispositivos de seguridad (Foucault, 2006, pág. 69).

La característica final de la disciplina es que trabaja sobre un complementario a la realidad, la disciplina debe construir una realidad aparte de la que vivimos y ahí aplicar su poder, como por ejemplo, la escuela, la cárcel, los monasterios, etc. son realidades apartes cada cual con sus estructuras y lógicas diferentes. La seguridad por su parte no construirá una realidad aparte, trabaja con la realidad “para lo cual intentará, en virtud y a través de toda una serie de análisis y disposiciones específicas, hacer que sus elementos actúen unos con respecto a los otros” (Foucault, 2006, pág. 69).

Ahora bien, respecto al problema de la viruela, Foucault toma este ejemplo como una forma de ilustrar la instalación de un dispositivo de seguridad debido a que (1) es la enfermedad más endémica (con una alta tasa de morbilidad y mortalidad) (2) tiene oleadas fuertes e intensas, que afecta un grupo poblacional específicamente (los bebés y a los más jóvenes) y (3) es un ejemplo de inoculación. Pero principalmente debido a que muestra el tratamiento de la normalización según los dispositivos de disciplina y los dispositivos de seguridad.

¹⁶ Centrífuga significa fuerza que huye del centro.

Foucault luego identifica ciertos elementos que son importantes para “la extensión ulterior de los dispositivos de seguridad en general” (Foucault, 2006, pág. 79). Surge primero que todo la noción de caso, lo que es una manera de individualizar un fenómeno colectivo. De la noción de caso se desprende la noción de riesgo. Si se sabe que a los individuos les va a afectar la viruela y quiénes efectivamente morirán, se puede saber qué segmento de la población está en riesgo. “Para cada individuo, según su edad, el lugar donde vive, y lo mismo para cada categoría de edad, cada ciudad, cada profesión, se va a poder determinar entonces el riesgo de morbilidad y el riesgo de mortalidad” (Foucault, 2006, pág. 81). Con el cálculo de los riesgos, podemos observar que dichos riesgos se distribuyen de manera diferencial en la población, entonces al saber a quién afecta más la viruela, se puede identificar ciertas características de peligro. Surge entonces del riesgo, la noción de peligro. Finalmente se puede identificar la noción crisis, cuando existe una escalada, multiplicación o aceleración de la enfermedad (Foucault, 2006), en otras palabras existe una crisis cuando existe en una parte de la población un aumento de dicha morbilidad en algún segmento de la población. Con respecto al caso de la viruela, la estadística, instrumento de la biopolítica, ejerce una función importantísima para la identificación de los casos, cálculo de riesgo y el establecimiento de peligros, es la estadística la que permite conocer un fenómeno que afecta específicamente a la población.

Volvamos con la diferencia entre los dispositivos de seguridad y la disciplina. La disciplina normaliza, esto es fundamental pues existen diferencias entre la normalización disciplinaria y la normalización de seguridad. La normalización disciplinaria “analiza, descompone a los individuos, los lugares, los tiempos, los gestos, los actos, las operaciones. Los descompone por un lado en elementos que son suficientes para percibirlos por un lado y modificarlos por el otro” (Foucault, 2006, pág. 75). Observamos claramente un poder que tiene por objeto al cuerpo, conocer este cuerpo y descomponerlo en la máxima cantidad de componentes posibles, pero todo lo anterior tiene un determinado fin, no se puede comprender estas maneras de gobierno sin comprender que ambos están encaminados hacia varios fines, dichos fines son siempre múltiples, no existe un único fin, podría eventualmente ocurrir que todos los distintos fines giren en torno a algo cómo los distintos planetas giran en torno al sol, la relación disciplina y fin determinado viene siendo otra característica de la disciplina.

“La disciplina establece secuencias o coordinaciones óptimas, cómo repartir los soldados para una maniobra, cómo distribuir a los niños escolarizados en jerarquías y dentro de clasificaciones” (Foucault, 2006, pág. 75). Como vemos la

disciplina tienden hacia la optimización del comportamiento. La disciplina fija una serie de procedimientos de adiestramiento progresivo y en base a esto va a determinar si las personas son incapaces o ineptas, es decir, estos procedimientos determinarán la normalidad y anormalidad de los individuos.

La normalización disciplinaria consiste en construir un molde o un modelo, este molde o modelo se construye con el fin de conseguir un resultado “x”, el proceso de normalización va a consistir en hacer que las personas, los gestos, los movimientos se ajusten a este modelo, “lo normal es precisamente lo que es capaz de adecuarse a esa norma y lo anormal lo que es incapaz de hacerlo” (Foucault, 2006, págs. 75-76). Con lo anterior resulta fundamental decir que es la norma (un constructo artificial, que opera en paralelo a la realidad) la va a determinar qué es lo normal y lo anormal.

La normalización según los dispositivos de seguridad funcionará de manera muy diferente, la manera en cómo la disciplina y el dispositivo de seguridad tratan la enfermedad son distintos, mientras que la disciplina tomará al enfermo con el objetivo de curarlo e implementará una serie de reglamentos con el fin de separar al enfermo de la gente sana, el dispositivo de seguridad tomará a la población como su objeto y a partir de ahí establecerá ciertas normalidades usando la estadística. “Ver en la población cuáles son los coeficientes de morbilidad y mortalidad probables, es decir, lo que se espera normalmente en materia de afectados por la enfermedad” (Foucault, 2006, pág. 82).

Una vez determinada cuáles son las morbilidades y mortalidades consideradas normales, se hará un análisis más fino de dichos datos y llegará a determinar diferentes normalidades, diferentes distribuciones en base a edad, sexo, región, ciudad, profesión, etc. Por lo tanto hay una normalidad general y otras normalidades. La normalización según la seguridad consistirá en establecer lo normal y lo anormal en base a las distribuciones de dichas curvas de normalidad, y a partir de ahí establecer una norma. “Lo normal es lo primero y la norma se deduce de él” (Foucault, 2006, pág. 84)

Gubernamentalidad

Antecedente histórico, la discusión en torno a gobierno en Maquiavelo y la Perrière según Foucault.

En Enero del 1978 Michel Foucault realizó una exposición en el Colegio de Francia, tal cátedra lo llamo Gubernamentalidad.

El problema de cómo gobernar no es nuevo, tanto en la Edad Media como en la Antigüedad Grecorromana, se tocó este tema, pero Foucault señala que entre los siglos XVI y XVII aparece una gran cantidad de literatura que tratan el tema de gobernar y, específicamente, lo que se puede llamar como el arte de gobernar. El surgimiento de la duda a cómo gobernar y ser gobernados tiene su origen, según Foucault, en dos factores. El primer factor tiene relación con el debilitamiento del sistema feudal y la instauración de grandes Estados. El segundo factor es de origen religioso y tiene relación con la reforma y la contrarreforma que cuestionaron el modo de cómo dirigir a las personas espiritualmente hacia la salvación (Foucault, 1991).

La presentación que realiza Foucault girará en torno a la obra de Maquiavelo, *El Príncipe*, y los llamando autores antimachiavelos¹⁷. Esta discusión entre tales postura permitirá a Foucault llegar a definir qué es gubernamentalidad y por qué surge.

Maquiavelo dirá que la relación que establece el príncipe con su principado es de exterioridad, singularidad y trascendencia. Su principado no le pertenece a él por naturaleza sino que el principado le pertenece a él debido a la tradición, la violencia o una herencia. En otras palabras esta relación con su principado es artificial, no es que por naturaleza o por derecho divino que tal territorio le pertenezca. De lo anterior se desprende que el principado constantemente va estar en un estado de amenaza, tales amenazas provienen del exterior (invasores extranjeros) o del interior (revoluciones), por lo que el príncipe tiene como obligación la protección de su principado. Para lograr esto el príncipe debe, individualizar los peligros y manipular las relaciones con sus súbditos a fin de proteger dicho principado. Por lo tanto el príncipe utilizando sus propias habilidades para proteger su reino (Foucault, 1991).

Foucault luego introducirá a La Perrière (de la corriente antimachiavelo), quien definirá como gobernante al “monarca, emperador, rey, príncipe, señor magistrado, prelado, juez o semejante” (Foucault, 1991, págs. 12-13), señala, además, La Perrière que se puede “gobernar la casa, el alma, los niños, una provincia, un convento, una orden religiosa, una familia” (Foucault, 1991, pág. 13). Lo anterior es fundamental pues rompe con la lógica maquiavélica de un solo gobernante, y un solo tipo de gobierno, La Perrière, al plantear esta multiplicidad de gobiernos como de gobernantes, planta la semilla de lo que posteriormente se puede considerar como gubernamentalidad.

¹⁷ Para esta discusión Foucault utilizará “uno de los primeros textos de esta abundante literatura antimachiavelica, el de Guillaume de la Perrière” (Foucault, 1991, pág. 12).

Para La Perrière gobierno es “la recta disposición de las cosas y de su cuidado para conducir las a un fin conveniente” (Foucault, 1991, pág. 15). Foucault se centra en la palabra “cosas” para diferenciar las maneras de entender gobierno según Maquiavelo y La Perrière. Para Maquiavelo se gobiernan dos cosas, el territorio y las personas, pero Maquiavelo pondrá énfasis en la primera, entonces se ejerce soberanía sobre el territorio, dicho territorio puede tener personas, o no, pero el punto central del gobierno es el territorio. A diferencia de La Perrière quien dice que se gobiernan las cosas, pero no son las cosas por sí solo, sino en la medida en que entran en relación con el ser humano. Así el foco de gobierno es el individuo y es de él que se desprenden los otros tipos de gobiernos¹⁸.

Este cambio de la manera de cómo concebir el acto de gobernar es fundamental. En Maquiavelo se observó que el gobierno tiene que ver con el territorio, pero La Perrière complejiza tal acto de gobernar, no hay una sino muchas maneras de gobernar y ser gobernado, la importancia de lo anterior radica en que se va perfilando de a poco lo que Foucault llamará gubernamentalidad, al ser el foco de gobierno el hombre y la relación que establece entre las cosas, se reconoce que para que exista un cierto grado de estabilidad dentro del principado, se requiere, al menos, crear sujetos que contribuirán a la mantención de dicha estabilidad y proteger el principado cuando sea necesario, si el foco de gobierno no fuese puesto en el individuo, la problemática de Maquiavelo, con respecto a que el principado constantemente estará amenazado debido a que no existen lazos naturales que justifiquen su dominio sino son acuerdos que respetan o se ven obligados a respetar los miembros del principado, se solucionaría -a mi parecer - con una constante vigilancia del Estado hacia el actuar de sus miembros, pero esto resulta increíblemente costoso y poco eficiente para el Estado, lo que es más eficiente y eficaz es que los mismos individuos se auto regulen, es por esta razón que La Perrière pone atención en el gobernar a las personas, ya que si se gobiernan las personas, es más fácil lograr la estabilidad, disminuyendo la amenaza interna hacia el principado y a su vez se logra generar los lazos suficientemente fuertes entre todos los individuos del principado como para defender dicho principado de una amenaza del exterior.

Hasta el siglo XVIII el término economía se asociaba a la administración de la familia, gobernar un territorio por ejemplo, se veía de la misma forma que

¹⁸ Foucault utiliza la metáfora de la casa para entender esto mejor “Lo mismo ocurre con respecto a una casa, gobernar una casa, una familia no es esencialmente tener por objetivo salvar la propiedad de la familia (postura de Maquiavelo, paréntesis es mía), es tener como objetivo a los individuos que componen su riqueza, prosperidad, tener en cuenta los sucesos que pueden acaecer en ellas tales como la muerte o el nacimiento, tener en cuenta las cosas que pueden hacer dichos miembros, tales como las alianzas con otras familias” (Foucault, 1991, pág. 16).

gobernar una familia. El arte de gobernar en este sentido se vió bloqueado, principalmente por la teorización sobre la soberanía, “el ejercicio de poder ha sido pensado como ejercicio de soberanía” (Foucault, 1991, pág. 20). Pero el arte de gobernar se logró desbloquear en el siglo XVIII, cuando se empezó a dar importancia a los problemas de la población (Foucault, 1991, pág. 21). La estadística en este sentido contribuyó a desbloquear el arte de gobernar, con la estadística se observó que existen fenómenos como las epidemias, el trabajo, la mortalidad, etc., que simplemente no pueden explicarse con el modelo reduccionista de la familia. Con lo anterior, “la economía entendida como gestión de la familia [...] pasó a segundo plano respecto a la población” (Foucault, 1991, pág. 22), con lo anterior el foco de gobernar es puesto en la población.

Para cerrar citamos la parte final de la clase:

“Vivimos en la era gubernamental...el Estado es actualmente lo que es gracias a esa gubernamentalidad, que es a su vez interna y externa al Estado, ya que son las tácticas de gobierno las que permiten definir paso a paso qué es lo que compete al Estado y qué no le compete, qué es lo público y que es lo privado, que es lo estatal y que es lo no estatal, etc. En consecuencia el Estado...no puede entenderse más que a partir de las tácticas generales de la gubernamentalidad”. (Foucault, 1991, págs. 25-26).

Esta clase de Foucault, tiene la importancia de mostrar el cambio en el significado de gobierno que tendrá repercusiones hasta el día de hoy. Como se señaló en esta clase, el gobierno implica controlar a las personas, pero este determinado control se relaciona con la problemática -a mi parecer- de la mantención del orden, de la mantención del Estado o cualquier orden. Se puede decir que el Estado requiere producir un individuo que les sirva a su interés para que este sobreviva, si por ejemplo, no produjese tales individuos, el Estado estaría en constante amenaza como lo muestra Maquiavelo. Pero como se indicó es muy caro, ineficiente e ineficaz vigilar a todos los individuos, para ello será necesario generar un individuo que se autogobierne, que internalice el Estado.

Relación gubernamentalidad y libros de autoayuda, una aproximación

Realizado este breve recorrido al concepto de gubernamentalidad, el lector se puede estar preguntando cómo lo anterior se relaciona con los libros de autoayuda. Considero que tanto su razón de ser, su auge y los temas tratados por los libros de autoayuda tienen directa relación con el momento actual que se vive. Precisemos un poco más el concepto de gubernamentalidad. Este concepto tiene dos dimensiones de análisis, la primera son las racionalidades políticas y la segunda son las técnicas de gobiernos (De Marinis, 1999). De Marinis ocupará a

los llamados “anglofoucaultianos”¹⁹ para llegar a una definición de racionalidades políticas, utiliza a Nikolas Rose y Peter Miller para definir racionalidades políticas, entendiéndose éstas como “campos discursivos de configuración cambiante, en cuyo marco se produce una conceptualización del ejercicio del poder” (De Marinis, 1999, pág. 13). Para estos autores, no hay una autoridad homogénea sino hay muchas autoridades y en muchos ámbitos, aquí debemos recordar lo que La Perrière decía en torno a que existen muchos gobernantes. Las racionalidades políticas serán, por lo tanto, los que determinan el campo de acción de dicho poder y en qué se fundamenta. Mientras que las tecnologías de gobierno son, “aquellas que están teñidas o tiñen nuestras aspiraciones modelando las conductas con la esperanza de producir unos determinados efectos y desviar/prevenir otros” Rose (1999) en (Grinberg, 2009, pág. 298). El análisis de estas tecnologías remite directamente a la microfísica del poder (De Marinis, 1999), esto es así pues:

[...]ya no se trata de grandes esquemas políticos de conjunto, ni de codificaciones ideológicas, ni de racionalizaciones ni sistematizaciones, sino de mecanismos prácticos y reales, locales y aparentemente nimios, a través de los cuales los diversos tipos de autoridades pretenden conformar, normalizar, guiar, instrumentalizar las ambiciones, aspiraciones, pensamientos y acciones de los otros, a los efectos de lograr los fines que ellas consideran deseables (De Marinis, 1999, pág. 15).

Se puede decir por lo tanto que la tecnología constituye un determinado tipo de manera, una práctica del cómo lograr gobernar a los individuos. Es importante mencionar que para comprender la gubernamentalidad tienen que estar presentes estas dos dimensiones, esto se debe a que existe una interdependencia entre ambas (Bruno & Luchtenberg, 2006).

Explicando la manera de comprender la gubernamentalidad, aún falta dar otro dato relevante para establecer la relación entre gubernamentalidad y autoayuda (o libros en este caso). Esto es el paso de una sociedad disciplinaria a una sociedad posdisciplinaria (de control según Deleuze (1996) o de seguridad según Foucault [De Marinis, 1999]). Debemos comprender que en cada sociedad y época existía una determinada racionalidad política que configura la manera de cómo ejercer el poder, dónde, a quiénes y que a su vez moldea el

¹⁹ Autores principalmente de Australia, Canadá, Estados Unidos y Reino Unido que fueron inspirados en Foucault y que profundizaron el concepto de gubernamentalidad, utilizando tal concepto para analizar situaciones sociales en sus países. Resulta importante señalar que el mismo De Marinis dice que estos “anglofoucaultianos” no son un grupo homogéneo, sino presentan ciertas diferencias entre ellos.

comportamiento. Se debe construir un sujeto que internalice dicha racionalidad política para que dicha sociedad se mantenga.

“Foucault situó las sociedades disciplinarias en los siglos XVII y XIX, y estas sociedades alcanzan su apogeo a principios del siglo XX” (Deleuze, 1996, pág. 1). Lo que gatillará el fin de las sociedades disciplinarias será producto de las reformas neoliberales implementados en los Estados Benefactores²⁰. Tales reformas tendrán un impacto directo en la subjetividad de los individuos, la manera en cómo perciben su mundo y cómo se perciben a sí mismos cambiará drásticamente. Con la crisis del petróleo de los años 70, el capitalismo se vió en la obligación de realizar cambios en su estructura productiva, en este sentido el capitalismo tuvo que flexibilizarse. Este capitalismo ya no es rígido sino que flexible y en base a la demanda, esto impactará de manera directa en la subjetividad de los individuos y el fin mismo de gobernar (Bruno & Luchtenberg, 2006). Frente a esta crisis Foucault, en una conferencia en 1978, habla sobre el futuro de las sociedades disciplinarias en un escenario de reformas neoliberales. Foucault sostiene que el Estado-Providencial, ya no es capaz de “gestionar, dominar y controlar la multiplicidad de luchas de diverso tipo que atraviesan la sociedad” (De Marinis, 1999, pág. 4). Frente a esta situación que es claramente una crisis de gobierno, ¿cuáles son las posibles salidas? Foucault identifica dos salidas, la primera, es volver al fascismo donde la fuerza bruta misma logrará controlar a las masas. La segunda salida, se trataría de la reducción de ese control directo sobre las personas²¹.

Se trataría de ‘una especie de ‘desinversión’, como si el Estado se desinteresase de un cierto número de cosas, de problemas y de pequeños detalles hacia los cuales había hasta ahora considerado necesario dedicar una atención particular. Dicho con otras palabras: creo que actualmente el Estado se halla ante una situación tal que no puede ya permitirse económica ni socialmente, el lujo de ejercer un poder omnipresente, puntilloso y costoso. Está obligado a economizar su propio ejercicio del poder. Y esta economía va a traducirse, justamente, en ese cambio del estilo y de la forma del orden interior, cita de Foucault en (De Marinis, 1999, pág. 5).

Como se leyó en la cita, las reformas neoliberales harán que el Estado sea incapaz de gobernar de la misma manera que lo hacía antes, provocando en cierta manera una crisis. Lo importante a señalar es que el poder sigue operando pero no será el Estado quien lo ejercerá de manera directa, es por esto que Foucault

²⁰ Estados-Providencia (De Marinis, 1999) citando a Foucault.

²¹ Lo que se me ocurre como ejemplo para entender esto es el 1984 de Orwell, en donde el Estado llega a ser así un dios, omnipotente y omnipresente, la última característica representa ese control directo sobre las personas.

habla de repliegue aparente de poder. Aparente, porque el poder sigue ahí, pero ya no es el Estado quien ejercer dicho poder de manera directa, serán según Foucault, agentes no estatales. La nueva manera de gobernar en este nuevo orden será, aunque suene paradójico, el autogobierno.

Deleuze (1996) da una buena descripción del cambio de las sociedades disciplinarias a sociedades de control. Primero señala que los centros de encierro, están en crisis y que finalmente caerá. El encierro es una característica importante de las sociedades disciplinarias.

Diferencias entre las sociedades disciplinarias y sociedades de control:

“Los encierros son moldes o moldeados diferentes, mientras que los controles constituyen una modulación, como una suerte de molde autodeformante que cambia constantemente y a cada instante” (Deleuze, 1996, pág. 279).

En las sociedades disciplinarias siempre había que volver a empezar (terminada la escuela, empieza el cuartel, después de éste viene la fábrica), mientras que en las sociedades de control nunca se termina nada: la empresa, la formación o el servicio son los estados metaestables y coexistentes de una misma modulación, una especie de deformador universal (Deleuze, 1996, pág. 280)

“El capitalismo también ha cambiado, el capitalismo en el siglo XIX era un capitalismo de la concentración, tanto en la producción como en la propiedad” (Deleuze, 1996, pág. 282). El mercado, se expande mediante la especialización como también la colonización o abaratando los costos de producción, pero ahora se trata de un capitalismo de sobreproducción, lo que se intenta de vender son servicios, el marketing es ahora el instrumento de control social.

No observamos ahora la existencia de un molde previo, ya prefijado, al que el sujeto debe entrar para ser integrado socialmente, como era el caso de la sociedad disciplinaria, sino que se trata de una automodulación del mismo, es decir, de una transformación hacia un tipo de sujeto no prefijado ni explícitamente determinado, pero que buscará por todos los medios de no caer en la zona de exclusión (Bruno & Luchtenberg, 2006, pág. 3).

Con lo anterior, observamos que existe una gubernamentalidad que claramente está influenciado por el Neoliberalismo, esta nueva sociedad de control, finalmente busca crear a un sujeto empresario (Grinberg, 2009), donde criterios empresariales permean todos los espacios de su vida. Pero no debemos considerar esto como el triunfo del homo economicus, por ejemplo Ampudia de Haro, (2006) y De Marinis, (1999) consideran que el ser humano de hoy es un homo prudens,

el homo prudens buscará en el mercado (y podrá encontrar, en concordancia con su específica capacidad de adquisición de bienes y servicios) las variadas ofertas disponibles para satisfacer sus necesidades vitales de seguridad, placer y bienestar personal y existencial (De Marinis, 1999, pág. 22).

Lo anterior es fundamental para entender los libros de autoayuda. Primero que todo, existe una caída de los referentes del individuo, recordemos que en las sociedades disciplinarias al menos el individuo sabía a lo que tenía que amoldarse, produciéndose de esa manera un sentido en el actuar del individuo, pero con la caída de tales sociedades, el individuo se encuentra en un espacio donde constantemente debe estar observándose, construyendo su identidad e intentando de amoldarse a un molde que siempre está cambiando. El individuo se encuentra en una especie de limbo, pero esto es solucionado (o al menos se soluciona de manera aparente) con el mercado, lugar que se caracteriza por el dinamismo y el constante cambio. El gran aumento del consumo de libros de autoayuda responden directamente a este fenómeno (pérdida de referentes). Frente a este grave dilema existencial, el individuo se ve en la obligación de refugiarse en sí mismo para encontrar sentido a su vida, los libros de autoayuda en este sentido son catalizadores, legitimadores y reforzadores de este comportamiento. Se empieza a construir de esa manera y en conjunto con la visión neoliberal del individuo, un individuo altamente individualista, un individuo soberano según Martuccelli, (2007). Con todo lo que se ha dicho anteriormente, es imposible realizar la separación entre sociedad de control y libro de autoayuda.

