



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO,  
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ACATLÁN

**La felicidad como Institución Imaginaria de la  
Sociedad desde Castoriadis.**

**Una elucidación en torno a los libros de autoayuda.**

T E S I S

Que para obtener el título de Licenciada en Sociología

Presenta:

Sandra Elizabeth Cervantes Quintanar

Asesora:

Dra. Ana María Valle Vázquez

Santa Cruz Acatlán, Naucalpan, Estado de México, 2018



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

*A veces me doy cuenta de que existo,  
los síntomas son claros / gozo o peno [...];  
aporto mis preguntas sin respuesta  
y me lleno de dudas siempre vivas;  
mientras dude yo sé que estoy viviendo,  
con paciencia y a veces con penuria.*

Benedetti

A mis padres y hermano por ser mi apoyo incondicional, por su amor, por motivarme y por ser ejemplo de fortaleza, persistencia y convicción. Me límito a dar las gracias y resumir en pocas líneas todo lo que los tres significan para mí.

Agradezco a mi asesora, la Dra. Ana María Valle Vázquez, por orientarme y acompañarme a lo largo de la investigación así como enseñarme con su experiencia y en la práctica con paciencia y vocación.  
Al Dr. Marco Antonio Jiménez García por ser parte de mi formación académica y personal con sus enseñanzas y consejos de entereza y carácter.  
A ambos por darme la oportunidad de adrentarme en la vida académica y encontrar ahí deseos de seguir conociendo, pensando y reflexionando\*.

A mis abuelos y tías por su interminable amor.

A Andi Vargas por acompañarme con su amistad e interminables pláticas, por compartir conmigo conocimiento, lecturas y risas.

A mi amiga Ana Callejas, le agradezco su compañía en el proceso de escribir esta tesis y todo lo que ello implica. Por las risas y llantos.

Para aquellos que están o han estado en mi vida: mi agradecimiento eterno por compartir y crear conmigo momentos de lo que creo que es la felicidad.

---

\* Gracias por permitirme formar parte del proyecto **PAPIIT IG 420618 “Justicia y prácticas culturales en el mundo contemporáneo”**. Dentro del proyecto y el Seminario de Justicia y Prácticas culturales tuve la oportunidad de seguir pensando y alimentando mi proyecto de investigación.

# Índice

Introducción.....	5
Capítulo I. Un acercamiento a los estudios sociológicos en torno a la felicidad, los libros de autoayuda y Castoriadis .....	12
1.1. La felicidad como imperativo cultural y sus paradojas: aproximaciones desde el pensamiento social.....	14
1.2. Los libros de autoayuda como referente de análisis .....	20
1.3. Castoriadis y la Institución en el campo sociológico: entre autores y temas .....	31
Capítulo II. Institución Imaginaria: una aproximación .....	46
2.1. Institución. La visión tradicional, instituciones primeras y segundas .....	50
2.2. Lo conjuntista identitario: <i>legein</i> , <i>teukhein</i> y lo simbólico .....	63
2.3. Lo imaginario como creación <i>ex nihilo</i> y lo radical. Significaciones imaginarias sociales, magma y el imaginario social instituido .....	75
Capítulo III. Libros de autoayuda en México y su noción de felicidad .....	90
3.1. Un acercamiento a la definición de autoayuda.....	94
3.2. La salud .....	96
3.3. El tiempo y las adversidades .....	100
3.4. Decidir bien, valores y rutina .....	104
3.5. Congruencia y socialización.....	107
3.6. Finanzas y trabajo .....	110
3.7. El arte de vivir el momento .....	114
Capítulo IV. La felicidad instituida a partir de los libros de autoayuda .....	119
4.1. La felicidad en términos de <i>legein</i> y <i>teukhein</i> en los libros de autoayuda .....	121
4.2. Significaciones imaginarias sociales y el imaginario social instituido de la felicidad en los libros de autoayuda.....	132
4.3. Felicidad: Institución Imaginaria de la Sociedad .....	142
Conclusiones .....	153
Referencias consultadas .....	161

# **Introducción**

El objeto de estudio de la presente investigación es la felicidad como institución imaginaria de la sociedad. Tiene como objetivo general analizar la relación entre felicidad e institución imaginaria en los libros de autoayuda, esto a partir de la propuesta teórica de Cornelius Castoriadis. La pregunta que guía esta tesis es: ¿De qué manera se instituye la felicidad a partir de los libros de autoayuda?

Esta tesis se limita a abordar la manera en que se instituye a la felicidad desde los libros de autoayuda. Se entiende a la institución, desde una lectura a Castoriadis, como aquella que regula, orienta y normaliza conductas (por decir lo menos). Tomando en cuenta lo anterior y para analizar y sostener que la felicidad es una institución imaginaria tomamos como referente de análisis los libros de autoayuda, *Decídete a ser feliz. Una guía para lograrlo* (2017) y *Por el placer de vivir* (2015). Veremos, desde una lectura teórica, que en ambos libros se expresa que la felicidad depende o tiene que ver con prácticas concretas, tales prácticas, cabe destacar, están vinculadas con el tiempo histórico-social que se vive.