Además, el individuo al centrarse en sí mismo, comienza un proceso de privatización de su experiencia y la manera de ver la vida. Lo que le ocurre al individuo es principalmente su culpa, esto se relaciona con el repliegue del poder y la autoadministración de los individuos. El individuo se encuentra en una situación en donde ya no es la estructura social el causante de su malestar (como ocurre en las sociedades disciplinarias, pues al menos se podía identificar al que nos está oprimiendo), en las sociedades de control, no existe un único poder central, sino muchos, frente a esta multiplicidad de poderes, el individuo se percibe a sí mismo como un problema. De esta manera los sentimientos se viven de manera privada, y en este sentido la felicidad también. Los libros de autoayuda, absorben esta ola de privatización de los sentimientos, y construyen su discurso en base a una manera individual de vivir la vida. En resumidas cuentas, la conducción de la conducta (gubernamentalidad), encamina a los individuos a ser empresarios de sí mismos, a ser soberanos, autocontrolándose. De lo anterior se desprende que este individuo emprendedor, finalmente tiene que hacerse cargo de todo lo que le ocurre, aquí se enlaza la responsabilización, el individuo es causante y solución a

todo lo que le ocurre. Sobre ello, resulta importante decir que esta lógica de la responsabilización va directamente relacionado con el Neoliberalismo .

¿Qué es un dispositivo?

Han sido tres autores los que más han trabajado sobre el concepto de dispositivo, Michel Foucault, Gilles Deleuze y Giorgio Agamben. Si bien estos tres autores al utilizar el término dispositivo presentan diferencias mínimas, tales diferencias no implican un cambio del sentido mismo del concepto, lo cual es la relación entre poder-saber (Moro Abadía, 2003). Este concepto resulta un tanto problemático debido a la paradoja del dispositivo (Moro Abadía, 2003), que es resultado de que este concepto al ser utilizado por muchas diferentes disciplinas en las ciencias sociales, corre el riesgo de perder su sentido inicial, tal como le ocurrió al concepto de postmodernismo:

el dispositivo corre el peligro de seguir el mismo camino que otros conceptos como el de postmodernismo del que decía Richard Rorty que, después de tantas páginas dedicadas a su definición, se había convertido en un concepto demasiado borroso para transmitir nada (Rorty 2000: 17) (Moro Abadía, 2003, pág. 15).

Michel Foucault desde que habló de dispositivo en los libros *Vigilar y Castigar* (2012) y *La Voluntad del Saber* (2009), causó que una gran cantidad de trabajos lo utilizaran en las distintas áreas de las ciencias sociales y las humanidades (Moro Abadía, 2003). Este uso del término en diversas disciplinas en las ciencias sociales se debe a la escasa teorización que se ha dado al término y además por ser un concepto bastante “plástico” (Moro Abadía, 2003).

Giorgio Agamben (2011) en su artículo, *¿Qué es un dispositivo?* , da tres definiciones de dispositivo que se encuentran en los diccionarios franceses de uso común:

- 1) Un sentido jurídico en sentido estricto: “El dispositivo es la parte de un juicio que contiene la decisión por oposición a los motivos”, es decir, la parte de la sentencia (o de la ley) que decide y que dispone.
- 2) Una significación tecnológica: “La manera en la que están dispuestas las piezas de una máquina o de un mecanismo y, por extensión, el mecanismo en sí mismo”.
- 3) Una significación militar: “El conjunto de medios dispuestos conforme a un plan” (Agamben, 2011, pág. 253).

La importancia de lo anterior es que en cada una de las definiciones aborda ciertos aspectos de lo que podría considerarse como dispositivo según Foucault.

Está claro que el término, tanto en el uso común como en aquel que propone Foucault, parece remitir a un conjunto de prácticas y mecanismos (invariablemente, discursivos y no discursivos, jurídicos, técnicos y militares) que tienen por objetivo enfrentar una urgencia para obtener un efecto más o menos inmediato (Agamben, 2011, pág. 254).

Foucault nunca da una definición clara de dispositivo, aunque en una entrevista el año 1977, da ciertas luces. Agamben, por su parte, señala tres puntos con respecto a esta definición²²:

- 1) El dispositivo se trata de un conjunto heterogéneo que incluye virtualmente cada cosa, sea discursiva o no: discursos, instituciones, edificios, leyes, medidas policíacas, proposiciones filosóficas. El dispositivo, tomado en sí mismo, es la red que se tiende entre estos elementos.
- 2) El dispositivo siempre tiene una función estratégica concreta, que siempre está inscrita en una relación de poder.
- 3) Como tal, el dispositivo resulta del cruzamiento de relaciones de poder y de saber (Agamben, 2011, pág. 250).

Como se puede ver, el dispositivo sólo se entiende y existe en relación a algo, el dispositivo no es un elemento aislado del sistema social. Los dispositivos están inscritos en una relación de poder pues ellos manipulan las fuerzas ya sea para mantener, bloquear o cambiar de rumbo algo, finalmente el dispositivo es condicionado por un determinado saber (una gubernamentalidad) y aquí surge la relación poder – saber de los dispositivos.

Para Deleuze “un dispositivo es «una especie de ovillo o madeja, un conjunto multilineal. Está compuesto de líneas de diferente naturaleza” (Deleuze, 1995, pág. 154)

Cada dispositivo según Deleuze tiene las siguientes líneas:

²² Cita de la entrevista a Foucault donde da una aproximación a la definición: “Aquello sobre lo que trato de reparar con este nombre es [...] un conjunto resueltamente heterogéneo que compone los discursos, las instituciones, las habilitaciones arquitectónicas, las decisiones reglamentarias, las leyes, las medidas administrativas, los enunciados científicos, las proposiciones filosóficas, morales, filantrópicas. En fin, entre lo dicho y lo no dicho, he aquí los elementos del dispositivo. El dispositivo mismo es la red que tendemos entre estos elementos. [...] Por dispositivo entiendo una suerte, diríamos, de formación que, en un momento dado, ha tenido por función mayoritaria responder a una urgencia. De este modo, el dispositivo tiene una función estratégica dominante [...]. He dicho que el dispositivo tendría una naturaleza esencialmente estratégica; esto supone que allí se efectúa una cierta manipulación de relaciones de fuerza, ya sea para desarrollarlas en tal o cual dirección, ya sea para bloquearlas, o para estabilizarlas, utilizarlas. Así, el dispositivo siempre está inscrito en un juego de poder, pero también ligado a un límite o a los límites del saber, que le dan nacimiento pero, ante todo, lo condicionan. Esto es el dispositivo: estrategias de relaciones de fuerza sosteniendo tipos de saber, y [son] sostenidas por ellos (Foucault, Dits et écrits, vol. iii, pp. 229 y ss)” en (Agamben, 2011, pág. 250).

Líneas de visibilidad: “Cada dispositivo tiene su régimen de luz” (Deleuze, 1995, pág. 155), las líneas tienen por objetivo mostrar algo e invisibilizar otras cosas.

Líneas de enunciación: “Su función es hacer hablar a través de la producción de un régimen de enunciación concreto. Estas líneas determinan el espacio de lo enunciable, aquello que puede ser dicho en el campo de un dispositivo dado” (Moro Abadía, 2003, pág. 38).

Líneas de fuerza: Aquí está el poder unido con el saber, permite que el dispositivo ocupe un lugar concreto y “regulan el tipo de relaciones que pueden producirse” (Moro Abadía, 2003, pág. 38)

Líneas de subjetivación: “es la producción de subjetividad en un dispositivo, una línea de subjetivación debe hacerse en la medida que el dispositivo lo permita” (Deleuze, 1995, pág. 157).

La definición de Deleuze con respecto al dispositivo tiene directa relación con su filosofía y por eso es de difícil comprensión, pero según el punto de vista que se plantea en esta tesis, de las líneas escritas por Deleuze, podemos obtener la siguiente conclusión: Que cada dispositivo moldeará lo que un individuo considere importante o que forma parte de su pensamiento común. Pensemos aquí en la prensa, la prensa invisibiliza -por ejemplo- el conflicto mapuche visibilizando el conflicto estudiantil y el conflicto en Siria. Cada dispositivo determinará qué lenguaje y códigos en común comparten las personas en un tiempo y en un espacio dado. Cada dispositivo ejercerá un cierto poder coercitivo en el individuo, este poder siempre está relacionado con un determinado saber y finalmente cada dispositivo produce un determinado tipo de subjetividad.

Finalmente Agamben (2011) definirá dispositivo como:

Llamo dispositivo a todo aquello que tiene, de una manera u otra, la capacidad de capturar, orientar, determinar, interceptar, modelar, controlar y asegurar los gestos, las conductas, las opiniones y los discursos de los seres vivos. No solamente las prisiones, sino además los asilos, el panoptikon, las escuelas, la confesión, las fábricas, las disciplinas y las medidas jurídicas, en las cuales la articulación con el poder tiene un sentido evidente; pero también el bolígrafo, la escritura, la literatura, la filosofía, la agricultura, el cigarro, la navegación, las computadoras, los teléfonos portátiles y, por qué no, el lenguaje mismo, que muy bien pudiera ser el dispositivo más antiguo[...] (Agamben, 2011, pág. 257)

Como se ve, las diferentes maneras de conceptualizar el dispositivo no son excluyentes, más bien contienen un hilo conductor. Primero que todo, el

componente espacio, el dispositivo se presenta en un lugar geográfico específico; segundo, el dispositivo moldea la manera de pensar y/o actuar del individuo; tercero, el dispositivo tiene por función la resolución de un problema; cuarto, el dispositivo crea una determinada subjetividad; quinto, el dispositivo nunca está aislado, es decir, el dispositivo siempre está relacionado con algo, podemos decir con un determinado saber que a su vez se relaciona con un determinado poder.

Los libros de autoayuda que hablan de la felicidad en este sentido son un dispositivo, pero según el planteamiento que aquí se sostiene, son dos dispositivos en uno. Primero, el libro mismo es un dispositivo si lo entendemos según Agamben, esto se debe a que el libro se lee de una determinada manera (al menos en occidente) de izquierda a derecha, se lee de arriba hacia abajo, tiene una estructura física y lógica de tipo “árbol raíz” (Deleuze & Guattari, 2008, pág. 12)²³, que sean clasificados de autoayuda, el tamaño de los libros²⁴, el lenguaje utilizado²⁵. Segundo, y de acuerdo al planteamiento aquí sostenido, el discurso que contienen tales libros de autoayuda también es un dispositivo. Estos libros construyen un determinado tipo de individuo, el lector en este caso debe intentar amoldarse a este tipo de construcción si es que realmente quiere ser feliz, recordemos que los libros de autoayuda dan una “receta” al individuo, dicha receta debe seguirse paso a paso para lograr el objetivo deseado; construyen un mundo exterior, que esto se puede entender como “la realidad”, o ese espacio que esta fuera del individuo, resulta importante mencionar que dicha realidad construida por el autor de estos libros, sirve como una manera de justificar la lectura del libro; y en el caso de los libros de autoayuda cuyo tema es la felicidad, construyen un concepto de felicidad y determinan las maneras de cómo alcanzarla.

El Neoliberalismo

En este capítulo, se verá el tratamiento Foucaultiano del Neoliberalismo. El autor en su libro, *El Nacimiento de la Biopolítica* (2010), realiza un estudio de la biopolítica a través del Neoliberalismo, de hecho el mismo Foucault se disculpa

²³ Deleuze y Guattari señalan que “el libro ya es imagen del mundo” (Deleuze & Guattari, 2008, pág. 12), en este sentido la manera que se estructura el libro (de una manera jerárquica, introducción, desarrollo y finalmente conclusión) es un reflejo de la manera en cómo se estructura el mundo. El pensamiento de estos autores es aspirar a crear un libro que a su vez implica generar un mundo que apunta hacia el rizoma, el libro *Mil Mesetas*, escritos por estos autores, es un libro escrito de manera rizomática. Si bien hablar del rizoma implicaría ocupar muchas hojas para llegar a una simple definición, pero realizando una simplificación casi grosera del término, implica multiplicidad y no jerarquía, cuya característica principal del rizoma es que “cualquier punto del rizoma puede ser conectado con cualquier otro, y debe serlo” (Deleuze & Guattari, 2008, pág. 17).

²⁴ Por lo general de tamaño bolsillo y un tamaño que sea lo suficientemente cómodo para que sea fácil de llevar para cualquier lado.

²⁵ Un lenguaje simple, sin palabras complicadas que facilita la comprensión y su consumo.

por detenerse de manera demasiado extensa en el Neoliberalismo. Resumiendo, a grosso modo, podemos decir que Foucault realiza un análisis del Neoliberalismo que gira en torno a los neoliberales alemanes llamados los ordoliberales²⁶ y a los neoliberales norteamericanos. Profundizando un poco más, de los ordoliberales analiza lo que él llama el “marco” y de los neoliberales norteamericanos analiza lo que se llama la teoría del capital humano. Ambas maneras de conceptualizar el Neoliberalismo no necesariamente son contradictorias, sino más bien son complementarias, de hecho debemos reconocer la naturaleza polisémica del Neoliberalismo, es decir, no existe un solo Neoliberalismo, como dice Milton Friedman en Yaitul (2011) no existe un capitalismo puro, pero los países deben realizar esfuerzos para asemejar sus economías a este tipo ideal de capitalismo.

Michel Foucault observa que cambia la razón gubernamental, a partir del siglo XVIII esta nueva razón gubernamental se guiará por una limitación de su propio actuar, desplazando de esta manera de llamada razón de Estado, lo cual implicaba, el aumento del Estado mediante la policía y la limitación de política exterior, para la razón de Estado siempre se puede gobernar más (Salinas Araya, 2014). Esta nueva razón se caracterizará por cuestionar la manera de gobernar y partirá del principio que nunca se sabe con exactitud cuándo se gobierna demasiado (Foucault, 2010). En este sentido comienza una autolimitación de la razón gubernamental, tal autolimitación se expresará en la formulación del liberalismo. Foucault no analiza el liberalismo como una ideología, sino como un régimen de verdad:

¿Qué es un régimen de verdad? No la forma en que se expresa un error, una mentira o una ilusión, es decir, no la forma en que una mentira llega a presentarse como verdad. Sino el cruce de ciertas prácticas que construyen e instalan una verdad...La potencia de un régimen de veracidad consiste en que tiene la capacidad de generar realidad (Salinas Araya, 2014, pág. 66) .

Qué verdad quiere instalar el liberalismo, la verdad de mercado, el mercado se verá como un lugar de verdad cambiando, de esta forma, la manera de conceptualizar el mercado, donde antes del siglo XVIII el mercado era un lugar de intercambio (mercado era visto como un lugar donde se expresa justicia), ahora el mercado reflejará una verdad, los precios muestran más que el precio justo, reflejan el precio verdadero (Foucault, 2010).

Si bien en apariencia el liberalismo es una doctrina que avala por la libertad del hombre y el mercado, Foucault (2010) señala que esto está lejos de ser así, el

²⁶ Término que proviene de la revista alemana Ordo lo cual era una plataforma de comunicación para la propagación de las ideas neoliberales.

liberalismo, en realidad, consume libertad. Consumir libertad significa que está obligado a producirla y organizarla. En este sentido, el liberalismo por lo tanto requiere de libertad para producir libertad (“libertad de mercado, libertad de vendedor, el derecho de propiedad, libertad de discusión, etc” (Foucault, 2010, pág. 84), esto resulta problemático, debido a que por un lado, requiere de libertad pero por el otro lado, dicha libertad requiere ser manejada o controlada para conducirla hacia un determinado fin. Aquí sostenemos que el mercado debe reunir las condiciones básicas para su existencia, es decir, el mercado no es un dato natural sino algo que debe producirse, lo anterior resulta fundamental y es necesario que el lector lo tenga siempre presente, “la libertad es algo que se fabrica a cada instante” (Foucault, 2010, pág. 85).

Como mencionamos anteriormente Foucault analiza el neoliberalismo en su versión alemana y norteamericana. Si bien ambos surgen debido a factores diferentes, ambos tienen un enemigo en común, dicho enemigo es la economía dirigida y específicamente el keynesianismo.

El concepto que Foucault encuentra de los ordoliberalos es el marco, este concepto resulta importante para comprender la necesidad imperiosa del sistema neoliberal de crear las condiciones necesarias para que exista el mercado. Precisamente eso es el marco, el marco es el conjunto de condiciones que, no solo, influencia el mercado sino lo que permite que exista el mercado. Debemos recordar que una creencia anclada del Neoliberalismo es la no intervención del mercado, el mercado como lugar que dice la verdad no puede modificarse, sencillamente se debe seguir la naturaleza de este (Foucault, 2010). El mercado en este sentido no es un dato natural, es algo que debe gestionarse, mantenerse y asegurar que funcione (Salinas Araya, 2014). La experiencia del nazismo es, para los ordoliberalos, la máxima expresión de una economía dirigida, en este sentido, en una economía libre, la experiencia del nazismo sería imposible, solo economías dirigidas producen esta clase de Estados. Foucault para ejemplificar el marco, pone como ejemplo, la agricultura en Alemania. La agricultura no se integró al mercado debido a las protecciones aduaneras, ¿qué se debe hacer entonces para que la agricultura entre en el mercado? “habrá que actuar sobre datos previos que no tienen un carácter económico directo, pero que condicionan una eventual economía de mercado” (Foucault, 2010, pág. 173). Es decir se actúa sobre el marco, esto implica que, se actúa sobre la población, se actúa sobre las técnicas, se modifican leyes para favorecer la transición de la agricultura al mercado, se modifica el suelo y finalmente se modifica el clima. Como se observa

el mercado debe permanecer intacto, mientras se modifica todo el resto, lo anterior tiene una importancia biopolítica que se explicará pronto.

Foucault pone el punto de análisis en los neoliberales estadounidense en la teoría del capital humano y la expansión del análisis económico en ámbitos no económicos. En los Estados Unidos desde que se inició dicho país se puede ver que en su “adn” ya estaba el liberalismo como parte de su filosofía fundante, el liberalismo siempre estuvo presente en los debates políticos estadounidense. “El liberalismo es toda una manera de ser y pensar, es una relación entre gobernantes y gobernados mucho más que una técnica de los primeros destinados a los segundos” (Foucault, 2010, pág. 254). Foucault centra su mirada en la teoría del capital humano por dos razones, primero representa un análisis económico de un dominio inexplorado y lo segundo, que se desprende de lo anterior, nos muestra que se puede interpretar como económico fenómenos que no son económicos.

Los neoliberales norteamericanos analizarán el trabajo de una manera diferente pues se pondrán desde el punto de vista del trabajador, se preguntarán qué significa trabajar para la persona. En este sentido, llegan a la conclusión que se trabaja para tener un salario, pero este salario no es el precio que vende su fuerza de trabajo, es un ingreso, es decir, “es sencillamente el producto o rendimiento de un capital” (Foucault, 2010, pág. 262) y capital es todo lo que puede ser fuente de futuros ingresos. En este sentido cualquier cosa que le permita al individuo la capacidad de generar un capital puede ser considerado como un ingreso, salud, educación, factores físicos y psicológicos, todo ello entra en el juego económico. Y eso resulta importante, ahora la totalidad de la actividad humana puede reducirse a actos económicos, desde tener hijos a la criminalidad, de hecho Foucault habla de cómo los neoliberales conceptualizan el crimen y cómo realizan un análisis económico del crimen. Básicamente, un criminal es alguien quien ha corrido un riesgo de ser castigado por la ley y por ende corre un riesgo personal. Observamos la naturaleza individualista de la concepción de crimen, criminal no es quien ha infringido las leyes, tradiciones o costumbres de una comunidad sino más bien es alguien quien ha hecho algo que no le conviene.

Lo anterior nos conduce a lo que se puede llamar el homo *oeconomicus*, al ampliarse la racionalidad económica a ámbitos no económicos y además tomando en cuenta que el mercado no es un dato natural sino algo que debe constantemente producirse, observamos que se empieza a perfilar un tipo de sujeto *ad hoc* a esta nueva configuración social. El liberalismo transformó de alguna manera, como hemos señalado, la forma de conceptualizar el mercado, de

un lugar de justicia a un lugar de verdad, pero además se acompaña a lo anterior otro cambio, el de la competencia, se pasó de ver al mercado como intercambio de mercancías a un lugar de competencia. En este sentido no es que se esté formando una sociedad gobernada por la mercancía o el consumo, sino más bien es una sociedad en donde el principio regulador es la competencia.

Es decir que lo que se procura obtener no es una sociedad sometida al efecto mercancía, sino una sociedad sometida a la dinámica competitiva. No una sociedad de supermercado: una sociedad de empresa. El homo œconomicus que se intenta reconstruir no es el hombre de intercambio, no es el hombre consumidor, es el hombre de la empresa y la producción (Foucault, 2010, pág. 182).

El objetivo de la política neoliberal es por lo tanto la formación de la unidad empresa en todo el tejido social. En este sentido generalizar la forma de empresa por toda la sociedad tiene por fin multiplicar el modelo económico, el modelo de oferta y demanda, el modelo de costo y beneficio, etc. y hacer de lo anterior el modelo de relaciones sociales, “un modelo de la experiencia misma” (Foucault, 2010, pág. 278). Por lo tanto, el sujeto que se perfila con el neoliberalismo es un sujeto emprendedor, el sujeto empresario de sí mismo.

El lector se estará preguntando qué relación tiene lo anterior con gubernamentalidad, felicidad, libros de autoayuda y finalmente el Neoliberalismo chileno. Pues con Foucault se ha hecho un análisis del neoliberalismo en sus formas alemanas y estadounidense. Sin embargo podemos encontrar relaciones extrapolables a la realidad chilena de este análisis Foucaultiano.

Debemos considerar el experimento chileno del neoliberalismo como “un intento de reforma profunda de los valores, estructuras y patrones de conducta de la sociedad chilena” (Yaitul, 2011, pág. 113), esta cita resulta fundamental para entender el objetivo de este capítulo, el neoliberalismo lejos de ser solamente una manera de administrar la economía es una filosofía que tiene impacto en toda la sociedad, tal como lo muestra la cita, el neoliberalismo es en sí, una manera de comprender y ver la sociedad, las actividades humanas y la economía, por lo tanto el neoliberalismo en Chile aparte de generar cambios a nivel económico, para su posterior desarrollo y mantenimiento de este sistema, debe generar sujetos *ad hoc* a dicho modelo, esto es lo que nos quiere decir esta cita. Como se ha mencionado el Neoliberalismo se plantea como una alternativa al modelo keynesiano, este modelo se caracterizaba por una participación más activa del Estado en materia económica (Martínez, 2013), en este sentido las políticas keynesianas era políticas diseñadas para evitar las depresiones pero no las

inflaciones (Yaitul, 2011). Como señala Yaitul (2011 y 2012) Milton Friedman (y la Escuela de Chicago) tuvo una gran influencia en la manera de construir la economía del país. El pensamiento económico de Friedman puede considerarse como “extremo” (Martínez, 2013), Friedman se muestra contrario a todo tipo de intervención del Estado en la economía. Aboga por una libertad de comercio, según Friedman, esta libertad de comercio no sólo trae consigo el bienestar general de la población, también la paz y la armonía entre las naciones y estimula la competencia interna (Martínez, 2013). ¿Qué es libertad económica según Milton Friedman? “consiste esencialmente en la facultad de escoger la manera en que cada uno decide gastar sus ingresos” (Martínez, 2013, pág. 18). El rol que Friedman atribuye al Estado es negarle toda clase de intervención en salud, educación, higiene, moralidad, y seguridad pública. Lo único que debe hacer el Estado es proteger a los habitantes de amenazas exteriores y asegurar un mínimo de orden dentro de país para que haga posible el mercado y la prosperidad. Sumado a lo anterior, que el Estado le diga al individuo qué tiene que hacer con su vida, qué valores debe tener y qué opciones puede acceder es algo inconcebible, el Estado tampoco debería tener algo como una moral pública. De hecho Friedman es partidario de la legalización de las drogas, “el Estado no tiene ningún derecho a usar coerción, directa o indirecta, para evitar que un individuo consuma alcohol, drogas o se suicide. El individuo es el único soberano de sus decisiones” (Martínez, 2013, pág. 27). El mercado por ende debe regular todas las relaciones humanas.