Tomar como referente de análisis a los libros de autoayuda se debe a que tienen una gran aceptación en la sociedad actual aun con la poca lectura que se reporta de manera general en el país y, sobre todo, se denota un vínculo directo entre dichos libros y la felicidad, esto se puede percibir desde los títulos en la mayoría de los libros de autoayuda, claro ejemplo son los que aquí hemos elegido trabajar. Es decir, desde el título y el modo en el que se venden los libros de autoayuda se hace alusión a la felicidad como si al adquirir dichos títulos el individuo estuviera a unos cuantos pasos de lograr, experimentar o conocer la felicidad. De igual modo daremos cuenta de cómo en los libros elegidos se plantean una serie de prácticas que, a modo de guías u orientadores, pretenden llevar a los sujetos a encontrar la felicidad. Con ayuda de la teoría veremos que toda institución es creada por medio *de* y *en* prácticas que son nombradas como determinada cosa, en este caso, como la felicidad misma o como componentes de ella.

Sostenemos que se puede hacer un análisis a través de los libros de autoayuda acerca de cuáles son las prácticas que dictan y cuáles son las normas

que se instituyen en pro de la felicidad. Es por ello que con el reto de quitarnos el velo valorativo que podamos tener acerca de este género y sin miras a tacharlos de basura o, por el contrario, reivindicarlos, se procura hallar y pensar los modos por medio de los cuales dan determinada significación a la felicidad y qué prácticas son instituidas como parte de o como la felicidad en sí misma.

El marco teórico empleado es la Institución Imaginaria de la sociedad, trabajo y pensamiento de Cornelius Castoriadis. Asimismo, el modo de proceder a lo largo de la investigación es dentro del mismo marco de pensamiento de Castoriadis, es decir, lo que aquí se hará es elucidar, esto es el “trabajo por el cual los hombres intentan pensar lo que hacen y saber lo que piensan.” (Castoriadis, 1983: 11). A lo largo del presente trabajo lo que se pretende es pensar lo que se hace respecto a la felicidad y saber lo que se piensa de ésta en los libros de autoayuda. Lo anterior haciendo uso de los conceptos y categorías centrales del filósofo, es decir; institución imaginaria, imaginario social, imaginario e imaginación radical, lo simbólico, *legein*, *teukhein*, lógica conjuntista identitaria y significaciones imaginarias sociales.

Para fines prácticos el modo de proceder será el siguiente: abordaremos, primeramente, los elementos de la institución imaginaria de la sociedad como partes separadas y en un orden que permite un mejor entendimiento, sin embargo cabe destacar que cada uno de los elementos no pueden ser pensados sin los otros. Como primera aproximación y siguiendo a Castoriadis (2013) diremos que se entiende por institución, a normas, valores, lenguaje, herramientas, procedimientos y métodos de hacer cosas; mientras que por imaginario se hace referencia a la creación que va de lo histórico-social a lo psíquico y viceversa. Cabe destacar que a lo largo de esta tesis, también se intenta dar a conocer o esclarecer el pensamiento de Castoriadis a partir de un tema que atañe a la sociología: la felicidad. Entendida ésta como creación de la sociedad.

Por una parte, con esta tesis, se procura clarificar lo que para Castoriadis es una institución y lo que es el imaginario social. Nos parece importante recuperar sus conceptos y reflexiones puesto que atañen tanto a sociólogos como



a científicos sociales. Por otro lado, en este trabajo de investigación, se piensa el tema de la felicidad de manera singular en lo que respecta al referente de análisis al que acudimos y a la teoría de la cual nos apoyamos.

Lo anterior lo mencionamos puesto que aun cuando se hizo una búsqueda como aproximación al Estado del Arte, como se muestra en el primer capítulo, y se encontraron varios artículos de investigación y tesis referentes tanto a la felicidad como a los libros de autoayuda y a la teoría de Castoriadis, ningún trabajo liga estas tres variables: felicidad, libros de autoayuda e Institución Imaginaria de la sociedad. Al abordar el tema de la felicidad y retomar a un teórico como lo es Castoriadis, quien se reconoce a sí mismo como filósofo, politólogo, psicoanalista y, principalmente, como crítico social, nos parece enriquecedor para nuestra disciplina pues su obra está llena de sociología. ¿Por qué y para qué hacer una tesis como la presente? Más allá de tener un antídoto o una propuesta concreta, esta tesis procura ser reflexiva y analítica con los actuales modos de vida y la manera en la que la felicidad se nos presenta en el día a día como un estado al que todos deberíamos llegar bajo determinados parámetros o, incluso, como un imperativo cultural. Destacamos el uso de los conceptos y las categorías como institución imaginaria, imaginario social, lo conjuntista identitario, *legein* y *teukhein*, puesto que podrían ser herramientas útiles para la investigación sociológica.

Para cumplir con el objetivo planteado, hemos dividido la tesis en cuatro capítulos. El primero tiene por objetivo describir, como una primera aproximación, al estado del arte acerca de lo que interesa abordar en esta tesis: la relación entre felicidad, los libros de autoayuda y el pensamiento de Cornelius Castoriadis. En el primer apartado de este capítulo, titulado *La felicidad como imperativo cultural y sus paradojas: aproximaciones desde el pensamiento social*, mostramos algunas aproximaciones que se han hecho al tema de la felicidad. En el segundo apartado titulado *Los libros de autoayuda como referente de análisis*, damos cuenta de diversas investigaciones elaboradas en los últimos años acerca de los libros de autoayuda. En este apartado se destaca de qué manera intervienen los libros de autoayuda en el individuo y su constitución por medio de determinadas prácticas y

por ende instituyen modos de vida que son propios o favorecen la reproducción del sistema bajo el cual vivimos. Finalmente, en el tercer apartado titulado *Castoriadis y la Institución en el campo sociológico: entre autores y temas*, revisamos la noción de institución y el pensamiento de Castoriadis en el campo sociológico para justificar el marco teórico que sustenta esta tesis: La felicidad como Institución Imaginaria de la sociedad desde Castoriadis. Una elucidación en torno a los libros de autoayuda.

El segundo capítulo, titulado *Institución Imaginaria: una aproximación*, trata sobre el marco teórico que refiere a las ideas de Cornelius Castoriadis. El capítulo está conformado por tres apartados. El primero retoma a la institución desde tres planos: primero como aquella que es creada por la sociedad y a su vez crea a esta misma -la sociedad-, proporciona sentido y unidad a una sociedad al normar y regular conductas, en este sentido, aun cuando nos centramos en la teoría de Castoriadis, podemos encontrar similitud con la institución de la cual hablan dos grandes de la sociología: Peter Berger y Thomas Luckmann (1991) quienes describen a la institución como aquella que es normativa y ordena al mundo social. En este apartado en especial tomamos como ejemplo a la felicidad instituida desde dos pensamientos o escuelas filosóficas: el estoicismo con Séneca y Marco Aurelio y el utilitarismo de John Stuart Mill. Hemos nombrado este primer sub-apartado *Institución*. Seguido de él presentamos *La visión tradicional*, el segundo plano de la institución, en donde se expone el distanciamiento del pensamiento de Castoriadis con respecto a la visión económico funcional que se tiene de la institución, donde ésta es vista como parte de un todo que cumple con una función determinada o como aquella que está y existe únicamente para satisfacer necesidades. El tercer sub-apartado que complementa una aproximación a la institución desde Castoriadis, y que explicita el tercer plano de ésta, lleva el nombre de *Instituciones primeras e instituciones segundas*, se plantean estas dos categorías que ayudan a entender a la institución y cómo se presenta a través del tiempo. El segundo apartado, lleva el nombre de *Lo conjuntista identitario: legein, teukhein y lo simbólico*. Se retoma una teoría matemática que sigue estando presente en el pensamiento de la sociedad, nos entendemos y damos sentido a

través de ella. Tal lógica se compone y complementa por lo que Castoriadis llama *legein* y *teukhein*: el decir y el hacer social. Estas dos categorías se abordan en los dos sub- apartados que dan paso al tercero y último que nombramos como *Lo simbólico*, elemento importante y fundamental para poder entender lo que es la institución imaginaria de la sociedad. Finalmente, hablamos de *Lo imaginario*, título del tercer apartado. Se hace un esfuerzo por aclarar que lo imaginario no se toma desde un plano psicoanalítico como el planteado por Lacan sino que para nuestro autor, Castoriadis, tal elemento tiene mayor peso en lo social puesto que es justo aquello que permite la creación incesante de significaciones y por supuesto de la sociedad misma. Intentamos no dejar de lado la importancia y el papel que juega el individuo y la psique así como lo social y lo histórico. Empezamos por explicar a lo imaginario como la capacidad del individuo y de la sociedad de crear de la nada. En seguida se da paso a hablar de *Lo imaginario radical* como la primera instancia donde el individuo y la psique ponen en marcha su capacidad de creación, entendiendo lo radical como la raíz y núcleo que nos sostiene como individuos y como sociedad. El tercer apartado lleva el nombre de *Significaciones imaginarias sociales*, siendo este uno de los conceptos clave para entender a la institución y lo imaginario. Por último abordamos el *Imaginario social instituido*, procurando dejar claro tal concepto pues en particular, es usado a diestra y siniestra dándole un sentido no del todo fiel al que Castoriadis fundamenta, sostiene y defiende, especialmente en su obra principal: *La institución imaginaria de la sociedad*.

El tercer capítulo es acerca del referente de análisis; los libros de autoayuda. En este capítulo, *Libros de autoayuda en México y su noción de felicidad*, nos centramos en dos libros: *Decídete a ser feliz. Una guía para lograrlo* de Edgar Hernández-Cancino y *Por el placer de vivir* escrito por César Lozano, realizados en el año 2017 y 2015, respectivamente. Como primer paso, en el primer apartado, presentamos *Un acercamiento a la definición de autoayuda*. En los apartados posteriores se exponen los principales temas que se presentan en los libros como parte de la felicidad, éstos son los siguientes: la salud, el tiempo y las adversidades, decidir bien, valores y congruencia, la rutina, la socialización,

finanzas y trabajo, así como la relación del sujeto con el tiempo: vivir el momento. A lo largo de este capítulo iremos de la mano con los autores de los libros mencionados para identificar qué se dice y se hace respecto a la felicidad. Algunas de las prácticas detectadas son: comer adecuadamente y hacer ejercicio; se debe aprovechar el tiempo como más nos convenga y para ello saber decidir bien así como aprender de fallas y aciertos; decidir con base en los valores; controlar el consumo de productos innecesarios o inaccesibles; establecer relaciones sociales basadas en la armonía y el amor; tener un matrimonio estable y duradero; en cuanto a lo financiero: cuidar el dinero, ganar más, gastar menos, ahorrar e invertir; tener un empleo bien remunerado; vivir el momento; controlar la ira; tener fe y no preocuparse por el futuro.