Otro aspecto importante de la libertad económica es:

[...]la facultad de utilizar los recursos que se poseen de acuerdo con los valores propios: libertad para aceptar un empleo, para comprometerse a un negocio, para comprar y vender a cualquier persona mientras se actué sobre una base estrictamente voluntaria y no se acuda a la coacción, el engaño u otro vicio (Martínez, 2013, pág. 19).

Para Friedman las personas del “primer mundo” no son libres debido a que no pueden hacer lo que se les plazca con su tiempo y dinero, de hecho Friedman incluso está en contra de que se esté obligado a utilizar cinturones de seguridad en los automóviles. El individuo es el único responsable de lo que hace de su vida.

Chile recibió influencias de la Escuela de Chicago y de Milton Friedman, podemos resumir las influencias en lo siguiente:

- 1) La aplicación del ajuste fiscal y descentralización: La Dictadura Militar redujo desde 1975 en un 50% el gasto fiscal. Por otro lado la descentralización tiene por fin dinamizar la economía.
- 2) Liberalización de precios: En Chile había una lista de 3000 precios fijados, con el fin de disminuir la inflación se determinó liberalizar los precios.
- 3) Privatizaciones: Se realizaron dos grandes privatizaciones durante la Dictadura Militar, la primera consistía en privatizar todas las empresas adquiridas por el Estado entre el periodo 1970 y 1973, la segunda ola de privatizaciones fue la de empresas consideradas como monopolios naturales.
- 4) Reducción de aranceles: Con el fin de abrir los mercados chilenos al mundo, se redujo los aranceles desde un 200% hasta un promedio de 30%.
- 5) Desregulación de la cuenta de capitales.

Con lo anterior se dismanteló el programa industrializador que tenía Chile para siempre, considerada como “forzada y artificial”, los pensadores neoliberales chilenos consideraban que Chile debía centrarse en ofrecer lo que ellos llamaron ventajas comparativas, de esta manera se tomó la decisión de centrarse en la actividad minera, agrícola, forestal y pesquera, es decir, exportador de materias primas (Yaitul, 2011).

Recordemos el marco de los ordoliberales, el marco básicamente implica todo aquello que permita que el mercado funcione o que exista, en este sentido considero importante relacionar el marco con el golpe militar en Chile, se considera así debido a que si bien dicha intervención militar tenía un fin político, su génesis o su raíz era profundamente económico, recordemos que para los neoliberales hay que intervenir en los factores que permiten el mercado y no en el mercado mismo, esto es lo que precisamente se hizo con el golpe, se realizó un golpe militar para precisamente instalar un nuevo orden económico en Chile.

Con respecto a la teoría del capital humano y la formación del homo oeconomicus, podemos tomar el ejemplo de los *vouchers* o subsidios como una política neoliberal (Pincheira I. , 2012) que tiene relación con la teoría del capital humano y la expansión de una lógica económica en el tejido social. Como señala Foucault (2010) cuando analiza las políticas sociales y cómo ven los neoliberales estas políticas, observa que para los neoliberales, dicha política social tiene un fin. Este fin está lejos de proveer ciertas garantías a los habitantes de una población, de cubrir ciertas garantías básicas, en palabras de Foucault, ser una especie de

contrapié a la fuerza del mercado. Para los neoliberales alemanes, lo anterior es anti económico, y la única función de una política social en función del mercado es aquella en donde actúa con el mercado y no es un contrapeso al mercado, en este sentido, la función de la política social tiene por fin solamente ayudar a quienes no pueden seguir “jugando” el juego del capitalismo. Ayudar solo a los que están a punto de salirse del sistema, porque el sistema requiere que todos entren en este juego capitalista. Aquí entran los *vouchers* o subsidios. Pincheira, (2012) demuestra que dicha política es profundamente neoliberal.

La política de entrega de bonos se ubica al centro de las modalidades de gobierno neoliberal. Construyéndose así en una de las medidas que plasma aquella concepción según la cual se reclama la no intervención de ningún agente que pudiese distorcionar el libre desenvolvimiento de las fuerzas del mercado. Será así que el aparato estatal solamente podrá intervenir cuando las personas se encuentren por debajo del umbral de consumo: requisito básico, verdadera << carta de ciudadanía >> en las sociedades de libre mercado (Pincheira I. , 2012, pág. 115).

La cita anterior es importante pues le da la razón a Foucault, aquí lo importante es que los individuos sigan dentro del juego económico, en este sentido la política social de subsidios ayuda a los más vulnerables a seguir dentro del mercado, sin perturbarlo.

También notamos la expansión de la lógica económica a nivel de escuelas, como podemos observar en portal de la educación chilena, Educar Chile²⁷, el portal en conjunto con la Fundación Itau, ponen a disposición en esta página materiales para enseñar economía en las salas de clase, de 5to básico a 4to medio. Parece que la formación del homo oeconomicus comienza desde temprano, para formar pequeños emprendedores e individuos con una profunda lógica económica.

Otra característica importante del Neoliberalismo es la despolitización de la sociedad. Esta despolitización se debe principalmente a que los teóricos neoliberales implantaron y promovieron una visión de sociedad que llaman sociedad de consumo, dicha sociedad se caracteriza por una sobrecarga de la demanda. A diferencia de la cultura moderna, que consumía bienes entendidos como valores de uso, la cultura actual consume bienes, entendiendo esto como valores de signo, es decir, que ya no se consume bienes para satisfacer una necesidad sino más bien dichos bienes sirven como signos de distinción. Esta manera de hacer sociedad facilita la acumulación capitalista. Los que apoyan este

²⁷Del sitio web de educarchile
<http://ww2.educarchile.cl/Portal.Base/Web/verContenido.aspx?ID=212877>

modelo, ven de manera positiva la despolitización, lo que según ellos es una demostración de integración social y el cese de conflictos y antagonismos sociales (Fair, 2008). Esta despolitización resulta importante pues el sujeto lejos de atribuir sus problemas a la estructura social, los atribuye como faltas propias.

Así el mercado presenta su dominación como algo que es aceptado voluntariamente. El individuo tiene plena libertad de aceptar las reglas del mercado, o simplemente no participar, lo cual a todas luces es un discurso falaz, ya que si se decide no entrar, pone en riesgo su existencia vital (Ortiz, 2015, pág. 13)

A continuación se presentará la relación entre neoliberalismo y biopolítica. Si entendemos biopolítica como un control sobre la vida cuyo blanco es la población en su totalidad, podemos decir que la biopolítica es una estrategia de control social. ¿Pero un control social hacia/de qué? ¿Cuál es el fin de esta biopolítica?

El Neoliberalismo utiliza a la biopolítica como un instrumento de control social para el mantenimiento de dicho sistema. “Esto se debe a que la producción y reproducción capitalista necesita tener pleno control de la vida humana para garantizar su permanencia” (Ortiz, 2015, pág. 15). Observamos por lo tanto que la biopolítica encargada de gestionar a la población se transforma en el instrumento importante de fabricación de sujetos.

La biopolítica se convierte en el pilar del capitalismo avanzado, donde los mecanismos de control de abocan por completo a la compresión de la vida y por lo tanto a su dominación; así, crea no solo condiciones materiales de existencia desigual para los habitantes de toda la orbe, sino que además construye subjetividades (Ortiz, 2015, pág. 16).

Este estudio y control sobre la vida tiene por fin la reproducción del Neoliberalismo, preguntémonos qué son los test psicológicos para conseguir trabajos mal pagados, sino producto de una biopolítica que busca el mejor sujeto para ocupar un cargo, las exigencias para ocupar dicho cargo de trabajo son desmedidas, tolerancia a la frustración, buenas habilidades intrapersonales, buena presencia, buena dicción, manejo avanzado en computación, capacidad para trabajar en equipo, son estas u otras exigencias para trabajos tan simples (sin desmerecer a quienes están en estos puestos de trabajo), lo importante es la relación entre la exigencia para conseguir dicho puesto de trabajo y el puesto de trabajo como, por ejemplo, telefonista de un *call center*. De esta manera finalmente, el dispositivo biopolítico no sólo es producción de vida, es producción y gestión de dicha vida para trabajar y producir.

La álgida competencia que se vive en el capitalismo neoliberal, obliga a la biopolítica a redoblar esfuerzos por mantener la vida humana en óptimas condiciones, para que pueda seguir produciendo plusvalor, y no interrumpa tanto su capacidad de trabajo como consumo (Ortiz, 2015, pág. 16).

La cita anterior resulta importante, pues nos recuerda a Byung Chul Han (2012), cuando habla de la positividad, esta sociedad es una sociedad de la positividad, es decir, una sociedad enfocada hacia la vida, la gran cantidad de nootrópicos en el mercado y su expansión se comprende si analizamos desde la óptica de la biopolítica como producción de vida, dichas drogas son diseñadas para aumentar las capacidades cognitivas del sujeto o sea aumentar su rendimiento, lejos de preguntarse sobre la moralidad de utilizar dichos nootrópicos, la pregunta que habría que hacerse es, ¿por qué es necesario utilizarlos? ¿Por qué hemos de recurrir a dichas drogas para ayudarnos? La respuesta es bien simple, la competencia, como menciona Foucault (2010), el Neoliberalismo se caracteriza por la competencia, el ser humano al estar sometido a un régimen de competencia constante, busca una manera de estar “*on top of his game*”²⁸, en este sentido la biopolítica es un esfuerzo constante de producir vida competitiva.

En el nuevo orden biopolítica todo aquello que no esté enfermo o anormal es útil tanto para el orden económico como para el social y especialmente los pobres, porque constituyen el basamento de la riqueza y de la jerarquización social (Ortiz, 2015, pág. 8).

Cita que complementa lo anteriormente dicho sobre la producción de vida, pero se discrepa de dicha cita, debido a que hasta los enfermos y anormales tienen un espacio en el sistema capitalista, recordemos los programas para insertar socialmente a los sujetos con síndrome de *down*. Por ejemplo, programas buenos que le permiten a dichas personas de alguna manera independizarse, pero consideramos que no es más que eso, es un programa que facilita la inserción laboral, en este sentido el “enfermo” o “anormal” es también un sujeto que tiene que producir y entrar en la lógica del mercado, recordemos lo que dice Foucault (2010) que las políticas sociales según los neoliberales tiene por fin evitar que alguien esté fuera de la economía neoliberal, de la misma manera que dichos programas para inclusión de personas con ciertas discapacidades mentales o físicas diferentes, la integración social parece ser solamente a fin de generar un ente productivo, desconociendo factores como la participación en la comunidad por ejemplo. ¿Será por eso que Foucault (2010) dedica todo un libro llamado Nacimiento de la biopolítica al Neoliberalismo? Foucault identificó que el

²⁸ Frase norteamericana para decir siempre estar listo, despierto, similar al chileno esta “vivo”.

Neoliberalismo requiere de un poder sobre la vida y los cuerpos para que funcione. Es por eso que el autor situó el surgimiento de la biopolítica en la modernidad, la modernidad caracterizada por un aumento de la población lo que requiere que dicha población sea conducida.

La biopolítica es inmanente a las sociedades modernas, ya que es el eje controlador de las grandes masas poblacionales que necesitan de la organización de la convivencia humana y vida humana, para evitar que sea destruida por su dinámica de aglomeración, súper población y producción del capital a cualquier costo (Ortiz, 2015, pág. 23).

El empresario de sí mismo/self emprendedor u homo œconomicus

Para efecto de esta tesis, los tres términos mencionados arriba serán tomados como sinónimos. Esto es así pues el mismo Foucault habla de cómo el homo œconomicus es un empresario de sí mismo (Foucault, 2010). Esta conceptualización de empresario de sí mismo o *self* emprendedor es importante pues puede considerarse el tipo de sujeto que el actual Neoliberalismo desea construir. Por supuesto, que es necesario mencionar que dicho sujeto en su estado puro no existe, no se puede encontrar empíricamente un *self* emprendedor, representa más bien un ideal, sin embargo este homo œconomicus no sólo es un discurso, sino que es algo práctico, señala las características y los requisitos que una persona debe tener para poder participar en el mercado (Brockling , 2015). Esta figura de *self* emprendedor no sólo designa ciertas normas de conducta sino que además refiere a formas de conocimiento por las que los individuos reconocen la verdad sobre sí mismos.

Tal como lo muestra Foucault (2010), el homo œconomicus es un empresario de sí mismo, pero dicha conceptualización no siempre fue así. Conceptualizar el homo œconomicus como empresario de sí mismo es algo relativamente reciente (mitad del siglo XX con la teoría del capital humano de Gary Becker específicamente (Foucault, 2010)). Cuando se hablaba de homo œconomicus antiguamente se hacía referencia a un sujeto de intercambio, este sujeto no era un sujeto gobernable sino que seguía las reglas del *laissez faire*, Con los neoliberales norteamericanos el homo œconomicus, además, de ser un empresario de sí mismo, es un sujeto gobernable. Junto con lo anterior el homo œconomicus traslada cosas no económicas (relaciones entre amigos y familia por ejemplo) a una lógica económica, en este sentido el proceso de capitalización individual se transforma en una construcción vital (Salinas Araya, 2014).

Pero ¿qué implica esta forma actual de *self* emprendedor/homo œconomicus?, en esta tesis se plantea que es simplemente un intento de guiar la

conducta hacia este determinado fin, que toda la conducta sea reducible a una lógica económica.

¿Qué es el *self* emprendedor, cuáles son sus características, y qué implica ser un empresario de sí mismo? lo veremos a continuación.

Si bien este empresario de sí mismo implica una acción emprendedora, primero que todo habrá que identificar cuáles son las funciones empresariales, para distinguirlas de otras funciones.

La función del empresario debe diferenciarse de otras funciones económicas, como la del capitalista, terrateniente, empleador, Investor o gestor, a pesar de que frecuentemente aparezcan unidas a una misma persona; sin embargo, su significado en y para el acontecer económico es básicamente diferente (Brockling , 2015, pág. 121).

El actuar emprendedor no es algo exclusivo de una economía capitalista. Ser emprendedor no es una profesión ni un estado permanente, esta función es básicamente abierta a cualquier persona (Brockling , 2015).

La figura del empresario de los economistas no es el sujeto frío, calculador que saca el máximo provecho de la lógica costo – beneficio, el empresario, o su actuar, parte ahí donde los cálculos de costo – beneficio son transgredidos.

Destacamos cuatro características del empresario: (1) El empresario como usuario de oportunidades de ganancia (Brockling , 2015, pág. 122), lo importante a destacar aquí es que el sujeto, según los economistas, es un sujeto que posee alternativas y una capacidad de decidir lo que le conviene más en un momento determinado. Sin embargo, cada decisión que toma puede ser exitosa o no, esto implica que en cada decisión hay un determinado riesgo que el sujeto debe asumir. En este sentido, si existe una amplia posibilidad de elecciones, el empresario debe elegir la mejor para poder sacar el máximo provecho. Para lo anterior siempre debe estar pendiente de las oportunidades que se le presentan y estar constantemente evaluando si dichas oportunidades le convienen o no. “El emprendedor es el que aprovecha las oportunidades” (Brockling , 2015, pág. 124). En este sentido, ser un buscador de oportunidades es un esfuerzo constante, dejar de buscarlas implica que uno ha rechazado oportunidades. “El atributo crucial de un empresario es su ingeniosidad (alertness)” (Brockling , 2015, pág. 125). Resumiendo, el actuar del empresario no sólo es el actuar para mejorar un estado actual, pues esto es toda la acción según los economistas, sino que además es una búsqueda de oportunidades para obtener una determinada ganancia.

(2) El empresario como innovador, la figura del empresario aquí es la de un sujeto que rompe con la rutina e inicia nuevos caminos, el empresario es un innovador creativo. Además, el empresario se ve como una especie de héroe, esto es así porque al tener las capacidades de innovador debe ser capaz de llevarlas a cabo, el empresario con su mera voluntad debe hacer real lo imaginado, el empresario debe ser capaz de transitar solo, estar a la vanguardia, no percibir inseguridad y resistir argumentos de detención. Sólo los empresarios llevan a cabo el desarrollo económico (Brockling , 2015).

(3) El empresario como portador de riesgos, aquí Brockling habla del economista Frank H. Knight, quien pone en el centro del análisis en la incertidumbre en el actuar y en el saber del ser humano. El riesgo, señala Knight, puede tomar dos formas, la primera es un tipo de riesgo en donde es posible calcular de manera probabilística el riesgo, el otro tipo de riesgo se relaciona con la incertidumbre pero, no se puede determinar probabilísticamente el riesgo. Podemos decir entonces que el empresario es un especialista en asumir la acción bajo incertidumbre. Recordemos como se dijo anteriormente, que cada decisión que toma el empresario contiene implícitamente un riesgo, el empresario es quien por lo tanto se hace cargo del riesgo.

(4) El empresario como coordinador,

Los empresarios no solo asumen el riesgo comercial, sino también la responsabilidad. Ellos coordinan los procesos productivos y organizan la fuerza de trabajo; ellos reúnen el capital de explotación y toman decisiones estratégicas, en breve: ellos son, para la empresa, lo que el soberano es al Estado (Brockling , 2015, pág. 130).

En resumidas cuentas un empresario es alguien quien toma decisiones. Dichas decisiones no sólo son en base a la distribución de recursos que son escasos, sino que además busca optimizarlos, mejorarlos.

Como se ha escrito las cuatro características anteriormente mencionadas corresponden a funciones empresariales. En este sentido, el empresario es un astuto innovador que planifica de alguna manera la forma de conseguir una ganancia o beneficio para sí mismo. Que el individuo sea interpelado para ser un empresario implica que debe ajustar su conducta y visión de vida a las de un empresario, esto resulta importante pues este llamado de convertirse en un empresario o de “empoderarse”, no viene solamente del discurso economicista, sino que también lo podemos encontrar en la literatura de consejo (Brockling , 2015).

Sobre los libros de autoayuda...ellos no solo nos transmiten técnicas para una eficiente planificación de la carrera, organización de trabajo o manejo del estrés de manera condensada, sino además como teorías contemporáneas de precaución, ellos proponen un modelo comprensivo para una relación con uno mismo y proveen ejercicios prácticos para moldear a uno mismo (Brockling, 2005, pág. 6)²⁹.

Si la biopolítica es una administración de la vida, la vida misma, en este sentido, debe administrarse de tal forma, que cada unidad de vida sea de alguna manera una empresa, “es necesario que la vida misma del individuo [...] la convierta en una suerte de empresa permanente y múltiple” (Foucault, 2010, pág. 277), los individuos deben por lo tanto comportarse como empresarios, es la manera de relación social que tiene importancia en la actualidad. La verdad que el individuo determina para sí y para los demás es en este sentido guiada por una visión economicista, es decir, como una empresa.

Felicidad o bienestar subjetivo³⁰

La pregunta de qué es la felicidad, cómo se alcanza y en qué consiste una vida feliz ha sido un puzzle que los filósofos griegos y líderes religiosos han querido descifrar, distintas corrientes filosóficas han tratado de resolver este puzzle, donde cada corriente pone énfasis en una determinada característica. El filósofo presocrático Democritus definía una vida feliz como una vida que se disfruta, se era feliz debido a la manera en que el individuo reaccionaba a las circunstancias de la vida. Sócrates, Platón y Aristóteles definían la felicidad como la posesión de los bienes mayores. Los bienes mayores para Aristóteles son la realización del potencial máximo del individuo, el elemento del placer no estaba presente en las conceptualizaciones de la felicidad para estos filósofos (Diener, Napa, & Lucas, 2003). La corriente hedonista de los filósofos Griegos consideraba la felicidad como una suma de momentos placenteros, mientras que los Estoicos consideraban minimizar el dolor como una manera de lograr la felicidad. Por otro lado los utilitaristas, como Jeremy Bentham, consideraban la felicidad como la presencia de placer (entendiendo placer como beneficios, ventajas, ganancias, el

²⁹ Del inglés: On self help book...they not only convey techniques for efficient career planning, work organizations or stress management in a condensed form, but as contemporary theories of prudence, they propose a comprehensive model for the relationship to oneself and provide practical exercises for modeling oneself accordingly.

³⁰ Los artículos leídos para escribir este capítulo fueron en su mayoría en inglés, tanto las citas textuales como no textuales fueron traducidos por mí. La segunda observación tiene que ver con los conceptos de felicidad y bienestar subjetivo. Si bien se reconoce diferencias entre estos dos términos, que tienen que ver con el ámbito que la felicidad tiende a ser un concepto poco “científico” debido a su multiplicidad de significados es por esto que científicos sociales tienden a utilizar el término bienestar subjetivo cuando se habla de felicidad. Para esta tesis, he optado por utilizar ambos conceptos como sinónimos, si bien reconozco los riesgos de ello, he optado hacer esto para simplificar de alguna manera la escritura de este capítulo, además ambos términos hacen referencia a una experiencia subjetiva caracterizada por tener una emoción o afecto positivo. Si bien ambos términos son de alguna manera diferentes, ambos términos comparten este sentimiento positivo en común.

bien o felicidad) y la ausencia de dolor (entendiendo dolor como fracasos, sufrimiento, ser desafortunado e infelicidad) (Diener, Napa, & Lucas, 2003).

Si bien, como se ha mencionado, desde la antigüedad ha estado presente la discusión en torno a la felicidad, durante el siglo pasado se desplegaron numerosos estudios desde la psicología y la economía para determinar las causas y factores de la felicidad. La centralidad que tiene hoy la felicidad en las discusiones no sólo a nivel gubernamental, sino en las investigaciones científicas y en el imaginario de los individuos tienen su raíz en lo siguiente:

(1) La felicidad es un aspecto fundamental para cualquier gobierno moderno, si antes la legitimidad de los gobiernos era dada por la tradición o porque eran heredados por derecho divino, ahora dicha legitimidad vendrá de la capacidad de los gobiernos de dar un cierto grado de bienestar a la población.

Es así como frente a la pérdida de legitimidad fundada en la tradición, en una medida importante, será a través de la apelación al recurso de la prosperidad, bienestar y felicidad que dichas adhesiones a las modernas programaciones de gobierno serán suscitadas (Pincheira I. , 2013, pág. 9).

(2) El proceso de la modernidad implica una promesa de ser feliz, la felicidad estaba presente en los textos fundacionales del Estado moderno (Declaración de la Independencia de los EE.UU. y la Declaración de los Derechos del Hombre y el Ciudadano en Francia) (Pincheira I. , 2013).

Con los dos puntos anteriores llegamos a Jeremy Bentham, como hemos mencionado un utilitarista, lo importante de Bentham, para este punto, es que él señala que el fin último de la política es promover la mayor felicidad a un mayor número de personas, por lo tanto si una política pública aumenta la felicidad de las personas, dicha política queda de alguna manera justificada (Pincheira I. , 2013), así la felicidad pasa ser un tema de suma importancia para los gobiernos.

(3) Lo anterior nos conlleva a la tercera razón de la importancia que tiene la felicidad hoy. La mayoría de las naciones occidentales, se habían convertido en naciones ricas de bienestar, cuyas necesidades básicas estaban en su mayoría satisfechas, con ello se reconocen los límites del crecimiento económico (por ejemplo, la paradoja de Easterlin) y ganan importancia los llamados valores post-materiales (valores enfocados en la calidad de vida de los individuos) (Diener, Napa, & Lucas, 2003). Esto trajo consigo buscar mediciones no económicas de la felicidad, ello comenzó a principios de los años setenta (Pincheira I. , 2014). El PIB, indicador utilizado para medir el desarrollo de los países ha sido cuestionado por diversos actores sociales, argumentando que el PIB no es un adecuado

indicador para demostrar el progreso debido a que existen dimensiones humanas que no pueden medirse mediante crecimiento económico (como la felicidad o el bienestar subjetivo) (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2012), surgen así indicadores alternativos para medir el nivel de felicidad de las personas.