Como último capítulo planteamos *La felicidad instituida a partir de los libros de autoayuda*, iniciando con una lectura desde la lógica conjuntista identitaria, donde nos apoyamos de las categorías presentadas en el primer capítulo: *legein*, *teukhein* y lo simbólico. En seguida se exponen las *Significaciones imaginarias sociales y el imaginario social instituido de la felicidad en los libros de autoayuda* para finalmente mostrar a la felicidad como Institución Imaginaria de la Sociedad. Notaremos, con ayuda de nuestro marco teórico y con base en el referente de análisis, que un sujeto no puede significar a la felicidad de manera arbitraria, puesto que aunque existe un elemento simbólico-imaginario, siempre se estará atado tanto a lo histórico como a lo social. Es decir, para que un individuo pueda nombrarse (*legein*) feliz, sus prácticas (*teukhein*) deben estar ligadas al momento histórico-social y por supuesto deben ser/estar normalizadas-instituidas.

**Capítulo I. Un acercamiento a  
los estudios sociológicos en  
torno a la felicidad, los libros  
de autoayuda y Castoriadis**

El presente capítulo tiene por objetivo exponer parte del estado del arte acerca de lo que interesa abordar en esta tesis: La relación entre felicidad, los libros de autoayuda y el pensamiento de Cornelius Castoriadis. Para ello se ha hecho una investigación y recopilación de diversos artículos de revistas indizadas y libros de diferentes disciplinas pero principalmente desde la sociología.

En el primer apartado, titulado *La felicidad como imperativo cultural y sus paradojas: aproximaciones desde el pensamiento social*, encontraremos algunas aproximaciones que se han hecho al tema de la felicidad. Entre otras cosas, en este apartado daremos muestra de la recopilación de artículos donde podremos ver la felicidad como derecho; como bienestar subjetivo siendo un índice de medición; la felicidad en el trabajo; desde la psicología positiva y la psiquiatría, asimismo encontraremos una dicotomía: felicidad-infelicidad, la comercialización y venta de la felicidad y dentro de todo lo anterior se asoma lo que parece ser, paradójicamente, la felicidad como un imperativo cultural y como una institución imaginaria, en palabras de Castoriadis.

En el segundo apartado titulado *Los libros de autoayuda como referente de análisis*, daremos cuenta de diversas investigaciones elaboradas en los últimos años acerca de los libros de autoayuda. La mayoría de ellos son trabajos latinoamericanos desde diferentes disciplinas como la sociología, la pedagogía y la psicología. Por un lado, se muestran el incremento en la demanda de libros de autoayuda en Argentina, que parece ser similar en México, veremos también cómo la industria cultural influye en ello. Se da muestra del género de autoayuda como códigos de conducta por su contenido en argumentos y valores que aconsejan al individuo. Revisaremos de qué manera intervienen los libros de autoayuda en el individuo y su constitución. A través de los estudios recopilados podremos dar cuenta de la manera en la que por medio de determinadas prácticas, los libros de autoayuda hacen ser a los individuos de cierto modo y por ende instituyen modos de vida que, cómo veremos, son propios o favorecen la reproducción del sistema bajo el cual vivimos: capitalismo. De acuerdo al material revisado en artículos y

libros se abordan los libros de autoayuda desde diversas perspectivas teóricas, entre ellas destaca Michel Foucault, Norbert Elias y Pierre Bourdieu, entre otros.

Finalmente, en el tercer apartado titulado *Castoriadis y la Institución en el campo sociológico: entre autores y temas*, revisamos la noción de institución y el pensamiento de Castoriadis en el campo sociológico. A propósito de Cornelius Castoriadis mostramos diferentes trabajos de investigación donde, filósofos, psicólogos, pedagogos y sociólogos, han hecho uso de algunas de las categorías teóricas de Castoriadis como lo son lo imaginario social y la institución. Se hacen un par de aproximaciones vinculando a Castoriadis con otros teóricos como Bourdieu y Giddens. Otras investigaciones abordan, desde los planteamientos teóricos de Castoriadis, temas como: violencia, ciudadanía, formación como educación, Universidad, cuestiones políticas y movimientos sociales, entre otros.

En suma, en este apartado hacemos una exposición sobre diferentes planteamientos teóricos acerca de la institución y el pensamiento de Castoriadis, para justificar el marco teórico que sustenta esta tesis: La felicidad como Institución Imaginaria de la sociedad desde Castoriadis. Una elucidación en torno a los libros de autoayuda.

### **1.1. La felicidad como imperativo cultural y sus paradojas: aproximaciones desde el pensamiento social**

Hablar de la felicidad hoy en día es hablar de lo que pareciera ser un mandato u obligación, con mayor frecuencia se expone a la felicidad como deber ser. Se le dice al individuo de qué manera puede obtener la felicidad pero para ello, se dice también qué es la felicidad.