(4) Desde el punto de vista psicológico, Diener, Napa, & Lucas (2003) señalan que el artículo escrito por Jahoda (1958), causó un cambio paradigmático en la concepción de salud mental, al concluir que se debería incluir estados mentales positivos en la definición de bienestar, ya no era suficiente la ausencia de una enfermedad mental en la conceptualización de salud mental. La felicidad se convierte en algo relevante. Diener, Lucas, & Oishi, (2009), señalan otro artículo de vital importancia, este es el artículo escrito por Norman Bradburn en 1969, el que complementa de alguna manera lo anteriormente dicho. Bradburn señala que los afectos positivos y negativos³¹ son independientes, lo importante de lo anterior es que debido a que los afectos son independientes, no necesariamente eliminando el dolor o la tristeza del mundo se generará un mundo un poco más feliz, poniendo de alguna manera en jaque la posición de los utilitaristas según la cual la felicidad se logra mediante la eliminación del dolor.

Oishi, Graham, Kesebir, & Galinha, (2013), en su artículo titulado “*Concept of happiness across time and culture*”³², nos problematiza, de alguna forma, el utilizar el concepto de felicidad en estudios científicos³³ y, además, si es que realmente se pueden realizar estudios sobre la felicidad comparando los niveles de felicidad en los diferentes países. Los investigadores realizan tres investigaciones, para esta tesis nos centraremos en la primera investigación que es la más relevante para el fin que nos interesa, esto es, es el concepto de felicidad. Como hemos mencionado anteriormente desde la antigüedad ha existido una preocupación y un interés por la temática de la felicidad. Oishi, Graham, Kesebir, & Galinha, (2013) señalan que en la antigüedad el concepto de felicidad giró en torno a la suerte (buena) y a ser afortunado. La manera contemporánea de concebir la felicidad es que es algo respecto de lo que nosotros tenemos control y que podemos, de manera activa, conseguirlo.

Los autores señalan que en la Grecia Antigua, el significado original de la felicidad y de una buena vida, era ser afortunado, tener suerte y estar bendecido, dicha visión de la felicidad depende bastante de factores externos y esta felicidad

³¹ Positive and negative affect en ingles.

³² Cuya traducción es: El concepto de la felicidad a través del tiempo y la cultura.

³³ Posiblemente sea esta razón que Diener (intentar cita) propone abandonar el uso de felicidad en los estudios científicos y utilizar el concepto de bienestar subjetivo.

carecía de un componente de agencia, es decir, la felicidad era controlada por los dioses y era algo que se debía a la suerte. “Por lo tanto, esta visión ha dominado la conceptualización sobre la felicidad por siglos”³⁴ (Oishi, Graham, Kesebir, & Galinha, 2013, pág. 6).

Esta visión centrada en la suerte o en ser afortunado para el logro de la felicidad, estaba presente en la Edad Media, pero gradualmente empezó a cambiar. Por ejemplo, San Agustín pensaba que la felicidad era inalcanzable en esta vida (la vida en la tierra), mientras que Santo Tomás de Aquino pensaba que viviendo apegado a Dios se lograba la felicidad. Sin embargo, el giro fundamental hacia una visión más agencial de la felicidad vino con la Ilustración. Al cambiar la pregunta de los religiosos de ¿Cómo me puedo salvar? a ¿Cómo puedo ser feliz? (Oishi, Graham, Kesebir, & Galinha, 2013), se inauguró un periodo donde la felicidad será vista de una manera más secular, donde los individuos activamente persiguen la felicidad.

Como hemos señalado, Oishi, Graham, Kesebir, & Galinha, (2013), realizaron tres estudios, sólo nos centraremos en el que se considera más importante para comprender la dificultad de conceptualizar la felicidad. En esta investigación los autores realizaron un análisis del concepto de felicidad presente en los diccionarios principales de 30 países, para determinar las diferencias en la conceptualización de la felicidad en diversas culturas. Sin embargo, lo más importante de lo anterior es determinar si en estas definiciones están presente elementos de suerte en dicha definición de felicidad. Realizado lo anterior los investigadores hacen un análisis estadístico para determinar si estas definiciones de felicidad (relacionados con la suerte) se relacionan con variables económicas como la cultura, el clima, y finalmente una variable demográfica (prevalencia de enfermedades).

Los investigadores llegaron a los siguientes resultados. Lo primero, es que 24 de los 30 países presentaron de manera parcial definiciones que contienen elementos de suerte, los países en que no está presente la suerte son: EE.UU., España, Argentina, Ecuador, India y Kenya. En cuanto a la relación de la felicidad con las otras variables antes mencionadas, los investigadores encontraron lo siguiente: (1) el grado de suerte presente en la definición de felicidad no tiene relación con el PIB del país; (2) el grado de suerte presente en la definición de felicidad no tiene relación con una cultura individualista; (3) el grado de suerte

³⁴ Este texto ha sido traducido, el original es: Thus, the original meaning of happiness and a good life is being fortunate, lucky and blessed, which were highly contingent upon external conditions...this view of happiness was dominant for centuries.

presente en la definición de felicidad no tiene relación con la cantidad de enfermedades que afecta al país; (4) Curiosamente hubo correlación entre la variable distancia del ecuador y suerte en la definición de felicidad, en donde a mayor distancia del ecuador mayor es la probabilidad de tener una definición de felicidad basada en la suerte. Junto con lo anterior, descubrieron que la felicidad en algunos países localizados en el oeste de Asia tiene componentes de suerte o de ser una persona afortunada, mientras que en Alemania, Polonia, Francia y Rusia la felicidad es entendida como un estado difícil de alcanzar. Otro descubrimiento es que en países donde la felicidad no estaba relacionada con la suerte o con qué tan afortunada es la persona, los individuos reportaron mayores niveles de felicidad en comparación con países donde la felicidad es vista como algo debido a la suerte o a qué tan afortunada es la persona (Oishi, Graham, Kesebir, & Galinha, 2013).

En otras investigaciones realizadas sobre la felicidad , como por ejemplo las que lleva a cabo la OECD, se desarrollan comparaciones entre los países para determinar las diferencias que existen en el concepto de felicidad. Lo anterior tiende hacia la objetivación del concepto de felicidad en el sentido que se piensa que cuando se habla de felicidad en los diferentes países piensan en lo mismo. Este estudio resulta fundamental para problematizar de alguna manera los estudios realizados sobre la felicidad entre países debido a que observamos que no necesariamente cuando se habla de felicidad se está pensando en lo mismo. Por ejemplo, si se pregunta ¿Es usted feliz? en países como los EE.UU. se pensará la felicidad como un estado positivo, mientras que si la misma pregunta se realiza en Alemania, Polonia, Francia y Rusia las personas pensarían en qué tan afortunada o qué tan suertudas han sido últimamente. Lo anterior resulta importante al momento de realizar comparaciones sobre niveles de felicidad entre los países, pues no existe un estándar para realizar la comparación, una misma pregunta puede tener diferentes resultados dificultando así la comparación, pero además de una dificultad más estadística del problema, nos sugiere y nos muestra la naturaleza polisémica de felicidad, es por esta razón que investigadores como (Diener, Napa, & Lucas, 2003) han propuesto utilizar el término bienestar subjetivo en vez de felicidad, debido precisamente a la naturaleza polisémica del término y además según ellos este término tiende a ser más objetivo que el concepto de felicidad. Otra importante observación es que al considerar la felicidad como suerte o algo que se debe a la buena fortuna, podemos decir que en culturas donde la felicidad depende de la suerte, no necesariamente habrá una búsqueda activa o consciente para lograr la felicidad, es decir, ser feliz no sería necesariamente una meta a lograr, a diferencia de países en donde la felicidad es

vista como un estado positivo, las acciones del individuo serán encaminadas a maximizar la felicidad.

La felicidad o bienestar subjetivo, mediciones y determinantes

Aquí nos encontramos con otro punto relevante a tomar en cuenta debido a que nos muestra ciertas dificultades a la hora de medir el bienestar subjetivo. Factores genéticos, psicológicos, culturales, institucionales, etc. parecen todos tener algún grado de relación con la felicidad. A continuación se describirá estos factores de manera breve.

Las mediciones sobre el bienestar subjetivo se pueden dividir en dos categorías, en mediciones objetivas y otras subjetivas. Las primeras tienen por fin captar hechos observables que influyen la felicidad como estadísticas económicas, sociales y del medio ambiente, mientras que las mediciones subjetivas captan las emociones y las experiencias de los individuos (Conceicao & Bandura, 2008). Si bien hemos mencionado que existen mediciones “objetivas” de felicidad la mayoría de las mediciones sobre la felicidad vienen de las mediciones subjetivas o tests que son autoaplicadas³⁵ en otras palabras, tests donde las personas deben realizar una evaluación de su vida en su totalidad o una parte de ella (van Hoorn, 2007).

Algunos determinantes de la felicidad:

(a) Factor económico:

Primero que todo, el desempleo es una variable que afecta de manera negativa al bienestar subjetivo, esto se expresa en dos componentes, la primera se relaciona con el acto mismo de perder el empleo y por ende perder una fuente de ingresos, el segundo componente se relaciona con la población y tiene que ver con el miedo generalizado a perder el trabajo (van Hoorn, 2007), además de lo anterior, la pérdida del empleo se asocia con una baja en la autoestima, depresión, ansiedad y estigma social (Conceicao & Bandura, 2008). El PIB es un factor económico que por excelencia se ha asociado a felicidad, lo anterior descansa en la premisa que el aumento del crecimiento económico, traería un aumento en el consumo que hará que aumente el bienestar subjetivo de las personas. Esto es la manera de ver el desarrollo por excelencia, sin embargo como señala la PNUD (2012), esta manera de concibir el desarrollo, como meramente aumento de ingresos económicos, ha sido criticado por numerosos actores sociales, señala el informe que hoy en día el bienestar subjetivo es el nuevo enfoque de desarrollo. La crítica de que si el PIB realmente influye de

³⁵ Self reported tests en ingles.

manera significativa en la felicidad lo encontramos en Easterlin en el año 1974, con la paradoja de Easterlin. Esta paradoja nos releva lo siguiente, si bien existe en sus inicios una relación entre aumento de ingresos y aumento de felicidad, llegado a un cierto punto esto tiende a disminuir hasta no mostrar ningún aumento de bienestar. Lo anterior resulta por decir lo menos catastrófico para el pensamiento economicista debido a que pone en jaque una creencia tan arraigada en los economistas en torno a que el aumento del PIB necesariamente se traduciría en aumento de felicidad. Una posible explicación a lo anterior es que PIB o ingresos influyen en la felicidad siempre y cuando ciertas necesidades básicas no estén satisfechas, pero una vez que el ingreso llega a un cierto punto ya no importa cuanto más dinero se tiene (Conceicao & Bandura, 2008).

(b) Factor Demográfico:

Factores demográficos como sexo y edad tienen ciertas relaciones con la felicidad. Generalmente las mujeres reportan mejores niveles de bienestar subjetivo que los hombres. Además en cuanto a la relación felicidad/edad, esta relación tiene la forma de una U, donde los jóvenes reportan ser más felices que los adultos, para luego subir nuevamente en la etapa de la vejez (van Hoorn, 2007). El matrimonio o estar en pareja también afecta la felicidad, ya que los individuos que reportan mayores niveles de felicidad son aquellos que están en pareja o casados. Resulta importante mencionar que los factores demográficos varían en su importancia para determinar la felicidad debido a que están fuertemente influenciados por la cultura, por ejemplo, el matrimonio. En culturas más individualistas personas que conviven tienden a ser más felices que personas que son casadas, sin embargo, esto cambia en culturas colectivistas, donde parejas casadas reportan mayor felicidad que solteros o aquellos que conviven.

(c) Factor personalidad (rasgos psicológicos)

Según van Hoorn, (2007) la personalidad es un fuerte indicador para determinar cuan feliz es una persona, en este sentido existen personalidades que probablemente van a lograr la felicidad mucho más rápida que otras, como por ejemplo los extrovertidos (Diener, 2009).

Otro aspecto importante a mencionar es la satisfacción con la vida como determinante de la felicidad. La satisfacción con la vida puede definirse como evaluación global de la vida de la persona, esto quiere decir que el individuo realiza una evaluación sobre la totalidad de su vida y en base a dicha evaluación determina si están satisfecho o no con su vida. Debido a que estas evaluaciones son cognitivas ciertos estudios se han enfocado en señalar la manera en cómo los individuos forman estas evaluaciones (Diener, Napa, & Lucas, 2003). Lo primero

que se debe mencionar es que los individuos no examinan todos los aspectos de su vida, ni tampoco le dan igual “peso” a los aspectos de su vida, es por esto que los individuos a la hora de determinar su satisfacción con la vida utilizan una variedad de “atajos”. Debemos reconocer que la satisfacción con la vida no es algo constante sino que puede variar según los eventos en la vida que van sufriendo ciertos cambios.

Para determinar la satisfacción con la vida, algunos individuos utilizan información que ellos determinan como importante al momento de realizar la encuesta. Sin embargo, lo que se puede considerar importante para un individuo, no lo será para el otro, por ejemplo, si al momento de realizar una evaluación de su vida, un individuo podría eventualmente poner mucha importancia en tener una familia por ejemplo, mientras que para otro la familia no forma parte de algo relevante a la hora de realizar su evaluación sobre la satisfacción con su vida. Sumémosle a lo anterior que el estado anímico al momento de realizar la evaluación influye en la satisfacción con la vida, independientemente que ese estado anímico no es constante o no es algo que siente el individuo generalmente, además eventos externos pueden influir en el estado anímico del individuo, es por eso que no se recomienda realizar encuestas sobre la felicidad después de un juego de football por ejemplo. La comparación también puede ser un mecanismo para determinar la satisfacción con la vida, el individuo puede tomar un aspecto que considera relevante en su vida y compararlo con otras personas o con un estándar. Por ejemplo, un individuo podría comparar su ingreso con el de otra persona, con el ingreso que recibió en el pasado, o el ingreso que desearía recibir en el futuro y en base a eso establecer la satisfacción que tiene con su vida.

(d) Factor institucional

Un factor que aumenta el bienestar subjetivo es el tipo de Democracia, donde la Democracia directa aumenta los niveles de bienestar subjetivo. También existe relación entre libertad política y privada y felicidad pero esta relación sólo se da en países ricos (van Hoorn, 2007).

Lo anterior lejos de aspirar a ser un listado definitivo de factores que influyen en la felicidad, busca mostrar de manera breve la multitud de factores que eventualmente pueden influir en la felicidad o bienestar subjetivo.

Felicidad o bienestar subjetivo en Chile

Chile no está exento de esta preocupación sobre la felicidad o bienestar subjetivo que vemos en los países más desarrollados, en el gráfico 1 vemos la cantidad de noticias publicadas que tienen relación con la felicidad del año 1990 a

2011, si bien en el gráfico no se aprecia muy bien la línea de Chile, podemos decir que de 2 publicaciones sobre felicidad en Chile, hemos llegado a aproximadamente 64 noticias sobre felicidad en el año 2011.

A continuación se presentará ¿qué es para los chilenos la felicidad y qué piensan al respecto?. En la presente tesis se consideró el informe del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, (2012). Este estudio sobre la felicidad o bienestar subjetivo en Chile identifica un bienestar subjetivo individual traducido de manera empírica en satisfacción con la vida, y bienestar subjetivo social traducido de manera empírica en confianza en las instituciones. Lo anterior nos muestra un escenario curioso.

La principal conclusión a que llega este informe es relevar una tensión en el bienestar subjetivo de los chilenos. Dicha tensión tiene efectos en cómo los chilenos definen su felicidad y los modos de alcanzarlo. La tensión mostrada en este informe es que los chilenos están felices son ellos mismos (un buen nivel de bienestar subjetivo individual), pero la percepción de la sociedad es negativa (un bajo nivel de bienestar subjetivo social). Esto releva que para los chilenos, la sociedad es vista de manera crítica, algo que debemos soportar, algo así como una jaula de hierro, según señala el informe, muchos de los individuos describen la sociedad como “la maquina” (PNUD, 2012). De lo anterior y como revela el informe, la posición que toman los chilenos a la hora de manifestar el factor de que depende la consecución de la felicidad, los chilenos señalan que depende de uno mismo. Los Gráficos 2 y 3 que se adjuntan en los anexos nos muestran que en general pese a las circunstancias externas, la felicidad depende netamente del individuo.

Como hemos mencionado anteriormente, la confianza en las instituciones es un claro indicador de bienestar subjetivo social, o en palabras simples, que tan feliz uno está en la sociedad en que se vive. En Chile la confianza en las instituciones ha declinado, como lo muestra el Cuadro 1. El año 2011 registra en casi todas las instituciones analizadas por la PNUD la puntuación más baja desde el año 1996. Para ejemplificar la confianza en los partidos ha sido siempre baja, en el año 1996 solo un 14% mostraba mucha y bastante confianza en estos, para el año 2001 este número bajo a 9%.

Aunque no todo es tan abrumador, el componente satisfacción con la vida asociada a bienestar subjetivo individual ha aumentado, como lo muestra el Gráfico 3, la satisfacción con la vida ha ido aumentando progresivamente. Hasta el momento hemos, de alguna manera, desentrañado la tensión que existe en el

bienestar de los chilenos. Profundizaremos en algunos aspectos de la felicidad de los chilenos.

La felicidad está en las conversaciones cotidianas de los chilenos, la felicidad es utilizado “como un recurso para la realización de sus fines trascendentales” (PNUD, 2012, pág. 56), en otras palabras, para fines considerados importantes o trascendentales el individuo determina cuales actos le conviene en base a aumentar su felicidad. Existen cuatro afirmaciones que salen en el discurso social de los chilenos, (a) La felicidad es una responsabilidad individual; (b) “Es una experiencia interna normalmente emocional” (PNUD, 2012, pág. 58); (c) “Tiene raíces o consecuencias relacional” (PNUD, 2012, pág. 58); (d) No hay una definición única de felicidad. Se observa nuevamente una tensión que hemos mencionado anteriormente, pero de manera diferente, si bien es el individuo quien debe por si solo buscar su felicidad, observamos que tiene una raíz relacional, dando a conocer que al menos se reconoce en parte que la felicidad se construye relacionalmente. Si bien hay un componente fuertemente individual en la felicidad de los chilenos, se reconoce que la relación con los amigos y la familia son igualmente importantes. El afecto y la reciprocidad son elementos que contribuyen a aumentar la felicidad que se obtiene de las relaciones sociales.

La felicidad para los chilenos se relaciona con algo que es socialmente valorado, quien es feliz no sólo es una mejor persona sino además establece relaciones sociales de calidad con otras personas, debido a la valoración social que goza la felicidad, se observa en el informe de la PNUD (2012) que la felicidad es un mandato social, “no solo es bueno ser feliz, también se condena a quien no se esfuerza por serlo” (PNUD, 2012, pág. 68). Si bien se ha mencionado que el ser feliz es un mandato social, no es el único mandato en Chile, existen otros que de alguna manera entran en conflicto con el mandato social de la felicidad. Los otros mandatos son: (1) la unidad familiar, este mandato es el más extendido, es el mandato más importante en Chile, la familia se ve como un lugar de protección frente a las amenazas externas; (2) Proponerse metas y alcanzarlas, aquí existen dos componentes que intervienen en este punto, uno es la realización, que tiene que ver con alcanzar un estado mejor al que se tiene ahora, y el otro componente es el de la movilidad, lo cual es superar una situación personal o familiar; (3) Espiritualidad, el mundo actual es un mundo materialista y hedonista, cultivar o desarrollar la espiritualidad significa una manera diferente de tratar con los demás, alejado del materialismo (PNUD, 2012).

El mandato de la felicidad, más que intentar de reemplazar la importancia de los otros mandatos, intenta ganar un espacio. Esto se debe a que el mandato de la felicidad entra en tensión con el mandato de la unidad familiar, debido a que la familia y en este caso la unidad familiar, requiere de realizar ciertos sacrificios personales en desmedro de lo que uno desea, el privilegiar la felicidad individual por sobre el mandato de la familia tiende a verse como egoísta (PNUD, 2012).

La tensión entre el mandato de lograr las metas y el de la felicidad varía según estrato socioeconómico. Los más pobres se ven obstruidos en la consecución de sus metas debido al factor económico que obstaculiza su camino hacia la felicidad. Cumplir este mandato junto con el ser feliz se ve aún más obstaculizado debido a la dificultad de mantener o conseguir trabajo. Frente a esta dificultad, los pobres recurren a su espacio íntimo interior para lograr la felicidad. Los de estratos altos en tanto si bien no tienen problemas económicos, pero si se sienten presionados por “la maquina”, y cumplir las metas que este le impone, ser feliz para estos individuos implica el cumplimiento de metas que no son de esta “maquina” (PNUD, 2012).

Según los chilenos lo más importante para ser feliz lo podemos observar en el cuadro 2 sin embargo, resulta importante destacar las dos más importantes para los chilenos, primero que todo vivir tranquilo y sin mayores sobresaltos tiene un 37,5% y que la gente que uno quiere tenga una buena vida tiene un 26,8% (PNUD, 2012). ¿Qué es lo que nos quiere decir lo anterior?, que en general los chilenos tienen una conceptualización íntima, hogareña y privada de la felicidad. Para el chileno lo importante es él mismo y su entorno más cercano, parece ser que la sociedad no se contempla dentro de los factores que aportan en la felicidad del chileno, de hecho en el cuadro solo el 8,8% de los encuestados considera compartir la vida con los demás como un factor importante para ser feliz.

La imagen que caracteriza al chileno en la búsqueda de su felicidad es la de un malabarista (PNUD, 2012), esta figura es importante debido a que el chileno debe por sus propios medios intentar de articular los diferentes ámbitos de su vida para lograr la felicidad. La figura del malabarista es también una figura de esfuerzo y concentración, debe concentrarse muchísimo para lograr el adecuado equilibrio y manejo de los bastones para que estos no caigan en el suelo, lo mismo hace el chileno con su vida. Pero también la figura del malabarista es una figura de inestabilidad, ante cualquier equivocación ya sea porque se distrajo o debido a un mal cálculo, puede provocar que todos los bastones caigan al suelo, lo mismo ocurre con el chileno, la falta de protección social le da la sensación de

inestabilidad en la vida del chileno, lo único que le queda es recurrir a sus propias capacidades para lograr la felicidad.

[...]los chilenos y las chilenas son más tácticos que estratégicos a la hora de construir su bienestar subjetivo. Es decir, la mayoría de las veces realizan ajustes y adaptaciones en el marco de sus condiciones de existencia, pero no acometen acciones sustantivas para transformarlas... (PNUD, 2012, pág. 25).

La biopolítica debemos recordar es un poder sobre la vida (“los modos biopolíticos asumen el poder de medir, producir, controlar y regular la vida misma”³⁶ (Wright, 2013, pág. 26), cuyo blanco de gobierno es la población, la felicidad podemos considerarla como parte de este poder sobre la vida. La felicidad puede considerarse como un dispositivo de seguridad, debido a que en la felicidad (si bien cada uno define lo que le hace feliz) existen una gran cantidad de estudios para conocer los determinantes de la felicidad, podemos pensar que estos estudios tienen por fin la construcción de un sujeto feliz o, trabajando con probabilidades como lo hacen los dispositivos de seguridad, determinar probabilísticamente un sujeto feliz. Como señala Wilson 1967 en Diener, Lucas, & Oishi, (2009),

“una persona feliz es joven, saludable, bien educado, bien pagado, extrovertido, optimista, libre de preocupaciones, religioso, casado con un auto estima alto, tiene moral en el trabajo, tiene aspiraciones modestas, puede ser de cualquier sexo, y tiene una amplia variedad de inteligencias” (Diener, Lucas, & Oishi, 2009, pág. 67)³⁷.

La cita anterior es importante, configura un sujeto que es feliz, y por lo tanto los esfuerzos biopolíticos se encaminarán en llegar a cumplir con dichas características, por supuesto que lo anterior depende muchísimo de la cultura en la cual se esta inserto en sujeto.