La felicidad como imperativo puede apreciarse en el artículo titulado *¿Derecho a la felicidad?* (2016), de José Alvarado<sup>2</sup> donde afirma que en la actualidad se ha propuesto un “derecho a la felicidad” como parte de los derechos humanos de tercera generación. Para refutar esto el autor nos presenta una

---

<sup>2</sup> Licenciado en Derecho y Doctor en Filosofía. Catedrático e investigador de la Pontificia Universidad Católica de Chile. Su línea de investigación gira en torno a la metafísica analítica y también ha publicado trabajos en filosofía del lenguaje y epistemología.

importante distinción para concebir a la felicidad: una es “internalista” y la otra “externalista”. “Las concepciones internalistas sostienen que la felicidad requiere de acciones libres. Las concepciones externalistas sostienen que la felicidad puede ser conseguida con independencia de la voluntad de la persona, simplemente por la obtención de ciertos objetos, estados o eventos.” (Alvarado, 2016: 244) El autor nos dice que según con la primera concepción de la felicidad, el Estado se vería obligado a entregar ciertas prestaciones a todas las personas para asegurar cosas como el placer, la riqueza, la fama, la belleza o la inteligencia. Cabe resaltar que se está haciendo una conceptualización de la felicidad, o lo que más adelante en esta investigación llamaremos como significación de la felicidad, siguiendo a Castoriadis. Es aquí donde Alvarado identifica un problema, que refiere a la imposibilidad del Estado para entregar prestaciones que aseguren cosas como el placer, la riqueza, la fama, la belleza o la inteligencia, a todas las personas que están bajo su jurisdicción, ni aún si el Estado tuviese recursos infinitos pues la limitación va más allá de recursos materiales.

Ahora bien, Alvarado (2016) argumenta a lo largo de su texto que bajo cualquiera de esas dos concepciones, internalista y externalista, la felicidad como derecho no tiene sentido puesto que, por un lado, es imposible cumplir universalmente con un derecho a la felicidad “externalista”, cuando el Estado al hacer “feliz” a alguien puede traer la infelicidad de otras tantas personas. Y, por otro lado, el derecho a la felicidad bajo la interpretación “internalista” no hay nada que pueda hacer un Estado —o quien sea— para reemplazar la actividad libre de una persona.

De acuerdo al trabajo de William Davies, *La industria de la felicidad* (2016), tenemos a la felicidad vista, planteada e investigada como una serie de reacciones neuronales. De este modo, la ciencia puede ser la encargada de decir qué contribuye o qué provoca la felicidad y asimismo hacerse cargo de medirla y expresarla a través de datos cuantitativos y cualitativos. Con relación a esto y



según el artículo de Nicolás Font<sup>3</sup> (2018) titulado *El Índice de la Felicidad Nacional Bruta como complemento ante las limitaciones de los modelos socio-económicos tradicionales: El caso del Reino de Bután* se da a conocer que la medición de la felicidad inició en el reino de Bután como la Felicidad Nacional Bruta (FNB) o Felicidad Interna Bruta (FIB) los cuales son un indicador que miden la calidad de vida en términos psicológicos. El término fue propuesto por Jigme Singye Wangchuck, en 1972, como respuesta a las críticas de la constante pobreza económica de su país. Este concepto se aplicaba a las peculiaridades de la economía de Bután, cuya cultura estaba basada principalmente en el budismo. En este mismo sentido hoy en día y a partir de 2012, en México, a través del INEGI se mide el llamado Bienestar Subjetivo, que para el INEGI es un índice que mide la felicidad. Lo cual revisaremos con mayor detalle en el capítulo 4. *La felicidad instituida a partir de los libros de autoayuda* apartado 4.1. *La felicidad en términos de legein y teukhein en los libros de autoayuda*. Por ahora cabe resaltar que a través de éstas y otras encuestas que pretenden medir algo tan subjetivo, como se evidencia incluso en el nombre del índice propuesto por el INEGI, puede observarse el flujo o la implementación de nuevos discursos alrededor de la felicidad.

Johanna Kohler<sup>4</sup> (2004) en su artículo titulado *Felicidad y modificabilidad cognitiva* (2004) y Ahmad Barragán<sup>5</sup> (2013), *Aproximaciones científicas al estudio de la felicidad: ¿qué podemos aprender de la felicidad?* exponen parte de los inicios y objetivos de la psicología positiva, Kohler desde la pedagogía y Barragán desde la propia psicología, ambos llevando al tema de la felicidad y su medición por delante, coincidiendo en que ésta es posible y puede traer beneficios respecto a la calidad de vida del individuo. Con estos dos artículos es interesante observar que la medición de algo tan subjetivo como lo es la felicidad va definiendo lo que

---

<sup>3</sup> Estudiante a Maestría en Ciencias Sociales de la Universidad de Palermo. Licenciado en Relaciones Internacionales, Universidad de Palermo. Miembro del Grupo de Trabajo de Asia del Sur del CARI.