La población en su totalidad es atravesada por el imperativo o mandato de ser feliz, lo vimos anteriormente como ser feliz es bien visto y son condenados socialmente quienes no lo son, aquí es un ejemplo claro de cómo el componente biopolítico funciona, al ser la población el blanco de gobierno, las conductas de los individuos son conducidos a ser feliz, pero es un ser feliz de una manera particular.

³⁶ Cita original: [...]biopolitical modes assume the power to directly measure, produce, control, and regulate life itself.

³⁷ Cita original: the happy person is a “young, healthy, well-educated, well-paid, extroverted, optimistic, worry-free, religious, married person with high self-esteem, job morale, modest aspirations, of either sex and of a wide range of intelligence”.

Como se ha mencionado antes, la sociedad de hoy no es una sociedad disciplinaria, la rige otros parámetros, si bien el encierro aun están presentes en la sociedad de hoy, no viene siendo lo principal, lo que caracteriza la sociedad de hoy es una producción constante de vida, la vida debe ser producida y gestionada.

“La sociedad disciplinaria de Foucault, que constaba de hospitales, psiquiátricos, cárceles, cuarteles y fábricas, ya no se corresponde con la sociedad de hoy en día. En su lugar se ha establecido desde hace tiempo otra completamente diferente, a saber: una sociedad de gimnasios, torres de oficinas, bancos, aviones, grandes centros comerciales y laboratorios genéticos. La sociedad del siglo XXI ya no es disciplinaria, sino una sociedad del rendimiento” (Chul-Han, 2012, pág. 25)

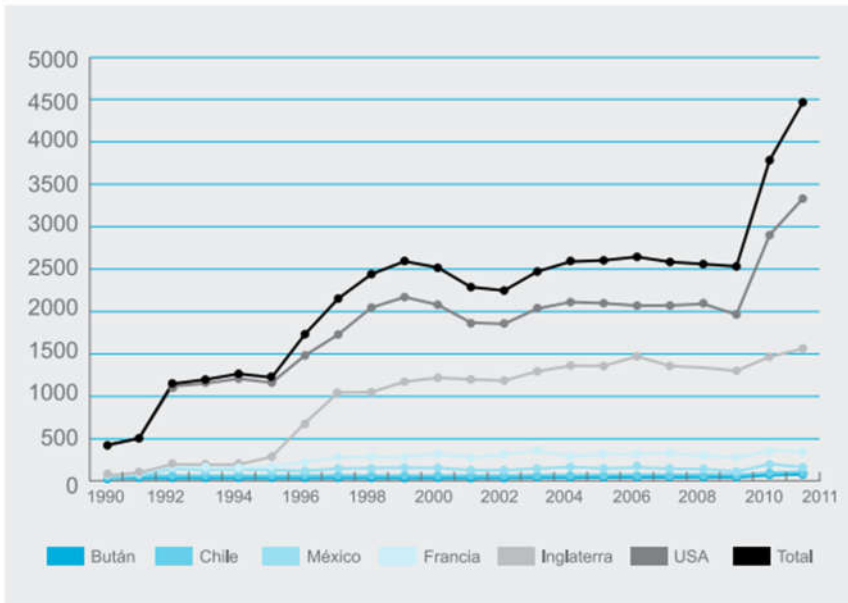
La cita anterior del coreano Byung Chul-Han resulta importante, pues nos contextualiza sobre lo que caracteriza a la sociedad actual³⁸, que es el flujo, la multiplicidad, la producción, el dar más de sí. Lo anterior considero que puede considerarse como producción de vida, lo cual el gran aliado de dicha producción de vida es la biopolítica. La sociedad donde el encierro era lo primordial ha sucumbido a la fuerza de la vida misma, en donde la felicidad viene siendo el horizonte normativo que guía no solo la acción humana pero como hemos visto también los planes en políticas públicas.

³⁸ Por supuesto que debemos tener ojo cuando se habla de la sociedad del rendimiento, o cuando otros autores utilizan sociedad del riesgo, modernidad líquida, era del vacío, etc para referirse a la sociedad actual, considero que son mapas, abstracciones de la realidad, o como diría Max Weber, tipos ideales.

Anexos:

Gráfico 1:

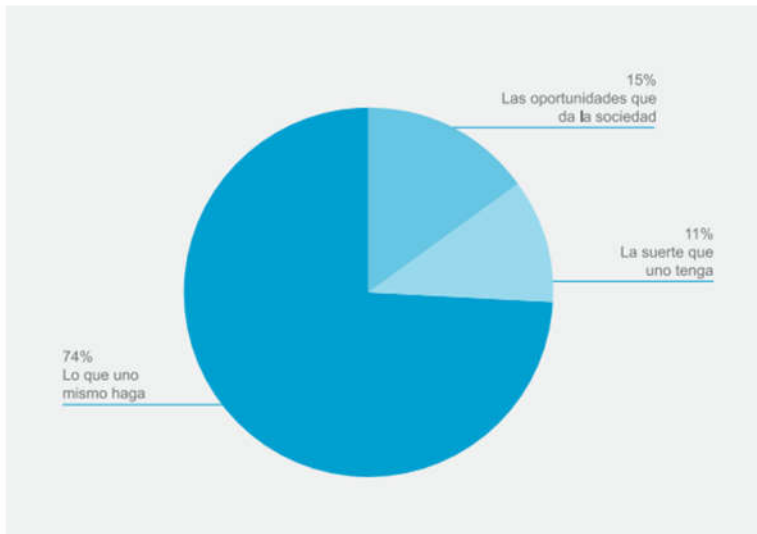
Noticias sobre felicidad y política por países, 1990 - 2011



Fuente: Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2012, pág 34

Gráfico 2:

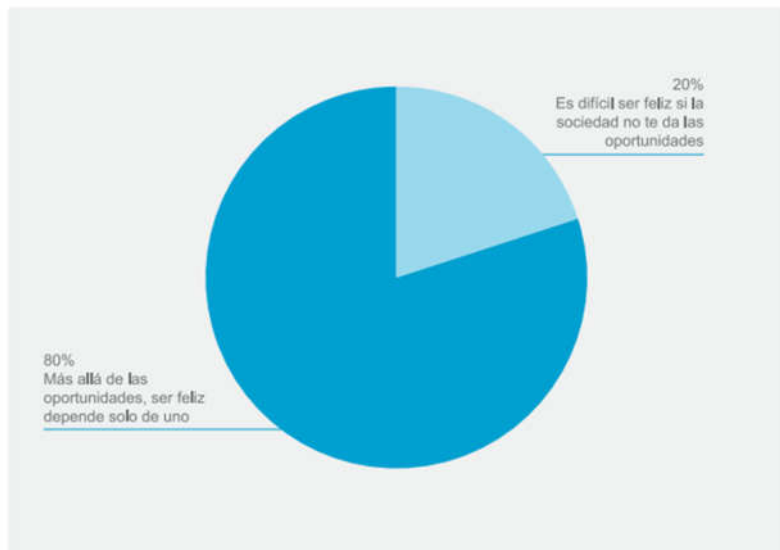
Alcanzar la felicidad depende principalmente de...



Fuente: Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2012, pág. 18

Gráfico 3:

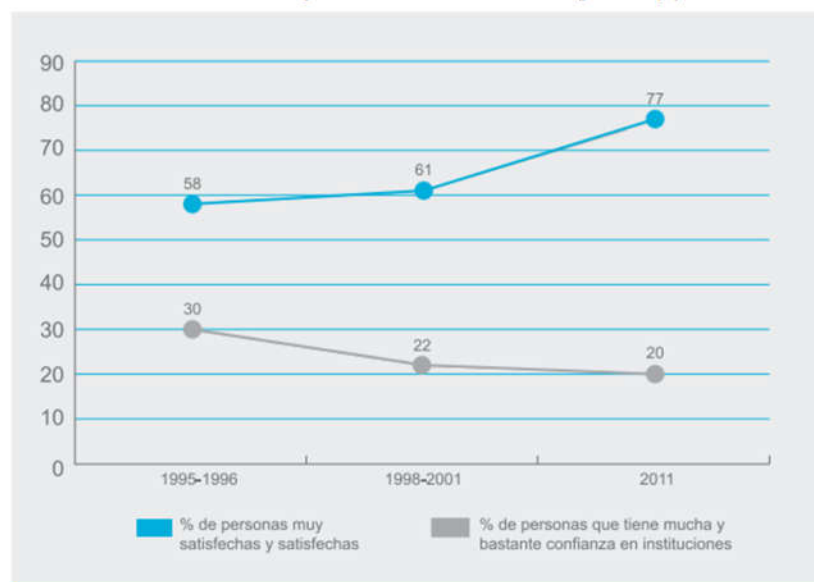
¿Cuál de las siguientes frases lo representa mejor en relación a cómo es posible ser feliz?



Fuente: Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2012, pág. 18

Gráfico 4:

Evolución de la satisfacción vital y la confianza en instituciones (porcentaje)



Fuente: Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2012, pág. 17

Cuadro 1:

Confianza en instituciones, CERC (mucha y bastante confianza, porcentaje)

	1996	2001	2006	2011
Iglesia católica	60	52	47	39
Grandes empresas	52	37	-	23
Gobierno	35	36	-	23
Poder Judicial	25	22	18	19
Cámara de Diputados	26	12	21	17
Senado	27	12	22	17
Partidos políticos	14	10	12	9

Fuente: Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2012, pág. 47

Cuadro 2:

Pensando en lo que para usted es una vida feliz y asumiendo que todas estas alternativas pueden ser importantes para usted, ¿qué es lo más importante para tener una vida feliz? (porcentaje)

Disfrutar los placeres de la vida	5,7
Realizar los objetivos y metas de vida	16,2
Que la gente que uno quiere tenga una buena vida	26,8
Vivir tranquilo y sin mayores sobresaltos	35,7
Compartir la vida con las demás personas	8,8
Tener una vida con sentido trascendente	6,1
Ninguna	0,4
NS-NR	0,3

Fuente: Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2012, pág. 48

Marco Metodológico

Tipo de estudio

El estudio sobre los libros de autoayuda está bastante desarrollado en países como los EE.UU., España, Argentina y México (incluso tienen estudios sobre los lectores de libros de autoayuda), principalmente se debe a que tienen una industria de autoayuda bastante desarrollada (en el caso de los EE.UU., en el planteamiento del problema, se indicó la cantidad de dinero que genera esta industria), en los casos de Argentina, España y México, se han elaborado estudios sobre los libros de autoayuda en vista a la gran cantidad de libros que se venden en dichos países.

En Chile, la PNUD (2012), ha analizado los libros de autoayuda como un dispositivo³⁹ de promoción y soporte del mandato social de la felicidad. El análisis realizado por la PNUD, tenía como objetivo determinar el tipo de felicidad que estos libros construyen, las características de la subjetividad que se construyen en estos libros, la imagen de la sociedad que se construyen en estos libros y qué recursos lingüísticos utilizan.

Lo anterior aparte de cumplir la función de mostrar las investigaciones realizadas en torno a la literatura de autoayuda, sirve además para justificar por qué esta investigación no es exploratoria sino que se inscribe dentro de una investigación descriptiva, los estudios exploratorios son aquellos en donde se desea investigar un fenómeno no investigado antes o “abrir” terreno en ese fenómeno.

Esta tesis es descriptiva debido a que “busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (Hernández Sampieri, Fernández, & Baptista, 2006, pág. 117), si bien no se analizará personas, ni grupos, ni comunidades, esta memoria desea mostrar la relación entre felicidad y la gubernamentalidad presente en los libros de autoayuda. Como señala Hernández Sampieri, Fernández-Collado, & Baptista (2006) “los estudios descriptivos son útiles para mostrar con precisión los ángulos o dimensiones de un fenómeno, suceso, comunidad, contexto o situación” (pág.103). En este sentido se busca describir un fenómeno de la felicidad en los libros de autoayuda y establecer que existe una manera de guiar las emociones y conductas de los individuos en dichos libros. En este sentido, debido a que la PNUD ya ha realizado

³⁹ Término no utilizado por la PNUD, pero que cumple con las características de dispositivo explicado en esta memoria.

un estudio, que podría considerarse exploratorio sobre los libros de autoayuda, esta tesis toma un enfoque más crítico descriptivo del mismo fenómeno.

Tipo de diseño

Este estudio se enmarca dentro del enfoque cualitativo, primero que todo esto se debe a que “no se efectúa una medición numérica, por lo que el análisis no es estadístico” (Hernández Sampieri, Fernández, & Baptista, 2006, pág. 8), el uso de estadísticas es una característica de la metodología cuantitativa. Esta memoria tiene por objetivo la descripción de variables y encontrar relaciones entre ellas, este enfoque más interpretativo de la realidad, es un factor que caracteriza a la metodología cualitativa y la razón de utilizar este enfoque investigativo. Junto con lo anterior se debe tomar en cuenta que no podemos utilizar un paradigma de investigación en la cual cuantifique la realidad en variables manipulables y las divida para poder explicarlas, se optó por un paradigma que tiene su enfoque en comprender la realidad no mediante un análisis estadístico, lo anterior es básico en la metodología cualitativa.

Además resulta importante mencionar que esta tesis no es experimental, debido a que no se pretende manipular ni relacionar variables y aislar los resultados del contexto en donde emergen, se desea estudiar un fenómeno tal cual se da. Este estudio es más proyectado que emergente, es proyectado pues ya se ha realizado una lectura de artículos y teorías que trabajan los libros de autoayuda, pero tiene componentes emergentes en el sentido que no se descarta agregar otros autores y/o enfoques teóricos en la medida que se realice la lectura de dichos libros. El diseño de investigación para esta memoria será un diseño transversal, la razón de esto es porque “se caracterizan por circunscribir la recogida de información a un único momento en el tiempo” (Cea D’Ancona, 2001, pág. 102), esta tesis no desea estudiar la evolución de los libros de autoayuda en Chile en relación a la felicidad, es por esta razón que un diseño transversal nos sirve para esta memoria.

Universo y muestra

Esta memoria se enfocará en revisar los libros de autoayuda de mayor venta, escrito por autores chilenos. Existe una enorme cantidad de libros de autoayuda con temas tan variados (cómo conseguir pareja, cómo ser más exitoso en las ventas, desarrollar la capacidad de liderazgo, etc.), el motivo de utilizar autores chilenos de autoayuda se basa en dos criterios, el primero es que se desea analizar libros de autoayuda nacional para comprender de una manera local el fenómeno de la felicidad y conducción de conductas en dichos libros, pero

desde la óptica de autores nacionales. Segundo, el estudio de la PNUD que realizó la revisión de libros de autoayuda, también seleccionó dichos libros en base al mayor número de venta, pero sin importar el país de donde son los autores, en este sentido, se mezcló libros de EE.UU con libros chilenos por ejemplo.

Como esta tesis desea analizar la manera de cómo se gobierna la felicidad en Chile, se considera vital tomar como muestra los libros de autoayuda de autores chilenos, porque viven en Chile, escriben en Chile y son chilenos, nos puede dar ciertas pistas sobre la manera de cómo se conceptualiza la felicidad en el país. Nuestro universo en este sentido son los libros de autoayuda de mayor venta en Chile. Utilizaré un muestreo de tipo no probabilístico. Mientras que las muestras que se seleccionan probabilísticamente (propio de la metodología cuantitativa), implican que se conoce la probabilidad de que un elemento sea seleccionado de una muestra, las muestras no probabilísticas son aquellas muestras en donde no se seleccionan por azar (Ruiz Martinez). La manera de seleccionar los libros a investigar es mediante una muestra por conveniencia, en este tipo de muestreo los casos se seleccionan según los criterios del propio investigador, este tipo de muestra se utilizó debido a la conveniencia de accesibilidad de los libros y la proximidad que se tiene en llegar a las librerías.

Sumando a lo anterior, se visitó 4 librerías de Viña del Mar, ellas fueron, El Ciclón del libro (existen dos Ciclón del Libro), La Feria Chilena del Libro y la librería Antártica. Se consultó con los vendedores cuáles son los libros de autoayuda de mayor venta de autores chilenos en cada una de dichas librerías, y se seleccionó tres de los indicados como los más vendidos en las librerías mencionadas anteriormente. Los libros que fueron seleccionados son:

- 1) Arriesgarse a vivir, Marcela Lechuga, 2015.
- 2) GPS interior, Ignacio Fernández, 2011
- 3) El Método, Lita Donoso, 2012

Fuentes teóricas a utilizar en la investigación

Esta memoria gira en torno a la gubernamentalidad, felicidad, *feeling rules* y *emotional work*. Es decir cómo existe una relación entre felicidad, *feeling rules*, *emotional work* y gubernamentalidad.

En el desarrollo del marco teórico se ha dejado claro de dicha relación puede entenderse de la siguiente manera: la gubernamentalidad como

racionalidad de gobierno, guía de alguna manera la manera en cómo se conceptualiza y más importante cómo se alcanza la felicidad.

En este sentido el sujeto que lee los libros siguen unas determinadas *feeling rules* para ser feliz, ayudando así a construirse a sí mismo. La teoría utilizada en esta tesis representa un cruce de alguna forma entre la teoría foucaultiana de gobierno con la teoría de la socióloga Arlie Hochschild sobre las *feeling rules* y *emotional work*.

Como se sostuvo en el marco teórico, se consideró que existe una relación entre estas teorías y pueden trabajarse por lo tanto de manera unida, estas teorías se complementan bastante bien para conocer los actuales modos de conducción de las conductas y emociones de los individuos. La teoría de gobierno de Foucault nos permite dar un marco general del gobierno actual, y resaltar la importancia del gobierno sobre la población. Se incorporó a Deleuze dentro del capítulo de la gubernamentalidad para establecer el tipo de sociedad en que estamos y comprender así, los mecanismos de gobierno en esta sociedad.

Técnica de producción de datos

La técnica de producción de datos escogida para esta tesis, es el análisis documental. Si bien esta técnica es considerada como una fuente de datos secundarios y se destaca el valor histórico de esta metodología (Valles , 1999), se toma distancia de estas observaciones, debido a la naturaleza de la investigación, que es analizar la conducción de conductas que hacen dichos libros en los lectores. Para ello, se puede usar cualquier tipo de documento, ya sea libros de autoayuda, programas de gobierno, guías de trabajo, etc. Esta técnica de análisis de documentos ha sido utilizada por autores como Brockling (2015) y Pincheira I. (2014)

En este sentido además destacamos la naturaleza social del libro, esto es así debido a que dichos libros finalmente contienen un discurso, y la naturaleza misma del discurso es social, “se puede definir discurso como cualquier práctica por la que los sujetos dotan de sentido a la realidad [...] los discursos que tienen mayor interés para los sociólogos son aquellos que tienen una forma verbal, ya sea oral o escrita” (Ruiz, 2009, pág. 2).

Técnica de análisis de datos

La técnica de análisis de datos que utilizaremos en esta tesis y para analizar los libros de autoayuda escogidos será un análisis de contenido. La técnica escogida nos parece la mejor para esta tesis debido a que esta técnica se

puede aplicar a cualquier forma de comunicación (Fernández F. , 2002). Lo anterior resulta importante pues se requiere una técnica de análisis de datos que resulte compatible con una investigación que estudia los libros.

El análisis de contenido ha sido tradicionalmente usado desde un enfoque más cuantitativo, con lo anterior se hace referencia a que el investigador elige una(s) palabra(s) como también una frase o varias frases que considera claves para la investigación. A continuación el investigador cuenta cuantas veces aparece dicha palabra o frase en el texto escogido, en resumidas cuentas este proceso se conoce como análisis conceptual⁴⁰ (Busch, y otros, 1992-2012) .

Esta tesis se alejará de un análisis de contenido, con un enfoque más cuantitativo, para dar un enfoque cualitativo de análisis de contenido. Debido a que para el propósito que se busca no es relevante ver la frecuencia de una palabra o un término en un libro, sino más bien establecer relaciones entre términos y palabras.

Los pasos para realizar un análisis cualitativo de contenido lo explica (Cáceres, 2003), y son los siguientes:

1) Selección del objeto de análisis:

Este paso quedó estipulado en el apartado de universo y muestra del marco metodológico, de igual manera se reiterará: se desea analizar tres libros de autoayuda, *El Método* (2012), *El GPS interior* (2011), y finalmente *Arriesgarse a vivir* (2015).

2) El desarrollo del pre análisis:

“Este primer paso técnico implica tres objetivos: coleccionar los documentos o corpus de contenidos, formular guías al trabajo de análisis y establecer indicadores que den cuenta de temas presentes en el material analizado” (Cáceres, 2003, pág. 59). Para realizar este paso, ya se ha realizado una lectura de los tres libros de autoayuda, tomando apuntes sobre cada libro y anotando las observaciones. No se estableció una guía de trabajo rígida debido a que se estima innecesario debido a la naturaleza misma de la investigación que es siempre cambiante.

3) La definición de las unidades de análisis:

“Las unidades de análisis corresponden a los trozos de contenido sobre los cuales comenzaremos a elaborar los análisis” (Cáceres, 2003, pág. 60).

⁴⁰ Del termino ingles conceptual analysis.

Existen dos maneras para reconocer las unidades de análisis de base gramatical (es decir de la comunicación verbal o escrito):

- Las palabras: Aquí el investigador define una o varias palabras claves que intenta buscar dentro del corpus de textos seleccionados, o se busca palabras relacionadas con la palabra clave y se buscan dentro del corpus.
- Frases, párrafos o temas: aquí el investigador busca una frase o por un tema que él considera que le va servir en la investigación. Ahora no necesariamente van a aparecer las palabras o la frase exacta en el texto o corpus escogido, para ello el investigador busca según tema, es decir palabras similares o que apuntan a lo que el investigador está buscando.

4) Definir las reglas del análisis y los códigos de clasificación:

Definir las reglas del análisis es importante por dos razones, la primera corresponde a que dichas reglas nos indicarán qué palabras, grupo de palabras o frases a elegir para realizar posteriormente la codificación. El segundo motivo, no menor, es que indican a futuros investigadores los pasos realizados para realizar la codificación en esta investigación (Cáceres, 2003). Una vez establecidas las reglas del análisis, se procederá a elaborar los códigos. Los códigos se pueden elaborar antes de realizar el análisis de los datos o se pueden crear códigos en la medida que se va leyendo el texto o documento escogido. Para esta tesis se ha decidido crear códigos antes de realizar el análisis, no se descarta realizar también una codificación en la medida que se avanza en la lectura de los libros.

5) Conclusiones finales del análisis:

Tal como su nombre lo dice, finalmente se debe presentar los hallazgos más importantes y otros hallazgos encontrados en el análisis.

Con lo anterior dicho, se presentará a continuación los códigos que ha establecido antes de realizar en análisis, dicha construcción de los códigos se elabora a partir de lo expuesto en el marco teórico.

Categoría	Código
Felicidad	Definiciones de felicidad
	Logro de felicidad
Gobierno	reglas emocionales

Calidad del diseño

Criterio de credibilidad:

Esto significa que los recursos técnicos utilizados permitan resguardar la confianza de la investigación y además es ver que los resultados de la investigación son resultados verdaderos (Selgado, 2007), para garantizar este criterio se hará una lectura detallada de cada libro, tomando apuntes y notas para garantizar que los resultados producidos son en base a la verdad y el máximo rigor científico.

Criterio de confirmabilidad o auditabilidad:

El siguiente criterio quiere decir, “se trata de la habilidad de otro investigador de seguir la pista o la ruta de lo que el investigador original ha hecho” (Selgado, 2007, pág. 75). En otras palabras si la investigación puede ser replicada por otros investigadores que desean tratar en mismo tema u otro similar. En este sentido para garantizar que dicho criterio se cumpla, es aquí donde el marco metodológico cobra importancia vital para este criterio, debido a que en dicho marco se especifica las razones metodológicas detrás de la investigación de forma clara, además se especifica la manera de selección de los libros y las fuentes teóricas a usar, todo lo anterior para que, tanto el lector de esta tesis, como futuros investigadores puedan replicar esta investigación o inspirarse para realizar una investigación similar.