<sup>4</sup> Psicóloga por la Universidad de San Martín de Porres, Lima, Perú. Magister en Psicología, con experiencia en psicología educativa y clínica, así como en docencia universitaria e investigación.

<sup>5</sup> Psicólogo por la Universidad de Londres, Ciudad de México.

ésta es o debería ser según índices, disciplinas e instituciones interesadas en ella. Es así que algo tan subjetivo de algún modo comienza a homogeneizarse.

Según María Trujano<sup>6</sup> en su artículo *Del hedonismo y las felicidades efímeras* (2013) hace un recorrido por diferentes etapas históricas donde la noción de felicidad se modifica. Así, haciendo uso de conceptos y categorías de Norbert Elias y Gilles Lipovetsky, la autora define su postura respecto a la construcción y visión desde la sociología y la filosofía. De inicio es preciso señalar que Trujano (2013) expone e insiste en una dicotomía que no puede pasar desapercibida en la reflexión en torno a la felicidad, nos referimos justo al contrario de ésta: la infelicidad. Las felicidades-infelicidades, como lo presenta Trujano, contienen “un sentido de normatividad moral y jurídica de la acción, [...] su mera presencia acusa un sentido de homogeneización de la acción y del pensar; de control y de poder sobre las expectativas de realización biográficas.” (Trujano, 2013: 98)

Siguiendo a Trujano, consideramos que la felicidad y su opuesto, no necesaria o exclusivamente la infelicidad, da un orden dentro de la sociedad que regulariza y, como la propia autora lo dice, homogeneiza a los individuos. Esto podremos observarlo a lo largo de la presente tesis, tomando como ejemplo lo que en los libros de autoayuda se postula, puesto que es a través de ellos que se puede dar cuenta de las formas de vida que se venden como aquello que te llevará a la tan codiciada y obligada felicidad. Veremos en el capítulo 4. *Libros de autoayuda en México y su noción de felicidad*, cómo la felicidad se crea a partir de determinadas prácticas.

Un momento clave dentro del trabajo de Lipovetsky, nos dice Trujano (2013), es cuando se menciona que en una de las últimas etapas del capitalismo o en lo que el propio Lipovetsky llama capitalismo tardío, podemos encontrar que el consumo de objetos ya no es lo principal sino que ahora el consumidor acepta y busca también el consumo de experiencias de vida y de emociones. La felicidad material que se vivía en pleno capitalismo, y que no se puede negar incluso en la

---

<sup>6</sup> Licenciada, Maestra y Doctora en Filosofía por la UNAM. Profesora en el departamento de sociología de la UAM-Azcapotzalco

actualidad, se ve rebasada. Es por ello que se orilla al mercado a actualizarse y ofrecer, en palabras de Trujano (2013), “felicidades interiores” o siguiendo a Lipovetsky (2007: 322) “felicidad con instrucciones de uso para todos”. En el capítulo tres de la presente tesis, podremos observar de manera clara lo anterior al exponer parte de lo que se plasma dentro de los libros de autoayuda donde el contenido con instrucciones responsabiliza al individuo de su cuidado interno y externo, de sus males y su propia felicidad o incapacidad para obtenerla. Se voltea la mirada al individuo haciendo que éste vele por sí mismo y, como menciona Lipovetsky (2007: 333) “lo importante no es cambiar el mundo sino cambiarse uno”.

Siguiendo a Trujano (2013: 100) “las felicidades-infelicidades se evidencian justamente la escasez de felicidades en las épocas premodernas [...] así, las modernidades laicizan, democratizan y venden felicidades a las masas”. Con ello, insistimos, se promueve la responsabilidad del individuo para con él mismo y con todo lo que le ocurre, aunque sea causa-efecto de un sistema. El sujeto es quien debe cambiar, quien es responsable de todo lo que pueda impedir la felicidad, por ejemplo es responsable de no encontrar un trabajo. Esto se aprovecha o sirve para que “se consuman interiores”, en palabras de María Trujano (2013).

Hablemos de otro de los “métodos para hacer individuos felices” a propósito de la venta y el consumismo de interiores (recordando a Lipovetsky), nos referimos al *coaching*. Este nuevo método, que por su significado traducido al español alude a un entrenamiento, promete cursos donde los individuos obtendrán un desarrollo personal que les permita deshacerse de sus males y ser felices. Todo esto, por supuesto, se ofrece por cantidades que oscilan entre los 5,000 y 6,000 pesos mexicanos, por lo general. Se ha convertido en un negocio rentable ofrecer instrucciones a los individuos para poder ser felices. Una vez que se termina o se avanza en una de las etapas que se manejan dentro de los mencionados cursos, los miembros (consumidores o clientes) se insertan en un negocio tipo piramidal, es decir, adquieren cierta jerarquía dentro del grupo y con ello responsabilidades como hacer que ingresen nuevos integrantes a este tipo de

cursos. Basta imaginar la cantidad de dinero que obtienen aquellos que están en la punta por “la necesidad” de ser felices de muchos otros para saber que el *coaching* es ahora uno de los negocios más rentables.

Como mencionamos en un inicio, el tema de la felicidad ha sido, y sigue siendo, explorado y explotado desde diversas disciplinas. Una de ellas que nos parece importante destacar es la psicología del trabajo. En el artículo de Salvatore Moccia<sup>7</sup> (2016) *Felicidad en el trabajo*, se muestra que el principal objetivo de la psicología del trabajo y de las organizaciones es promover tanto el bienestar como el rendimiento de los empleados. Por ende, se hace uso de la felicidad como justificante y/o meta que promueve prácticas para alcanzarla. Moccia (2016) expone a lo largo de su texto las diferencias y similitudes entre diversas propuestas de autores dentro de la psicología del trabajo donde algunos optan por un concepto de felicidad que se identifica con el de placer y otros prefieren una mezcla de placer, compromiso y significado. No obstante, desde cualquiera de las dos posturas, la psicología del trabajo vela por el “bienestar” de los empleados, igualándola a la felicidad con un mismo fin: lograr que los empleados se mantengan productivos y eficaces.

José Garcíandía y Claudia Rozó<sup>8</sup> (2006), en el artículo titulado *Terapia y felicidad* muestran el papel que juega la psiquiatría en el tema de la felicidad. ¿Por qué recurrir a la psicoterapia como ayuda para ser feliz? Es una de las preguntas iniciales que se hacen ambos autores y para ellos la respuesta tiene que ver con que el propósito de la intervención terapéutica, es:

facilitar a las personas el logro de la independencia y su propio desarrollo personal. [Siendo] el terapeuta [...] aquel que enseña a pensar y a pensarse, es decir, el que enseña a cuidar y a cuidarse. Algunos aspectos importantes de la terapia [...] son el cuidar, el pensar, el saber, la felicidad y la transformación. (Garcíandía y Rozo, 2006: 185)

---

<sup>7</sup> Doctor por la Universidad de Navarra, Instituto de Empresa y Humanismo. MBA por la St. John's University de New York. Profesor en la Universidad CEU Cardenal Herrera, en la Universidad Católica de Valencia y en la UNIR. Consultor de empresas en temas de estrategia, liderazgo y desarrollo del talento.

<sup>8</sup> Médicos, ambos especialistas de la psiquiatría.

Podemos observar así que la psiquiatría toma un papel en el tema de la felicidad donde se atribuye la enseñanza del cómo cuidar de sí y cómo ser feliz.

En este mismo sentido, William Davies<sup>9</sup>, en su libro *La industria de la felicidad* (2016: 10), nos dice que “el futuro del capitalismo de éxito depende de nuestra capacidad para combatir el estrés, la tristeza y la enfermedad, y reemplazarlos por la relajación, la felicidad y el bienestar”. Pero es ese mismo capitalismo el que ha creado todos esos males que hay que combatir para poder ofrecer, al mismo tiempo, los remedios o soluciones. Al final el mercado, el sistema, nunca saldrán perdedores.

En suma, hasta aquí podemos decir que la felicidad como imperativo cultural se refleja en los intentos de instituirlo, por ejemplo como un derecho, es imperativo en tanto que al intentar democratizarla o hacer una felicidad para las masas (siguiendo los artículos aquí citados), ésta se homogeneiza y aquél que no accede a ella o no la encuentra se siente obligado a hacerlo. Así, con esta “necesidad imperante” de ser feliz, se presentan diversos métodos y herramientas que prometen el dichoso estado, en palabras de Lipovetsky (2007) se ponen a la venta experiencias y con ello la felicidad con instrucción de uso para todos. De manera paralela podemos encontrar una de las paradojas de la felicidad: el querer que algo tan subjetivo (o que pareciera serlo) se convierta en deber ser para todos y por igual. Asimismo, otra paradoja es el querer medir lo subjetivo convirtiéndolo en objetivo. Con el pretexto de medir la felicidad se implementan formas de vida, homogeneizantes, que bien pueden ser aprovechadas o beneficiosas para la continuación del capitalismo. Vimos que a través de la psicología del trabajo con la felicidad como estandarte busca y produce sujetos eficaces y con buen rendimiento.

## **1.2. Los libros de autoayuda como referente de análisis**

En una detallada búsqueda pueden hallarse diversos trabajos académicos de Latinoamérica acerca de los libros de autoayuda. Después de hacer una lectura de

---

<sup>9</sup> Escritor inglés, teórico político y sociólogo.

varias de estas investigaciones podemos encontrar similitudes en la manera de abordar la literatura de autoayuda o desarrollo personal como un referente de análisis en los últimos 10 años.

En el artículo de Helena Béjar<sup>10</sup> (2011) titulado *Códigos de conducta, argumentos y valores en la literatura de consejos*, toma como apoyo la sociología de Norbert Elias en el análisis de la civilización, presentando a ésta como el avance del autocontrol. De este modo, Béjar postula a los libros de autoayuda como un equivalente contemporáneo de los manuales de conducta puesto que del mismo modo dicha literatura (la de autoayuda) pretende normativizar la subjetividad de los individuos contemporáneos. No obstante, no podemos dejar pasar de largo que aun siendo un equivalente a los manuales de conducta, existe una peculiaridad de suma importancia que diferencia a estos dos elementos entre sí: “los libros de autoayuda guían el comportamiento de los hombres, pero no ya en el espacio público (que se constituye, en los estudios de sociología histórica de Elias, sobre todo en las cortes) sino en el ámbito privado. Y especialmente en el íntimo.” (Béjar, 2011: 2)

La mayor parte de los libros de autoayuda que se enfocan en el manejo de conductas y emociones, se basan o intentan basarse, sobre todo, en una psicología, que como nos dice Béjar (2011), se encuentra tan popularizada como banalizada y es así como se muestra a la autoayuda como aquella que provee de instrucciones “útiles” que pretenden fabricar un instrumento que permita modificar y, por supuesto, direccionar las conductas en el día a día. Béjar nos dice que en los libros de autoayuda podemos hallar tres códigos, uno psicológico, otro filosófico y el último ético.