Criterio de transferibilidad o de aplicabilidad:

“La transferibilidad o aplicabilidad, “se refiere a la posibilidad de extender los resultados del estudio a otras poblaciones” (Selgado, 2007, pág. 75).

Consideramos que este criterio se cumple al momento de realizar el análisis de los datos y finalmente las conclusiones, es sólo en esa etapa cuando podemos considerar si los resultados son extrapolables a otras realidades sociales.

Condiciones éticas:

En consideración a que no se realizará encuestas, entrevistas, *focus groups* ni otras técnicas en las que estén terceros comprometidos, sino más bien se analizarán libros, las condiciones éticas girarán en torno a los textos mismos.

1) No se inventará datos, citas ni otro tipo de inventos que hagan que los resultados obtenidos en de la investigación sean incorrectos o estén teñidas según mi ideología política y/o postura moral.

2) Se aplicará la técnica señalada con el máximo de rigor para evitar errores en la investigación.

3) No se hará ningún tipo de plagio.

Análisis y resultado de los datos

En el siguiente capítulo se presentará el análisis y los resultados que se ha obtenido a partir de la codificación de los libros de autoayuda. Lo anterior permitió descomponer el libro en unidades para lograr captar las maneras de conducción presentes en los libros de autoayuda. Primero se presentará una breve descripción de los libros de autoayuda analizados, luego se escribirá sobre las definiciones de felicidad y las maneras de alcanzarla, para finalmente relacionar los conceptos de felicidad con conducción de conductas.

Estructura de los libros de autoayuda analizados

A continuación se realizará una descripción de los libros de autoayuda analizados, lo anterior para que el lector tenga una idea general de las características de los libros estudiados.

Primero que todo, notamos que los tres autores son psicólogos. Algo que no es sorprendente, ya que muchos de los *best sellers* en libros de autoayuda son precisamente escritos por psicólogos o jefes de empresas o personas relacionadas con algún área de negocios. Por ejemplo el autor de *Tus zonas erróneas*, Wayne Dyer, es un psicólogo, el autor del *best seller* *Los siete hábitos de gente altamente efectiva*, Stephen Covey tiene una estrecha relación con el ámbito de los negocios al estudiar y tener una maestría en administración de empresas.

Lita Donoso, autora del libro, *El Método*, es psicóloga clínica; Ignacio Fernández, autor del *GPS Interior* es Psicólogo organizacional, y está muy relacionado con el área empresas; y finalmente Marcela Lechuga, autora de *Arriesgarse a vivir*, también es psicóloga clínica.

Los psicólogos tienen una cierta hegemonía en cuanto a escribir libros de autoayuda. Lo anterior es concordante con lo que Rose, (1999) escribe sobre las ciencias “psy” (psicología y psiquiatría), en que dichas ciencias “psy” tienen una particular importancia en la construcción de “sujetos gobernables”⁴¹. Gobernar una población requiere de conocimientos de distintos tipos de esa población. En este sentido las ciencias “psy” han constituido una fuente de información relevante para conocer las características de dicha población. “La psiquis humana se ha

⁴¹ Governable subjects (Rose, 1999, pág. VII).

convertido en un posible dominio para un gobierno sistemático hacia fines sociopolíticos”⁴² (Rose, 1999, pág. 7).

Es relevante mencionar que los capítulos de dichos libros son en general breves, varían entre 2 a 4 paginas. Razón por la que podemos decir que son libros de consumo fácil. Se pueden leer en cualquier momento o en apuros debido a que cada capítulo es breve. No se requiere una mayor concentración debido a que las ideas son simples de captar y por lo general se repiten, asegurando la máxima comprensión del lector.

El libro *El Método*, constituye una especie de relato de vida de la autora, debido a que principalmente usa su experiencia de vida, para relatar cómo llegó o en palabras de la autora cómo le fue revelada esta técnica. Lo anterior se relaciona con lo que Papalini (2006) escribe sobre las maneras de transmisión del conocimiento en los libros de autoayuda, dentro de las cuales esta el relato biográfico del autor o autora para transmitir el conocimiento.

Sin embargo, el *GPS Interior* y *Arriesgarse a vivir*, no presentan esta forma para transmitir el conocimiento, el *GPS Interior*, está escrito tal como se redactaría un ensayo, apoyándose en esquemas para facilitar la comprensión. *Arriesgarse a vivir* por su parte también presenta esta forma de ensayo, pero debemos destacar que utiliza refranes o cuentos populares de diversas regiones como un mecanismo para la transmisión de las ideas, junto con lo anterior la autora también de vez en cuando escribe sobre una vivencia personal para destacar una idea.

En resumidas cuentas de los libros analizados, los autores utilizan la auto biografía, el ensayo y los refranes o cuentos para la transmisión de las ideas, se destaca el uso de investigaciones científicas para justificar lo que ellos escriben. Dichas investigaciones nunca son citadas de la manera en que se cita en una memoria, sino más bien son mencionadas dentro de lo que escriben. Dicho lo anterior, el *GPS Interior* y *Arriesgarse a vivir* utilizan investigaciones científicas citadas en la bibliografía. Dichas investigaciones son del área de estudio de la psicología.

Como se ha mencionado anteriormente dos de los libros analizados (*El GPS Interior* y *Arriesgarse a vivir*) contienen una bibliografía, mientras que *El Método* no. La razón para esto es la naturaleza de dicho libro, o la manera en la forma que se ha escrito. Como mencionamos anteriormente *El Método* es una especie de auto biografía. Pero más importante que esto es que *El Método* es un

⁴² Traducido de “The human psyche itself has become a domain for systematic government in pursuit of sociopolitical ends” (Rose, 1999, pág. 7).

libro que utiliza principalmente el misticismo como mecanismo de argumentación, a diferencia de los otros dos que basan su argumentación en ciertos estudios científicos con refranes o cuentos populares, y hasta en ciertas ocasiones, como ocurre con *Arriesgarse a vivir*, se utiliza canciones para reforzar un punto. En fin, son diversos los mecanismos a los que recurren los autores para justificar sus métodos de logro de la felicidad.

Caracterización de las definiciones de felicidad en los libros de autoayuda

En este sub capítulo, se tratará el primer objetivo específico. Lo primero que se debe mencionar es que en dichos libros no contienen una definición clara de lo que se entiende por felicidad. Más bien se debe hacer un ejercicio de deducción para llegar a la definición o que él/la autor(a) entiende por tal. De los libros analizados, solo uno (*El GPS Interior*) contiene una definición y un capítulo dedicado a la felicidad. Mientras que *El Método* y *Arriesgarse a vivir*, si bien no hablaban de felicidad directamente si trataban temas relacionados con el bienestar, malestar y efectos de seguir lo que se recomienda en los libros.

Es a partir de este ejercicio, de revisar los ámbitos de bienestar, malestar y efectos de realizar lo que dicen estos libros de autoayuda, desde donde se puede desprender o deducir las definiciones de felicidad.

En relación con lo anterior a continuación se presentarán las citas que complementarán lo anteriormente dicho, dichas citas nos darán luces para conocer las definiciones de felicidad en dichos libros.

Todas las personas estamos en búsqueda de una vida mejor. Queremos ser felices, disponer de mayor abundancia, decidir nuestro tiempo a aquellas cosas que nos producen satisfacción y alejarnos de lo que nos interesa, nos hace sufrir o nos empobrece (*GPS Interior*, pág 17).

Tal como se señaló en el planteamiento del problema, la felicidad es algo que todos desean alcanzar, se destaca que la palabra abundancia está presente en el párrafo anterior, notándose que la felicidad implica el tener más, no se especifica si dicha abundancia es material o inmaterial, lo importante es la abundancia.

Despertar a un nuevo paradigma donde lo humano, la tecnología, la ciencia, la religión, los sueños, estén dirigidos al mayor bienestar de todos (*Arriesgarse a vivir*, pág 155).

Lo anterior parece ser concordante con lo que plantea Unanue, (2014) y lo expresando por Pincheira I., (2013) en el sentido que existe una preocupación de los gobiernos de hoy de interesarse por la felicidad, este nuevo paradigma, señala Unanue, tiene que ver con tomar en cuenta que “el capital humano sea más importante que el capital físico y que el financiero” (Unanue, 2014, pág. 59).

La mayoría de las personas creen hoy que la felicidad consiste en breves momentos emocionales[...]se piensa que como no es posible sostenerla, los periodos buenos y beneficiosos tienen que ser seguidos por momentos malos y oscuros (GPS Interior, pág 62).

Destacamos aquí una aproximación a una definición de felicidad y es que dicha felicidad puede ser mantenida a través del tiempo, no es algo efímero, de hecho, como afirma el autor, el pensamiento en torno a que la felicidad no puede ser mantenida siempre, parece ser un pensamiento arraigado en las personas.

La felicidad no es efímera. Se construye en un estado permanente para una persona según como se maneje en gestionar sus afectos, mantenerse en armonía interna y por supuesto, en su propia concepción de la felicidad (GPS Interior, pág 62).

En relación con el marco teórico, se expresa que la felicidad depende del individuo, es decir, se aleja de un concepto de suerte con respecto a la felicidad, para destacar que es el individuo y su capacidad de *gestionarse* lo relevante para alcanzar la felicidad, también se señala que cada individuo construye su propia concepción de felicidad, es el agente y sólo el agente el responsable de su felicidad.

Sin embargo, la siguiente cita parece contradecir lo anterior, con respecto a lo efímero de la felicidad.

Nada, ni dolor, ni sufrimiento, ni felicidad pueden durar eternamente en el mismo estado (Arriesgarse a vivir, pag 102).

Es una oposición a lo mencionado anteriormente, ya que se indica que no solamente es imposible mantener la felicidad sino que además absolutamente nada dura para siempre. Lo anterior es relevante debido a que lo planea la autora en su libro, es que debemos aceptar las circunstancias tal como se dan, arriesgarse a vivir, implica por un lado dejar el miedo de hacer cosas y por otro aceptar las cosas que nos ocurren.

Por otra parte, El Método señala que existe un componente divino de la felicidad, que hemos olvidado, señala la autora, y producto de dicho olvido, sufrimos.

Hemos vivido por demasiado tiempo esclavo de nuestras limitaciones del dolor, el sufrimiento, la culpa y la muerte, aceptándolos como hechos inevitables de la vida humana. Peor sobre todo hemos olvidado nuestro origen divino, separándolo de la fuente dadora de toda vida. Es momento de corregir el error (El Metodo, pag 43).

El sufrimiento, todo sufrimiento, viene del olvido de la “fuente”⁴³, aquí existe una concepción mística de la felicidad. En efecto, el libro entero tiene un enfoque místico. La felicidad es, en este sentido, reconectarse con esta fuente que nos da cierta divinidad.

Se piensa que la felicidad es un resultado de nuestros actos o de las relaciones que establezcamos con otros, es decir, como un output en el proceso de la vida. Pero los que meditan constatan que la felicidad es un estado anterior al actuar en el mundo que se logra en conexión con la fuente superior o de la luz. Seria, entonces, un input al proceso de la vida, una predisposición interna antes que un resultado externo (GPS Interior, pág 54).

Como se constata en la cita anterior, se puede observar que la felicidad está definida como algo que está dentro del individuo, aquí debe el individuo buscar dentro de sí para lograr la felicidad, sin importar los factores externos que puedan alterarlo.

Son mi disposición, mi sentimiento y la calificación de mi acto de entrega que lo convierte a una acción en un acto feliz. Si bien la felicidad se manifiesta mayoritariamente en relación a lo que hago por algo o alguien, también se expresa cuando actúo amorosamente hacia mí mismo (GPS Interior, pág 62).

Una concepción individualista de la felicidad se puede leer, parece ser que factores externos no aparecen o no son relevantes en la conformación de la felicidad, la felicidad es algo que se vive y se logra de manera individual.

Desde esta nueva concepción, postulo que la enfermedad no es más que toda experiencia que impide la manifestación de nuestra filiación divina hacia la realización total del ser. La manifestación de lo que conocemos como enfermedad es el resultado de este olvido de nuestra filiación divina. Es por tanto una verdadera oportunidad para recordar quienes somos y desde ahí iniciar el proceso de autosanación...Alkymia es el método específico para resolver el tema de la enfermedad (El Método, pág 130).

Cita que nos da una gran pista hacia una concepción de la felicidad, primero que todo la autora nos señala que el método alkymia es para tratar la enfermedad. Esto nos da una pista en relación a que la felicidad sólo se puede lograr para aquellos que no están enfermos. La enfermedad impide la felicidad, no permite la realización total del ser. Lo anterior, es una segunda pista para una

⁴³ La fuente es el Todo, el Padre/Madre o Dios, según señala la autora de El Método.

concepción de felicidad, la realización del ser. Aquel que se desarrolla, que logra hacer más finalmente es un ser feliz. La misma cita nos resuelve qué exactamente es esta realización del ser, es finalmente aquel que logra reconectarse con su filiación divina. Lo anterior resulta importante pues la felicidad se eleva a algo divino, ya que sólo aquellos que aceptan su propia divinidad lograrán la felicidad. Notamos aquí una concepción mística de la felicidad.

Si bien el método alkymia está diseñado para impedir la enfermedad, notamos otras funciones del método y por ende otros factores de la felicidad:

En ese espacio interdimensional es posible deshacerse de todos los lastres que impiden la felicidad: miedos, campos emocionales alterados, ego ingobernable, entre otras. También es un lugar en que podemos resolver problemas y dudas a las que no tenemos acceso por vías del entendimiento humano (El Metodo, pág 148).

La felicidad, señala la autora, es estar sin miedo, sin ego y tener emociones positivas, sin embargo el método alkymia funciona para cosas que están más allá del entendimiento humano, en este sentido la felicidad también es algo inmaterial. No sólo lo material basta para ser feliz, sino que debemos trabajar en nuestro “espíritu”.

Podríamos considerar que 2,9 es el número de la felicidad. Este 2,9 matemático es el punto de inflexión de la felicidad humana. Aquellos que gestionan sus afectos y emociones cotidianas, y logran mantenerlas sobre ese número, se abren a la experiencia de florecimiento humano: muestran buenos resultados externos, disfrutan de una sensación interna de bienestar y satisfacción, se mueven en la plasticidad conductual y amplitud de nuevos comportamientos y exhiben una acentuada resiliencia (GPS Interior, pág 134).

La cita anterior nos da pistas para una conceptualización de la felicidad. Primero que todo, la felicidad es algo cuantificable, algo que se puede medir con el número 2,9, si bien el autor plantea que dicho número es el de la felicidad, pero qué exactamente significa este 2,9, ¿qué es lo que nos quiere decir?

Aquí el autor utiliza un estudio de Marcial Losada, creador de la “Losada Line”, Losada investigando grupos de alto desempeño, llegó a la conclusión que a partir de este número, es cuando el grupo actúa con alto desempeño. Este número se calcula a partir de la cantidad de conectividad que los individuos del grupo tienen y la tasa P/N (tasa positividad / negatividad). Lo que podemos observar es cómo la lógica organizacional traspasa los límites de la propia disciplina para predecir y llegar a un cálculo matemático de la felicidad, del número 2,9 o más se alcanza la felicidad.

Otro factor que parece tener relación con la felicidad es la plasticidad conductual. Ser como plástico, poco rígido y aceptar las cosas es un discurso bastante arraigado en la literatura de autoayuda y constituye no solamente una manera de alcanzar la felicidad, sino que la felicidad misma es entendida a partir de este comportamiento plástico o poco rígido.

El autor nombra también la resiliencia como una característica de una persona feliz, la resiliencia entendida como la capacidad de las personas para superar un evento traumático, es también otro punto de importancia. El individuo debe modificar su comportamiento y emociones para lograr dicha resiliencia.

Maneras de lograr la felicidad

De los libros de autoayuda leídos, se ha determinado que existen varias maneras de lograr la felicidad. Sin embargo, resulta importante mencionar que en dos de los tres libros, existe una manera “central” de lograrla, de los cuales se desprenden maneras complementarias para alcanzar la felicidad. La figura del árbol es una figura que nos permite representar de una manera figurada lo anteriormente dicho, dos libros (El Método y El GPS Interior) contienen una manera central de alcanzar la felicidad, en este sentido constituyen el tronco del árbol, mientras que las maneras complementarias representan las ramas del árbol.

Como se verá a continuación, estas maneras de lograr la felicidad constituyen la razón por la que se escribió el libro, son las maneras a través de la que el individuo, si es que lograr seguir lo explicado por el autor, al pie de la letra, logrará sanarse, encontrarse, y finalmente alcanzar la felicidad.

Se explicará los métodos presentes primero en los libros El GPS Interior y El Método, para luego mostrar las maneras de alcanzar la felicidad en Arriesgarse a vivir.

En el fondo, lo que nos preguntamos es dónde está la verdad para mi vida. Hay dos caminos posibles: buscar afuera o buscar adentro [...] Si busco adentro, es porque reconozco que he sido regalado con un sabio interno que conoce “mi verdad” y que está conectado con lo superior [...] Este sabio toma la forma de un buscador interior que me orienta en funciona de lo que es mejor para mí. Es un GPS Interior que me ayudara más que nadie, porque da cuenta de la verdad en mí (GPS Interior, pág 18).

Como podemos ver, la búsqueda de la verdad, es algo que se realiza en el interior de la persona, el individuo debe por lo tanto concentrar sus esfuerzos para conocer su interior, solamente ahí llegará a la verdad, en este sentido, se nos

adelanta que la manera de buscar la verdad dentro de uno es usando algo que el autor llama el GPS Interior.

Sin embargo, pese a que en la página 18 se indica que debemos buscar en nuestro interior para lograr la verdad, en la página 22 se sostiene algo curioso “la mente por sí misma no sirve para direccionar positivamente la vida personal” (GPS Interior). Si bien la manera de alcanzar la verdad es mediante la conexión con nuestro interior, si la mente no es el instrumento para direccionar la vida, ¿cuál es ese instrumento? Sin lugar a duda es el GPS Interior, algo que parece trascender incluso a la mente misma.

Ya hemos mencionado suficientemente al GPS Interior, debemos por lo tanto, decir qué es el GPS Interior,

El GPS Interior es un sensor personal que funciona igual que el dispositivo electrónico de los autos, ese sistema de posicionamiento satelital que muestra el camino, da respuesta, nos ubica en el mapa (GPS Interior, pág 21).

El GPS Interior es una instrumento imaginario que el lector utiliza para encontrar el sentido a vida o saber dónde se encuentra.

El GPS Interior indica la posición respecto de ese referente que yo he definido para mí y muestra la dirección a seguir. Opera como orientador, maestro personal y voz interna de la visión sabia y consiente (GPS Interior, pág 21).

El punto clave aquí es que la persona misma es quién finalmente define la dirección a seguir, aunque el autor si da ciertas pistas para brindar al lector una dirección a seguir, con un lenguaje marcadamente empresarial, como veremos pronto, el sujeto debe conducirse como empresario.

Cómo nos conectamos o activamos el GPS Interior, es algo bastante simple de hacer, como veremos a continuación:

Necesitas practicar alguna metodología diaria que te conecta con tu GPS Interior y te permita “escuchar” las guías internas para avanzar. Las metodologías de innovación personal que iremos revisando son simples y sencillas, de alto poder liberador de las potencialidades propias (GPS Interior, pág 19).

El autor no nos indica en el libro qué metodología nos sirve para conectarnos con el GPS Interior, deja que el lector escoja la metodología, sin embargo nos llama la atención la frase innovación personal, palabra de origen empresarial. ¿Qué exactamente es la innovación personal? “A todo lo que tiene que ver con el cambio de uno mismo lo llamamos innovación personal” (GPS Interior, pág 13). En este sentido, la acción, siempre y cuando esta sea para

cambiar algo de uno mismo es innovación, por lo que, el GPS Interior es una parte de la innovación.

La innovación personal se inicia con algún disparador de cambio que saque a la persona de la comodidad de su rutina. La sensación y conciencia de estar frente a este activador produce un quiebre. El disparador puede ser de carácter negativo o positivo (GPS Interior, pág 34).

Lo anterior resulta importante pues se relaciona con lo visto en el marco teórico sobre los libros de autoayuda de que estos tienen un test, recordemos que este test es el enganche que realiza el libro para captar la atención del lector. En relación a lo anterior, el autor plantea que la innovación ocurre cuando exista un cambio que saque a la persona de su zona de comodidad.

Esta zona de comodidad (que por lo demás es muy frecuente en la literatura de autoayuda) es una zona donde teóricamente puede pensarse como el quedarse haciendo la misma cosa siempre, es decir, no realizar cambios, no estar innovándose, en fin es la rutina. La innovación por lo tanto, es fundamental para todo ser humano que desee un cambio, hay cambio si es que hay innovación. Esto resulta relevante si lo relacionamos con las formas actuales de gobierno que de alguna manera gobiernan sobre el flujo y el movimiento, la rutina o la zona de comodidad representan el molde, lo fijo.

La innovación personal emerge de la práctica cotidiana y sostenida de alguna metodología que permita el contacto de la persona con su GPS Interior y la ayuda en el despliegue de la energía positiva individual (GPS Interior, pág 34).

La innovación personal surge cuando el individuo practica algo que permita activar el GPS Interior, el autor en ninguna parte del libro sugiere qué metodología ocupar. Señala actividades como trekking, yoga, salir a trotar, la meditación, etc. como metodologías que nos sirvan para conectarnos con el GPS Interior, sin embargo, esto es solamente un primer momento de activación, debido a que si bien puedo practicar lo anteriormente dicho u otras metodologías, lo importante es lo siguiente:

Lo primero es aprender a conectarme. Eso se hace mediante cualquier técnica que activa la traída de conexión: mente en silencio, cuerpo centrado y emociones tranquilas (GPS Interior, pág 27).

Observamos un ejemplo claro de conducción de la conducta del individuo, aquí estamos ante una regla emocional, el individuo para activar su GPS Interior, debe realizar tres pasos, silenciar su mente, centrar su cuerpo y tranquilizar las emociones. Si bien el autor intenta “esconder” o mantenerse neutro frente a la

metodología a usar, y por lo tanto, dando un cierto grado de agencia al lector, sigue guiando al lector. Al escribir que debe necesariamente tener la mente en silencio, cuerpo centrado y emociones tranquilas, constituye en un espacio donde claramente se manifiesta una regla emocional.

Descrito qué es el GPS Interior, se considera necesario indicar las funciones de este GPS Interior, qué beneficios trae activar el GPS Interior aparte del logro de la felicidad y mejorar la vida de quién lo activa, veámoslo a continuación:

- 1) *Se sintoniza con emociones positivas.* Sin activar este GPS, aparecen las emociones “inferiores” que se sitúan según el autor en nuestro plexo solar. Las emociones negativas se localizan en la zona estomacal, esto es así debido a que nos enfermamos con rapidez cuando estamos con energía negativa, y precisamente nos enfermamos en esa zona.
- 2) *Al activar el GPS Interior, se dejan las emociones negativas y círculos viciosos.* “Cuando uso este instrumento, pienso con más lucidez, mi conciencia visualiza mejor y comienzo a distinguir patrones de conexión entre los fenómenos que antes no veía” (GPS Interior, pág 24).
- 3) *Muestra el camino ante lo incierto y permite que actuemos con certeza.* Al activar el GPS Interior señala en autor, nos creamos un ambiente propicio para la búsqueda de respuestas. “La certeza se devela y las respuestas aparecen” (GPS Interior, pág 25).
- 4) *Atrae oportunidades.* La cita a continuación es muy ilustrativo de como existe un componente místico, el mismo componente que se verá en el libro de El Método.
Cuando estoy en un nivel de alta positividad, con ideas lucidas y una corporalidad tranquila, mi conducta es armónica y más inteligente, por lo que la vida me ofrecerá más oportunidades (GPS Interior, pág 25).
- 5) *La persona se vuelva más efectiva.*
- 6) *El GPS Interior activa mecanismos de autosanación.* El autor señala que el GPS Interior hace que el cuerpo actúa de una manera óptima.
- 7) *Facilita la conexión con lo superior.*

Como se puede leer, la activación del GPS Interior parece sanar al individuo de pensamientos negativos, enfermedades físicas y hasta crear oportunidades de la nada. Este componente místico presente en el libro, no es extraño, ya se ha mencionado que los autores utilizan recursos científicos, pseudo-científicos o místicos como recursos argumentativos.

La activación del GPS Interior tiene efectos en la emoción, en este sentido, el lector debe necesariamente activar su GPS Interior para obtener los beneficios que señala el autor, como podemos leer, estamos presente a un conjunto de reglas emocionales que el lector debe seguir si es que realmente desea sanar, pero aparte de las reglas emocionales, resulta importante mencionar que existe un trabajo sobre la emoción, es decir un trabajo emocional. El lector debe modificar sus emociones para seguir las reglas, en este sentido, el trabajo emocional se basa en dichas reglas y éstas, garantizan al lector, la felicidad.

Finalmente mediante la activación del GPS Interior que logramos darnos cuenta si efectivamente vamos por “el buen camino”

El GPS interior, como sensor de la propia sabiduría interna, nos dirá si estamos en la senda correcta del auto maestría y si la metodología específica que conocemos o la técnica que aprendimos nos conducirá a mejores respuestas para la vida (GPS Interior, pág 47).

Realizado el análisis del libro GPS Interior, iniciaremos el análisis del libro El Método describiendo la forma en la cual la autora nos dice cómo lograr la felicidad. Este libro como ya se ha mencionado constituye una autobiografía, donde la autora explica cómo “llegó” o cómo le fue “relevado” el método. Lo que la autora llama “el método”, es en realidad un método que ella ha llamado alkymia, dicho método tiene como objetivo la activación de la glándula pineal. Dicha activación como veremos a continuación constituye la forma en la cual el individuo logra resolver sus problemas, sanarse de enfermedades y alcanzar la felicidad. Aparte de la activación de la glándula pineal, otra gran diferencia de este libro con respecto a los otros es que éste es un libro completamente místico. En efecto, al comienzo del libro existe un glosario de términos para que el lector se pueda ir familiarizando con las palabras que utilizará la autora. Comencemos el análisis.

Encontraremos en este libro las claves de activación de un modelo creativo inherente a cada ser humano (El Método, pág.18).

Tal como en el libro anterior, se apela a que el individuo posee algo que debe descubrir, y además algo que cada ser humano posee, debe realizar una serie de pasos que veremos luego para lograr la activación de la glándula pineal. Lo curioso es que la autora decide mostrar los pasos para la activación de la glándula pineal al final del libro.

Si bien este método es inherente a cada ser humano, la activación de la glándula pineal es una actividad individual que recibe el nombre de auto terapia.

La autoterapia es una técnica de autosanación basada en la activación del centro pineal-pituitaria o glándula pineal (El Método, pág 31).

Surgió una metodología de autosanación basada en el desarrollo de un potencial oculto, perfecto e ilimitado que nos pertenece por herencia y a través del cual podemos devenir en los verdaderos dioses y diosas que somos. Estaba viviendo mi propio milagro y debía compartirlo con el resto (El Método, pág 76).

Cita importante pues revela lo esencial del libro, es un libro místico sin embargo tal misticismo posee tñes de un misticismo egoísta, donde el sujeto es responsable de todo lo que le ocurre. Referirnos a dioses o diosas de alguna forma es una pista del componente individualista presente en el libro.

Se ha hablado suficiente de la glándula pineal, consideramos importante referirnos a qué exactamente es esta glándula, veámoslo a continuación. La glándula pineal se sitúa en el centro del cerebro y tiene el tamaño de una lenteja. Esta glándula es la encargada de secretar la hormona melatonina, hormona que incide en el mantenimiento de la juventud, el sistema inmunológico y los ritmos del sueño. Las funciones energéticas de la glándula, se conocen en todas las religiones señala la autora.

Como nos damos cuenta, a diferencia de lo que ocurre con el GPS Interior -que es algo inmaterial, abstracto que debe activarse- esta glándula es algo que físicamente existe y está en nuestro cerebro.

A continuación se explicará de manera breve cómo exactamente se activa la glándula pineal.

Primero que todo el individuo debe sentarse con la espalda recta en una silla y relajarse, debe poner la atención en su centro pineal y debe mandar una orden a que éste se active. Cuando se activa esta glándula, el lector debe imaginar que una luz empieza a irradiar de dicha glándula y dicha luz comienza a cubrir los dos hemisferios del cerebro. Posterior a eso, debemos imaginar cómo dicha luz, es un arcoíris que empieza a envolver nuestro cuerpo y nos conectamos con lo que la autora llama “la fuente⁴⁴”. Luego de esta conexión con la fuente, el lector se prepara para recibir la luz-amor, aquí se imagina que rayos amarillos y rosado bajan del centro pineal hasta su corazón, junto con lo anterior debe inhalar dichos rayos. Luego, debe imaginar que los rayos de arcoíris pasan por los brazos y salen de los dedos. Para finalizar, debe “sellar” esta activación, imaginado que una luz violeta recorre y rodea el cuerpo.

⁴⁴ La fuente básicamente es Dios según señala el libro.

El libro *Arriesgarse a vivir* es distinto de los otros libros, en primer lugar, se aleja de concepciones místicas y segundo no presenta un método central para el logro de la felicidad o la resolución de problemas, sino que presenta varias maneras de cómo lograr la superación de los problemas.

Lo importante es, en primer lugar, reconocer el miedo, y, en segundo lugar, ponerle apellido, es decir, conocer a qué se tiene miedo, porque el miedo puede proteger, acompañar, pero el miedo al miedo es la angustia, la ansiedad, la ansiedad ciega, paralizante, amenazante, destructora (*Arriesgarse a vivir*, pág 57).

Como se puede leer se observa un manejo de la emoción, en este caso la emoción a manejar es el miedo, el miedo en sí parece no ser algo negativo, sino que depende de la forma en la cual el individuo maneja la emoción. Es muy recurrente en los libros de autoayuda que el individuo debe manejar o gestionar su emoción de una manera privada. Lo anterior, constituye una forma de resolver un problema, en este caso el miedo, si bien, no señala cómo tener menos miedo, sino más bien indica que debemos realizar una introspección para saber a qué exactamente se le tiene miedo, es a partir de este acto, que se logra superar el miedo.

El siguiente método a analizar tiene que ver con los niveles de complejidad, dichos niveles de complejidad tienen la función de ubicarnos en la vida. La autora utiliza la metáfora del barco que va de viaje para ilustrar lo anterior, primero que todo se debe revisar que tenemos todo lo necesario para embarcarnos en el viaje.

Niveles de complejidad (*Arriesgarse a vivir*, pág 69 – 72):

- 1) Cuando tenemos dudas de nuestros recursos para enfrentar un reto, pero dicho reto no es visto como una amenaza se produce un estado de tensión operacional y emocional.
- 2) Cuando la situación es valorada como una amenaza y dudamos de nuestras posibilidades para enfrentarla (inseguridad) afectando nuestro autoestima, surgen los estados de ansiedad situacional, caracterizada por vivencias de miedo y expectación del peligro.
- 3) Cuando tenemos la convicción de que no podemos resolver la situación de ninguna manera, predominan las vivencias de tristeza, desesperanza y desamparo, mientras se atraviesa el proceso de duelo.
- 4) Cuando empiezan a entrar en conflicto necesidades importantes y dudamos de nuestras capacidades concretas para solucionarlas, con tendencias contradictorias en nuestra autovaloración, se manifiestan vivencias de miedo, desconfianza, irritabilidad, inseguridad y disforia.
- 5) Cuando emergen necesidades contradictorias, con una convicción absoluta de incapacidad para afrontarlas, que se generaliza a todos las áreas de nuestra vida, no solamente nuestra autoestima se ve afectado, sino también nuestra autovaloración.

Como se puede leer en las citas anteriores, los niveles de complejidad corresponden -aparte de ser un guía para identificar donde uno se encuentra-, a un mecanismo para el análisis de la situación en relación a los problemas. En este sentido, este mecanismo permite evaluar si se poseen las competencias necesarias para enfrentar una situación. De lo contrario, la autora escribe las consecuencias de no poner enfrentar la situación. Aquí observamos un modelo clásico en las sociología de las emociones, donde para una situación “h” pueden surgir “m,q,p” emociones. En este caso, la no resolución de una situación, en relación con nuestras competencias hará que surja la emoción.

La autora luego presenta los niveles de aprendizaje, señala que cada individuo ha pasado por dichos niveles en la vida, representa otra forma del cual el individuo se observa en base a criterios establecidos por la autora del libro.

Incompetencia inconsciente: No sé qué no sé. Ignorancia.

Incompetencia consciente: Sé que no sé. Darse cuenta que tengo algo que aprender.

Competencia consciente: Sé que sé. Desarrollar las competencias.

Competencia inconsciente: No sé qué sé. Dominio de nuevas competencias (Arriesgarse a vivir, pág 84).

Nuevamente la autora presenta un modelo para la observación del comportamiento del lector, ello tiene que ver con qué tan consciente se es de los conocimientos que uno posee, conocer el nivel de competencia que tenemos nos permite saber qué debemos hacer. Como se puede observar, las reglas emocionales aparte de servirnos como guía para la conducción de la emoción, nos permiten dar pautas de comportamiento.

Tal como se ha mencionado anteriormente, existe un método central en la manera de lograr la resolución de problemas y el logro de la felicidad. En efecto, de los libros analizados, corresponden estos a la activación del GPS Interior y al método alkyimia.”. Sin embargo, en este estudio se identificó formas complementarias que de igual manera son imperativos que debe cumplir el individuo si es que el desea alcanzar la felicidad o resolver algún problema que lo aqueja. No corresponden a lo central del libro, pero más bien representan pequeños consejos o sugerencias que aun así resultan importantes para lograr la felicidad y la resolución de los problemas. De hecho, estos métodos complementarios de felicidad son bastante importantes, no por ser

complementarios dejan de ser importante para la conducción de la vida interior del individuo. Se puede considerar que estos métodos complementarios le dan consistencia al método central. Veamos los métodos complementarios a continuación.

El liderazgo ha sido visto como un conjunto de técnicas y herramientas para influir en otros. Ese es el segundo paso. El primer paso es entender que el liderazgo es una forma de encarar la vida que deriva en mi modo de entender y actuar en el mundo. El liderazgo es reflejo de quien soy, lo que creo y lo que hago (GPS Interior, pág 17).

Como se puede observar, primero se define qué es un líder, sin embargo, no basta con eso, no basta con saber dirigir, ser líder implica realizar una serie de cambios a quién uno es.

Sostenemos que los líderes emergen desde el interior de cada uno, por la necesidad de transformar el mundo y acercarlo hacia esa verdad que vive dentro de mí (GPS Interior, pág 19).

La interioridad del sujeto es el espacio del cambio, si bien, como se ha mencionado en las formas centrales de lograr el cambio, que plantean mecanismos que son de alguna forma “exteriores al individuo”, por ejemplo, el GPS Interior y método alkymia. Notamos de manera explícita que el cambio ha de surgir del interior, y no sólo cambiar viene de mí sino que la verdad está dentro de mí.

Si liderar consiste en movilizar a las personas en momentos de incertidumbre y tensión, es esencial entender que ese movimiento tiene que ver con la energía personal y las emociones, esas que son conducidas por el GPS Interior (GPS Interior, pág 109).

Aquí se establece el nexo entre el GPS interior y el liderazgo, un individuo que es un eficiente líder, es capaz de conectarse y seguir su GPS Interior. Además de ello debe gestionar, coordinar y movilizar los GPS Interiores de los otros individuos.

Sin líderes no habría respuestas ni soluciones, no existirían caminos para la superación y el emprendimiento, no nacerá iniciativas de gran envergadura y no surgirían sueños por los cuales luchar y trabajar (GPS Interior, pág 127).

La figura del líder es endiosada, ser líder no solamente implica saber gestionar a las personas y tener una adecuada gestión de sí mismo, sino además es poseer las capacidades de resolver problemas y seguir los sueños. En la cita anterior, notamos claramente un perfil empresarial, el sujeto se debe empresarializar para lograr ser un líder. De hecho, con la cita anterior queda

bastante claro el nexo entre líder y empresario. El líder es un constante emprendedor y rompedor de las reglas.

Habiendo mencionado el método complementario del líder, veremos a continuación otro método relacionado con esta lógica empresarial, veamos la siguiente cita:

La invitación es a trasladar esta lógica organizacional al mundo individual para diseñar un *balanced scorecard* personal (GPS Interior, pág 57).

Esta cita es importante pues hace explícitamente referencia a que el individuo debe cambiar su visión y ver las cosas desde una lógica organizacional / empresarial. La *balanced scorecard* personal es una técnica de evaluación organizacional usada en las organizaciones para medir el desempeño de éstas. Este *balanced scorecard* personal es una técnica complementaria a la activación del GPS Interior señalado por el autor, pero sigue siendo un dispositivo de conducción de conductas. Para realizar dicho *scorecard*, el individuo tiene que realizar una introspección de su conducta para ajustar dicha conducta y emoción a las técnicas de este *balanced scorecard* personal.

Un paso esencial para ser protagonista de la vida es encargarse de la gente negativa que nos rodea (GPS Interior, pág 75).

La anterior cita es relevante pues nos muestra una dicotomía muy presente en la evaluación de la conducta y las emociones del individuo. Dichas dicotomías se estructuran a partir de opuestos. Por un lado un polo positivo o lo bueno y por ende el comportamiento deseado y por el otro lado, el polo negativo, lo malo o el comportamiento y emoción no deseado o el comportamiento típico de la persona antes de la lectura del libro. Sin embargo sea cual sea la dicotomía usada por el o la autora siempre estarán en base a lo positivo y lo negativo. Algunas dicotomías presentes en los libros de autoayuda son: El positivo – el negativo; El independiente – el dependiente; El protagonista – El no protagonista; El emprendedor – el dejado. La segunda palabra es siempre algo que debe evitarse, es la causa, por lo general, de nuestros problemas. En la cita se puede observar la incitación a ser un protagonista de la vida, es decir, a tomar el control de la vida.

A continuación se presentará una serie de citas que nos mostrarán una forma complementaria de lograr la felicidad y superar los problemas, se optó por presentar las citas de inmediato en vez de ir explicarlas una por una, a fin que el lector pueda tener una visión global a lo que se hará referencia después de las citas.

Al poco tiempo me había llegado toda la información necesaria, el ejercicio esta descrito en este libro tal como me fue *relevado*⁴⁵ (El Método, pág 28).

No creo en las casualidades, *las cosas suceden por algo*, y cuando se me apareció ese aviso sentí un impacto emocional tremendo, a pesar de que no tenía idea ni idea de qué se trataba el asunto (El Método, pág 85).

Un día tuve la imperiosa necesidad de encontrarme con ella, sin motivo aparente. No terminaba la historia *cuando caí en cuenta* de que eso era lo que yo había venido a buscar (El Método, pág 141).

La invitación no tenía costo, por lo que yo solo debía pagar el pasaje y el resto *era simplemente un regalo del universo* (El Método, pág 152).

Llegue al el método *alkymia porque era mi momento de encontrarme con él. Como que los astros se configuraron para que eso pasara.* (El Método, pág 201).

Todas las citas anteriores apuntan a lo mismo, son citas donde el componente místico está presente. Si bien ya se ha mencionado que el libro El Método es en sí un libro místico, lo que llama la atención de las citas anteriores es que existe aparentemente algo que está por encima del individuo y que parece estar guiándolo o mandándole señales a las que este debe estar constantemente en alerta para percibir o recibirlas. La última cita es importante pues nos releva la poca capacidad de agencia en la toma de las decisiones personales, todo parece ser dado por algo externo al individuo, la cita de la página 152, es importante para comprender esto que es dado por algo externo al individuo, al plantear que lo que la autora recibió fue un regalo del universo. Sin embargo, estamos frente a una contradicción, si bien el método *alkymia* como el GPS interior son activaciones que el individuo realiza de manera personal, ¿cómo se articula esta experiencia profundamente individual con algo exterior al individuo? Nos damos cuenta que por un lado el individuo debe estar “abierto” a estas señales o regalos divinos, y por lo tanto aceptar que teóricamente exista algo que guie el actuar del individuo que no sea él mismo, y por otro lado debe realizar un trabajo emocional para lograr la felicidad. ¿Por qué debe realizar este trabajo individual si al final existe algo superior al individuo que revela cosas, da cosas o hace que nos encontremos el camino? Dicho lo anterior, el individuo finalmente debe guiar su conducta y emociones en base a este misticismo.

Perder es una constante en nuestra vida para ganar experiencia, identidad, autonomía, pero saber esta verdad no significa aceptarla (Arriesgarse a vivir, pág 102).

⁴⁵ A continuación toda cursiva de las citas es mía.

Aprender a perder es un reto, ya que equivale a reconocer que la vida no es solo ganancia, sino también pérdida (Arriesgarse a vivir, pág 105)

Cuando no aprendemos a perder nos quedamos a la deriva y el sufrimiento inunda todo nuestro ser. Por lo que aprender a perder también es aprender a vivir (Arriesgarse a vivir, pág 108).

Como se puede leer en las citas anteriores, aprender a perder es algo fundamental para lograr vivir, todo en la vida implica una pérdida de algo. Lo anterior, consiste en un claro ejemplo de una regla emocional, al plantear que se debe aprender a vivir, nos sitúan en el campo de la acción misma. No es sólo el lector debe aprender a perder, sino que dicha pérdida tiene una fuerte carga emocional en el sujeto, quien no aprender a perder finalmente no aprende a vivir.

Relación gobierno y conceptos de felicidad

Este apartado tratará el tercer objetivo específico de la tesis, el cual es mostrar la relación entre gobierno (específicamente gubernamentalidad) y los conceptos de felicidad en los libros de autoayuda de autores chilenos.

Recordemos que gobierno es ampliamente conducción o guiar cosas, específicamente gubernamentalidad es conducción de la conducta. En el marco teórico ya se ha escrito sobre la relación entre gubernamentalidad y reglas emocionales, dicha relación nos permite comprender de mejor forma las maneras en que dichos libros guían la conducta de sus lectores.

Para comprender la relación entre gobierno y los conceptos de felicidad presentes en los libros de autoayuda, debemos enfocar la lupa, no en los conceptos de felicidad sino en lo que apuntan dichos conceptos.

Los conceptos de felicidad son variados, que van desde lo material hacia una concepción más mística de la felicidad. Si bien existe una variedad de conceptos de felicidad, estos conceptos y las maneras de alcanzar la felicidad apuntan hacia lo que podemos llamar el empresario de uno mismo.

En las citas que veremos a continuación nos permite evidenciar cómo la gubernamentalidad neoliberal conduce a los individuos hacia la figura del empresario de sí mismo.

Somos creadores de nuestra realidad, los únicos responsables de las circunstancias que nos rodean. O si se prefiere forjadores de nuestro destino y protagonistas absolutos del guion de nuestra historia (El Método, pág 41).

Las circunstancias o situaciones de vida, desde las más triviales hasta las más complejas, son el resultado siempre de nuestras creaciones (El Método, pág 55).

La ciencia nos estaba diciendo que estábamos permanentemente creando nuestra realidad seamos o no consciente de ello (El Método, pág 81).

La realidad no existe “allá afuera” con independencia de quien mira, sino que se crea en el espacio interpersonal (GPS Interior, pág 42).

Las citas anteriores son fundamentales para comprender esta nueva figura a la cual apuntan los conceptos de felicidad en los libros de autoayuda, se puede observar cómo en dichas citas, es el individuo quién es el encargado de crear la realidad. La realidad se estructura a partir de lo que el individuo piensa, parece ser que todo lo externo a él no participa en la construcción de su realidad. Lo real es lo que él siente y nada más.

Esto me hizo buscar hacia dentro y me di cuenta de que todas las respuestas estaban dentro de mí (El Método, pág 232).

La verdad y el camino personal están sembrados dentro de cada uno (GPS Interior, pág 61).

Siguiendo con la misma lógica de las citas anteriores, podemos leer cómo esta vez es la verdad quien está dentro de uno. El sí mismo, se convierte en un espacio de verdad. La verdad habita dentro de cada individuo. Notamos nuevamente como lo externo no existe.

Las citas anteriores nos permiten ver una parte de este individuo empresario de sí mismo, se puede observar específicamente la característica del empresario como un coordinador. Esto es así, debido a que, si es el individuo el único encargado de crear su verdad y su realidad, este debe coordinar sus emociones, cuerpo, mente, entre otros ámbitos de la vida para poder cumplir con lo establecido en dichos libros de autoayuda. Debe transformarse en un hábil malabarista para coordinar los diferentes ámbitos de su vida. Recordemos que todo depende de él y como tal se ve obligado a tener este comportamiento de malabarista.

Junto con este asumir que uno es responsable de todo, emerge otra característica del empresario mencionado en el marco teórico, el empresario como portador de riesgos. Necesariamente, asumir que todo es de causa individual implica un riesgo, y en este sentido el riesgo se maneja de manera individual. El empresario es entonces además un individuo en constante riesgo, debido a que exteriormente no existe certeza alguna, su única salida es su

interior, recurrir a su verdad interna para brindar a este individuo, algún grado de certeza.

El modo en que se mira la vida no está resuelto genéticamente: es una decisión libre que tomo a cada momento, donde incluso el no decidir o hacerle el quite a un tema es una decisión (GPS Interior, pág 17).

La clave es la elección de mi actitud emocional ante la vida (GPS Interior, pág 73).

Destacamos la característica del empresario como buscador de oportunidades de ganancias, lo que implica que este individuo está constantemente decidiendo. “El *self* emprendedor es sobre todo un ser que toma decisiones sin cesar, un homo œconomicus, quién está ocupado en la asignación de recursos escasos hacia fines competitivos”⁴⁶ (Brockling, 2005, pág. 5). Cita importante pues nos indica que este *self* emprendedor es un individuo que está constantemente decidiendo, pero sobre una lógica economicista, haciendo un cálculo racional entre recursos escasos y fines que desea obtener. En las citas se refuerza la idea que TODO es una decisión, incluso la indecisión ya es una decisión.

Los innovadores son transgresores del orden establecido pues cuestionan los caminos tradicionales y lo que constituye la base de la identidad de muchas personas (GPS Interior, pág 47).

Los innovadores portan una luz que atrae, pues despierta la búsqueda de sentido de muchas personas (GPS Interior, pág 48).

Leemos la otra característica del empresario, la de ser un innovador. Un innovador es quien rompe con lo establecido y son líderes para los demás. En las citas anteriores, vemos un claro ejemplo de cómo el lector, debe comportarse como un innovador. No sólo los innovadores generan cosas nuevas, sino que además son los únicos capaces de liderar e inspirar a otros.

La figura del *self* emprendedor u homo œconomicus es una figura imbricada en los libros de autoayuda analizados. Si bien, dichos libros jamás dicen actúa como un empresario, dicho libros están teñidos por esta lógica empresarial. Tanto la concepción de felicidad como las maneras de lograr la felicidad, giran en torno a esta lógica empresarial. En este sentido, observamos la ampliación de la lógica empresarial a ámbitos no económicos, la vida misma se empresarializa.

⁴⁶ Del inglés: The enterprising self is above all a being who unceasingly makes decisions, a Homo œconomicus, who is occupied in every expression of life with the allocation of scarce means to the quest toward competing goals.

Conclusiones

¿Qué es lo que podemos ver en los libros de autoayuda? Primero que todo, los libros de autoayuda son un conjunto de reglas emocionales que están para guiar al lector hacia una concepción de felicidad usando diferentes métodos que implícitamente debe aceptar el individuo si es que desea resolver sus problemas y alcanzar la felicidad. El individuo por ende realiza un trabajo emocional sobre sus emociones para modificarlas según lo establecido en el libro de autoayuda. Estas reglas emocionales son reglas de comportamiento y de emoción, guían al lector a cumplir ciertas metas u objetivos, en el caso de los libros de autoayuda es el cumplimiento del mandato de la felicidad. La activación del GPS Interior, de la glándula pineal o sencillamente aceptar la pérdida como algo natural en la vida, son reglas emocionales que gobiernan la pre-acción como dice Hochschild (2003). Esto es así debido a que como señala Hochschild, la emoción es el motor de la acción. En este sentido, los libros de autoayuda son un dispositivo que se encarga de gobernar las emociones de sus lectores.

Sin embargo, ¿Es solamente eso hacia lo que conducen los libros? La respuesta a esta interrogante es no. Si bien en apariencia existe una conducción de conductas hacia la felicidad, los libros en su núcleo conducen la conducta hacia determinados fines políticos. He ahí su importancia fundamental. Recordemos el modelo de gobierno de ahora, numerosos agentes que gobiernan diferentes aspectos de la vida hacia diferentes fines. Con dichos libros notamos un gobierno de la emoción y la conducta hacia ciertos fines que son políticos.

Para los fines de esta tesis, se ha determinado que el foco central de conducción es la construcción de la figura del individuo empresario de sí mismo. Tal como lo vimos en el capítulo de análisis y resultados, el lector es sugerido a conducir su vida como un empresario. Esto constituye lo central del libro de autoayuda, si bien la felicidad es el horizonte, la meta final, la manera de alcanzar dicha felicidad es mediante la internalización de una visión y un conjunto de ideas que apuntan hacia la construcción de un sujeto empresarial.

Si bien los libros de autoayuda utilizan estudios científicos, la misticidad o cuentos populares para la transmisión y legitimación de lo que dicen, aportando en apariencia a un discurso neutro o apolítico. Como se ha mencionado en el marco teórico, específicamente en el capítulo del neoliberalismo, uno de las consecuencias del neoliberalismo es la despolitización de la sociedad.

Los libros de autoayuda en este sentido, son aparentemente despolitizados, sin embargo, como vimos, dichos libros contienen una gubernamentalidad neoliberal para conducir las conductas y emociones hacia un fin de la construcción de un sujeto neoliberal que es el empresario de sí mismo.

Junto con lo anterior, resulta importante recordar el marco que hablaban los ordoliberales alemanes, recordemos que el marco es básicamente las condiciones necesarias para que exista el mercado, debido a que el mercado no es un dato natural, sino que es algo que debemos producir. Lo anterior se suma a lo que Foucault (2010) escribió sobre los neoliberales de EE.UU y su lógica de expandir el mercado a ámbitos no relacionados con la economía, resulta fundamental para comprender el libro de autoayuda.

El libro de autoayuda es otra manifestación más de ampliar la lógica del mercado, al conducir al lector hacia una visión empresarial de la vida, se solidifica la lógica del mercado en toda la trama social. Junto con lo anterior, los libros de autoayuda no intervienen en el mercado directamente sino que actúan sobre el marco, es decir, actúan sobre el lector y es mediante el lector que se expande esta lógica empresarial.

Como menciona Foucault, en cada época ha existido una determinada forma de gobierno, dicha forma de gobierno constituye una forma de gobernar algo específico, haciendo énfasis en una cosa por sobre la otra. En un gobierno soberano, se gobierna con el derecho de la espada, bajo el lema de dejar vivir y hacer morir, aquí el blanco del gobierno es el territorio, el gobierno muta y se puede observar los inicios del biopoder, un poder por sobre la vida, como ya se ha mencionado en el marco teórico este biopoder se puede dividir en anatomo-política, donde funcionan mecanismos disciplinarios para dirigir los cuerpos individualizados y biopolítica que es un poder por sobre la población, es aquí donde entra la gubernamentalidad como una forma específica de gobierno encargado de conducir las conductas.

Se realizó este breve recordatorio para que el lector pueda tener en consideración que lo importante de la biopolítica y específicamente de la gubernamentalidad es el gobierno de la población. Si bien cada libro de autoayuda es leído de manera personal, cada libro puede ser leído por cualquier persona, no poseen un grupo "*target*", todos son posibles lectores de dichos libros. Los consejos y métodos presentes en dichos libros pueden ser realizados por cualquiera. Por ende, los libros de autoayuda tienen un claro objetivo de conducir a la población.

Como se ha mencionado en el marco teórico, lo central del gobierno de hoy, no es un gobierno del cuerpo, sino un gobierno de la población, sin embargo, debemos agregar que dicho gobierno de la población, no se basa en un modelo disciplinario, cuya característica es el molde. El molde representa de mejor forma esta sociedad disciplinaria debido a que los individuos deben encajar con determinados tipos de moldes, impuestos por ciertas instituciones como la escuela, el hospital, el psiquiátrico, etc. Chul-Han (2012) señala que las sociedades disciplinarias se caracterizan por la negatividad. Dicha negatividad es fundamental para la sociedad disciplinaria que se caracteriza por encajar a los individuos, un bello ejemplo de lo anterior es la película de Fritz Lang, *Metrópolis*.

Sin embargo, la sociedad de hoy, es una sociedad caracterizada por el flujo, el movimiento, el dar más, en fin por una "positividad" como diría Chul-Han, (2012), quién llama a la sociedad de ahora como la sociedad del rendimiento. Es una sociedad en donde prima el dar más de sí. El mensaje anterior está imbricado en nuestra sociedad. Recordemos ciertos *eslogans* de las marcas que comunmente usamos: Addidas, *all in or nothing*⁴⁷ o Reebok, *be more human*⁴⁸, nos dan una pista y un claro ejemplo de esta positividad. El ser humano, debe siempre dar más, nunca es suficiente y como vimos en el marco teórico, siempre debe estar innovando y estar en alerta a las posibilidades, siempre debe estar buscando.

En este sentido los libros de autoayuda no están exentos de esta positividad. Los consejos o las reglas emocionales dentro de estos libros, son reglas encaminadas a potencializar las capacidades el individuo. La activación de la glándula pineal, el GPS Interior o otras formas de logro de la felicidad, son maneras de manejar el flujo, el movimiento, en fin la positividad del ser humano. Los libros de autoayuda no funcionan en base al no, al molde o la estructura, sino que funcionan a través del manejo emocional, pero en base a emociones positivas. El lector es incitado a siempre estar pensando positivamente para que pueda "atraer" las energías buenas. El lector además es incitado a siempre estar haciendo cosas, quedarse quieto o no hacer nada implica estar en la zona del confort, por lo que implica hacer nada. Los libros de autoayuda por lo tanto guían la vida en base a la positividad.

¿Qué se puede observar en cuanto a las definiciones de la felicidad presentes en los libros de autoayuda de autores chilenos? Si bien se puede observar un conjunto de definiciones, que van desde lo material, en otras

⁴⁷ Traducción literal sería, dar el todo o dar nada.

⁴⁸ Cuya traducción sería ser más humano.

palabras, donde debemos realizar ciertas cosas, como tener una actitud más positiva o tener plasticidad conductual hasta una concepción mística de la felicidad, donde para lograrla, debemos reconectarnos con la fuente, o Dios.

Si bien las definiciones parecen ser amplias, giran en torno a algo común. Esto tiene que ver con una concepción individual de la felicidad. Es el individuo y solamente el individuo el encargado de alcanzar la felicidad. Lo anterior es concordante con lo que podemos ver en el informe de la PNUD sobre la felicidad en los chilenos, los chilenos en su mayoría cree que la felicidad se alcanza de una manera individual.

Sin embargo, ¿qué importancia tiene que la felicidad se alcance de manera individual? Debemos pensar en las implicancias de que la felicidad sea algo que se alcanza de manera individual. Es necesario poner la lupa, no en el individuo en sí, sino en la estructura social. Un buen punto de partida es en Informe de la PNUD (2012), el cual nos indica que la felicidad de los chilenos ha aumentado pero la confianza en las instituciones ha bajado considerablemente. Lo anterior nos da un pista para comprender qué implica esta concepción individual de la felicidad.

La confianza en las instituciones nos indica la PNUD (2012) sirve para medir el bienestar subjetivo social. Una baja confianza en las instituciones se traduce en un bajo bienestar subjetivo social. En este sentido, las instituciones están desprestigiadas en el país. Sumémosle también el cuestionamiento en general hacia la élite chilena y observamos un panorama bastante abrumador, el individuo vive en desconformidad con su entorno pero vive aparentemente feliz individualmente.

Esta concepción individual de la felicidad como mencionamos está presente en los libros de autoayuda, pero además las maneras de lograr la felicidad también son individuales. Todo es un acto individual. La sociedad no tiene relación con el individuo. De hecho, en muchos libros de autoayuda, la sociedad es vista como un impedimento para la realización total del ser, o es vista como una fuente de muchos males para el individuo. Lo anterior, es una manifestación de la desconfianza en la sociedad, que podemos traducirlo en una desconfianza en la instituciones. La sociedad es vista como una fuente de males, impedimentos, obligaciones sociales, es aparentemente un ente represor del individuo, los libros de autoayuda en este sentido condensan lo anterior, para finalmente guiar al lector en la idea que su felicidad depende de él y de nadie más, se produce por lo tanto una división entre individuo y sociedad.

La división entre individuo y sociedad resulta fundamental. Debido a que como señalan los libros de autoayuda, es el individuo y solo el individuo el responsable de su destino, ¿qué nos quiere decir sobre la estructura social? Nos dice que tiene cero incidencia en el individuo, el individuo es causa y solución de los problemas. Es su culpa si se enferma por ejemplo, debería haber pensado más positivamente o debería haberse conectado con su GPS Interior, etc. Esta división entre individuo y estructura social es importante, debido a que la estructura social según los libros no tienen incidencia de la biografía de los mismos. Los individuos se ven de alguna manera obligados a dar soluciones individuales a problemas estructurales.

Problemas estructurales como por ejemplo la desigualdad social, problemas de salud, tanto física como mental, son tratados en los libros de autoayuda de manera individual, mediante las técnicas que hemos mencionado en el capítulo del análisis, el individuo logra superar lo que le aqueja. La estructura social no es causante o por decirlo de alguna forma coadyuvante en el proceso de desigualdad o los problemas de salud. La estructura social está completamente ausente en los libros de autoayuda. Si bien no estamos eximiendo al individuo de cierta responsabilidad (cuando corresponda) a ciertos males o problemas que lo aquejan, sino sé esta afirmando que existen factores sociales que conducen a los individuos, que hacen que se expresen ciertos males, o enfermedades y lo anterior no está presente en los libros. El individuo es el soberano de sí mismo, un empresario es finalmente aquel, que como mencionamos en el marco teórico, quién sobre sale por sí mismo. Este discurso es transversal en los libros de autoayuda analizados. La negación de la estructura social, favorece la formación de discursos tendientes a construir individuos empresarios de sí mismo. Lo cual es concordante con lo obtenido en el informe de la PNUD (2012), individuos satisfechos con sus vidas, pero viven en una sociedad que absolutamente detestan.

En resumidas cuentas, los libros de autoayuda, son dispositivos que contienen reglas emocionales destinados a conducir las emociones y la acción de sus lectores bajo la gubernamentalidad neoliberal. Son dispositivos donde se puede observar la formación de individuos en base a una lógica empresarial, observamos lo que Foucault (2010) nos dice sobre la formación de unidades de empresa en todo el tejido social. La felicidad del individuo que se alcanza de manera individual y despolitizada es lo que fundamenta el desarrollo de los libros de autoayuda, sin embargo, lo que se observa en la formación de individuos que

deben conducirse como empresarios de sí mismo en donde la estructura social no tiene incidencia o influencia en el individuo.

Bibliografía

- Aceituno, R., Miranda, G., & Jiménez, Á. (2012). Experiencias del desasosiego: Salud mental y malestar en Chile. *Anales de la Universidad de Chile*(3), 87-102.
- Agamben, G. (2011, Mayo-Agosto). ¿Qué es un dispositivo? *Sociológica*(73), 249-264.
- Ampudia de Haro, F. (2006). Administrar el yo: Literatura de autoayuda y gestión del comportamiento y los afectos. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*(113), 49-75.
- Béjar, H. (2011, Marzo). Códigos de conducta, argumentos y valores en la literatura de consejos. *Papeles del CEIC*(67), 1-35.
- Bericat Alasteuy, E. (2000). La sociología de la emoción y la emoción en la sociología. *Papers*, 62, 145 - 176.
- Brockling, U. (2015). *El self emprendedor: Sociología de una forma de subjetivación*. Santiago: Universidad Alberto Hurtado.
- Brockling, U. (2005). Gendering the enterprising self: Subjectification programs and gender differences in guides to success. *Distinktion*(11), 7-23.
- Bruno, D., & Luchtenberg, E. (2006, Enero - Junio). Sociedad pos-disciplinaria y constitución de una nueva subjetividad. *Nómadas*(13), 0.
- Busch, C., De Maret, P., Flynn, T., Kellum, R., Le, S., Meyers, B., et al. (1992-2012). *Content Analysis*. Retrieved Mayo 6, 2016, from Writing@CSU (Colorado State University): <http://writing.colostate.edu/guides/pdfs/guide61.pdf>
- Cáceres, P. (2003). Análisis cualitativo de contenido: Una alternativa metodológica alcanzable. *Psicoperspectivas*, II, 53-82.
- Canavire, V. (2013, Enero-Junio). Escenas de lectura e industria cultural: El caso de los libros de autoayuda. *Nueva Época*(19), 41-60.
- Cea D'Ancona, M. (2001). *Metodología Cualitativa: Estrategias y técnicas de investigación social*. Madrid: Editorial Síntesis.
- Cherry, S. (2008, September). The ontology of self-help book: A paradox of its own existence. *Social Semiotics*, 18(3), 337-348.
- Chul Han, B. (2014). *Psicopolítica*. Barcelona: Herder.
- Chul-Han, B. (2012). *La Sociedad del Cansacio*. Barcelona: Herder.
- Conceicao, P., & Bandura, R. (2008, Mayo). *United Nations Development Programme*. Retrieved Agosto 10, 2015, from Measuring Subjective Wellbeing: A Summary Review of the Literature: http://web.undp.org/developmentstudies/docs/subjective_wellbeing_conceicao_bandura.pdf
- Consejo de Fomento del Libro y la Lectura. (2011). *Estudio sobre el comportamiento lector a nivel nacional*.
- Consejo Nacional de la Cultura y las Artes. (2011). *Segunda encuesta nacional de participación y consumo cultural*. Santiago: Cultura.

- De Marinis, P. (1999). Gobierno, gubernamentalidad, Foucault y los anglofoucaultianos (O: Un ensayo sobre la racionalidad política del neoliberalismo). In F. Garcia Selgas, & R. Ramon Torre, *Globalización, riesgo, reflexividad. Tres temas de la teoría social contemporánea*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas.
- Deleuze, G. (1995). ¿Qué es un dispositivo? In *Michel Foucault, filósofo* (pp. 155-163). Barcelona: Gedisa.
- Deleuze, G., & Guattari, F. (2008). *Rizoma: Introducción*. Valencia: Pre-textos.
- Diener, E. (2009). *Ed Diener*. Retrieved Agosto 27, 2015, from A primer for reporters and newcomers: <http://internal.psychology.illinois.edu/~ediener/faq.html#personality>
- Diener, E., Lucas, R., & Oishi, S. (2009). Subjective Well-Being: The science of happiness and life satisfaction. In S. López, & C. Snyder, *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (pp. 63 - 73). New York: Oxford University Press.
- Diener, E., Napa, C., & Lucas, R. (2003). The evolving concept of subjective well-being: the multifaceted nature of happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 15, 187-219.
- Donoso, L. (2012). *El Método*. Madrid: Aguilar Fontanar.
- Fair, H. (2008). El sistema global neoliberal. *Polis*, 7(21), 229 - 263.
- Fernández, F. (2002). El análisis de contenido como ayuda metodológica para la investigación. *Revista de Ciencias Sociales*, 11(96), 35-53.
- Fernández, I. (2011). *GPS Interior: Liderazgo e innovación personal en la vida y el trabajo*. Santiago: Vergara.
- Foucault, M. (1991). La Gubernamentalidad. In J. Varela, & Alvarez-Uría, *Genealogía del poder: Espacios de poder* (pp. 9-26). Madrid: La piqueta.
- Foucault, M. (2006). *Seguridad, territorio, población: Curso en el Collège de France (1977-1978)*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Foucault, M. (2010). *Nacimiento de la biopolítica*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Freud, S. (2010). *El malestar en la cultura*. Madrid: Alianza.
- Fuster, N. (2013). *El cuerpo como máquina: La medicalización de la fuerza de trabajo en Chile*. Santiago: Ceibo Ediciones.
- González García, J. M. (1994). Norbert Elias: Literatura y sociología en el proceso de civilización. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 55-77.
- Grinberg, S. (2009). Tecnologías del gobierno de sí en la era del gerenciamiento: La autoayuda entre el narcisismo y la abyección. *Psicoperspectivas*, VIII(2), 293-308.
- Guinsberg, E. (2003, Enero-Junio). La influencia de los medios masivos en la formación del sujeto: Una perspectiva psicoanalítica. *Psicología em Estudo*, 8(1), 3-12.
- Hernández Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2006). *Metodología de la Investigación*. Mcgraw-Hill.
- Hochschild, A. (2003). *The managed heart: commercialization of human feeling*. California: University of California Press.

- Hochschild, A. (1979). Emotion work, feeling rules and social structure. *Chicago Journals*, 551-575.
- Hochschild, A. (2011). *Sage Publications*. Retrieved Septiembre 26, 2015, from Arlie Hochschild: The presentation of Emotion: http://www.sagepub.com/sites/default/files/upm-binaries/13293_Chapter4_Web_Byte_Arlie_Russell_Hochschild.pdf
- Lamb-Shapiro, J. (2013, Noviembre 29). *A Short History of Self-Help, The World's Bestselling Genre*. Retrieved Enero 15, 2014, from Publishing Perspectives: <http://publishingperspectives.com/2013/11/a-short-history-of-self-help-the-worlds-bestselling-genre/>
- Lechuga, M. (2015). *Arriessgarse a vivir*. Santiago: Grijalbo.
- Lipovetsky, G. (1986). *La era del vacío: Ensayos sobre el individualismo contemporaneo*. Barcelona: Ed. Anagrama.
- Lipovetsky, G. (2007). *La felicidad paradójica: Ensayo sobre la sociedad del hiperconsumo*. Barcelona: Anagrama.
- Lombana, M. I. (2009, Julio-Diciembre). Supuestos sociológicos y comunicativos que explican la decadencia de los valores debido al surgimiento del concepto de auto ayuda. *Signo y Pensamiento*, XXVIII(55), 247-263.
- Martínez Serrano, P., & Sierra, J. C. (2005, Julio-Septiembre). Efecto de la lectura de material de autoayuda sobre algunas variables psicológicas en una muestra no clínica. *Universitas Psychologica*, 4(2), 197-203.
- Martínez, C. (2013). *¿Qué es el "neoliberalismo" un intento de respuesta desde Milton Friedman y la escuela de Chicago*. Retrieved octubre 1, 2015, from Revista científica de la UM: <http://www.um.edu.ar/ojs-new/index.php/RECIUM/article/view/54>
- Moro Abadía, O. (2003). ¿Qué es un dispositivo? *Empiria: Revista de Metodología de Ciencias Sociales*(6), 29-43.
- Murray Li, T. (2007). Governmentality. *Anthropologica*, 49(2), 275-281.
- Oishi, S., Graham, J., Kesebir, S., & Galinha, I. C. (2013). Concepts of Happiness Across Time and Cultures. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39, 559-577.
- Ortiz, E. (2015). Biopolítica y neoliberalismo: Biopoder totalizante. *Xihmai*, 1-26.
- Papalini, V. (2006). Literatura de autoayuda: Una subjetividad de sí-mismo enajenado. *La Trama de la Comunicación*, 11, 331-342.
- Papalini, V. (2010, Noviembre). Libros de autoayuda: Biblioterapia para la felicidad. *Athenea Digital*(19), 147-169.
- Pincheira, I. (2012). De bonos, cheques y vouchers: Acerca de la gestión gubernamental de la felicidad en el neoliberalismo chileno. In V. autores, *Archivos de Frontera: El gobierno de las emociones en Argentina y Chile del presente* (pp. 95-125). Ediciones Escaparte.
- Pincheira, I. (2013, Abril - Julio). Entre el marketing empresarial y la política pública estatal: el gobierno de la felicidad en el neoliberalismo chileno. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad - RELACES*, 7-20.

- Pincheira, I. (2014). Las Encuestas de la Felicidad. In R. Rodríguez Freire, *Evaluación, gestión, y riesgo: Para una crítica del gobierno del presente* (pp. 215 - 248). Santiago: Colección Trazos.
- Pincheira, I. (2014). Programa gubernamental <<Elige vivir sano>>: Cuerpo, salud, y felicidad en Chile durante la presidencia de Sebastián Piñera. In J. Oyanadel, & C. Mella, *Debates sobre el bienestar y la felicidad* (pp. 109 -128). Santiago: RIL editores.
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. (2012). *Desarrollo humano en Chile 2012. Bienestar subjetivo: El desafío de repensar desarrollo*. Santiago.
- Rodríguez Freire, R. (2014). *Evaluación, gestión y riesgo: Para una crítica del gobierno del presente*. Santiago: Colección Trazos.
- Rose, N. (1999). *Governing the soul: The shaping of the private life*. London: Free association books.
- Ruiz Martinez, M. (n.d.). *Unidad 1: Muestreo*. Retrieved Abril 27, 2016, from Estadística Inferencia: <http://marcelrzm.comxa.com/EstadisticaInf/13MuestreoNoProb.pdf>
- Ruiz, J. (2009). Análisis sociológico del discurso: Métodos y lógicas. *Forum: Qualitative Research*, 10(2).
- Sáez Juárez, J. (2002). *El proceso de civilización*. Retrieved Septiembre 21, 2013, from Página de historia: <http://mural.uv.es/juasajua/procesocivilizacion.htm>
- Salinas Araya, A. (2014). *La semántica biopolítica. Foucault y sus recepciones*. Viña del Mar: Cenaltes.
- Salinas Araya, A. (2014). *La semántica biopolítica: Foucault y sus recepciones*. Viña del Mar: Cenaltes.
- Samuel Smiles: On the origin of self-help*. (2004, Abril 22). Retrieved Enero 15, 2014, from The Economist: <http://www.economist.com/node/2610260>
- Selgado, A. (2007). Investigación cualitativa: Diseños, evaluación de rigor metodológico y retos. *Liber*, 13(13), 71-78.
- Turner, J., & Stets, J. (2006). Sociological theories on human emotions. *Annual Review of Sociology*, 52, 25 -52.
- Unanue, W. (2014). ¿ Por qué la felicidad? In J. Oyanadel, & C. Mella, *Debates sobre el bienestar y la felicidad* (pp. 55 - 76). Santiago : RIL editores.
- Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales, U. (2001). *El poder en la sociedad posmoderna*. Buenos Aires: Prometeo libros.
- Valles , M. (1999). *Técnicas cualitativas de investigación social*. Madrid: Síntesis Sociología.
- van Hoorn, A. (2007). A Short Introduction to Subjective Well-being: Its Measurement Correlates and Policy Uses. *Is happiness measurable and what do those measures mean for policy*, (pp. 1-12). Rome.
- Wright, C. (2013). Against Flourishing: Wellbeing as biopolitics, and the psychoanalytic alternative. *Health, Culture and Society*, 5(1), 20-35.

Yaitul, J. (2011, julio - diciembre). Los años del capitalismo renovado: La influencia de Milton Friedman en Chile. La instauración del modelo económico. Primera parte, 1974 - 1984. *Espacio Regional*, 2(8), 57 - 76.