Aunado a lo anterior se evidencia, según Béjar, la carga de responsabilidad que el sujeto se atribuye, no sólo de lo que él es sino también de todo lo que le rodea. “No importa lo que ocurra sino la percepción, la reacción psíquica ante los acontecimientos. La enseñanza implícita es que, si uno cambia, la realidad exterior se transformará.” (Béjar, 2011: 31) Como si esto valiera para todos los individuos,

---

<sup>10</sup> Socióloga española, profesora en la Universidad Complutense de Madrid

sea cual sea su lugar de nacimiento, su modo de vida, sus posibilidades materiales, su condición económica social y cultural, estas condiciones, como universales es lo que presentan los libros de autoayuda, aunque por supuesto sabemos que este universal aplica única y exclusivamente para aquellos que tienen, primero, la posibilidad de conocer y adquirir este tipo de literatura y, segundo, para aquellos que logran (porque pueden) seguir al pie de la letra las recomendaciones o mandatos que se ahí se presentan.

Según Béjar (2011) siguiendo a Giddens (1995, 1997) la obsesión con el yo, el auto control, el desapego y la auto dependencia son elementos presentes en la autoayuda y fungen como instrumento frente a la incertidumbre de la modernidad tardía. No obstante, nos dice Béjar (2011) esta respuesta trae consigo una destrucción de la comprensión social de la realidad. Agregamos a esto último, que además de deshacer la comprensión social de la realidad, los libros de autoayuda, promueven y hacen prevalecer prácticas y pensamientos propios del sistema capitalista, llámese tardío o posmodernidad, nos referimos al actual e imperante estilo de vida con todo lo que esto implica. Asimismo, y volviendo a las palabras de Béjar, veremos en futuros capítulos (Capítulo 3 y 4), que la literatura de autoayuda presenta al “otro” como un peligro para el bienestar propio lo que refuerza el discurso del desapego y la individualización. El vínculo social se convierte en una amenaza en más de un aspecto. Así pues la literatura de autoayuda contribuye a la configuración individualista del mundo evitando así la interacción social.

Vanina Canavire<sup>11</sup> (2013) en el artículo *Escenas de lectura e industria cultural: el caso de los libros de autoayuda*, podemos dar cuenta de la creciente producción y distribución de la ya mencionada literatura de autoayuda. Pues bien, no sólo ha ido en incremento la aparición de este tipo de libros sino que también se han colocado en las listas de los más vendidos en varias librerías. Este fenómeno ocurre en México pero también en otros países de América Latina, tal

---

<sup>11</sup> Licenciada en Comunicación Social con Especialización en Investigación de Comunicación. Ha dedicado parte de su tiempo en investigar de manera descriptiva el consumo de la literatura de autoayuda

es el caso de Argentina. Canavire a través de entrevistas a una muestra de veinticinco personas, dice que para lectores de autoayuda, este género es necesario, placentero o recreativo, asimismo los describen como “buenos, bonitos y baratos” con un lenguaje y estilo que influyen en la decisión de adquirirlos. Esto lo mencionamos ya que nos parece de importancia entender por qué este tipo de lectura sigue en aumento. Por un lado tenemos los factores anteriormente descritos: la fácil adquisición de éstos por su precio y la manera atractiva en la que se promocionan y presentan ante el consumidor. Y por otra parte, no menos importante sino todo lo contrario, se encuentran factores sociales y culturales que promueven a este tipo de recurso (lectura de autoayuda) como algo necesario. Es decir, con la ansiedad, depresión, estrés, y un sin fin de características de los sujetos contemporáneos, ¿quién no necesita cualquier tipo de remedio para erradicar o sobrellevar la ansiedad, depresión y estrés? Por supuesto los libros de autoayuda se nos presentan como una opción viable ante todos estos ataques o prácticas que se han vuelto comunes en el día a día. De igual modo y como lo presentamos en el apartado anterior, al ser la felicidad un imperativo cultural, lo que queda es buscar las herramientas que nos ayuden a cumplir con esta demanda de la sociedad. Es el propio capitalismo quien crea el problema que “quiere resolver”, y por supuesto, es él mismo quien da las herramientas y/o las “soluciones”.

Según Canavire (2013: 56): “El discurso de los libros de autoayuda se destina principalmente a optimizar las relaciones laborales de los sujetos, revelándose así la condición *sine qua non* de estos dispositivos: el aporte a la perpetuación económica del mercado.” Podremos observar en el capítulo tres de esta tesis (*Libros de autoayuda en México y su noción de felicidad*) que parte de lo que abordan los libros de autoayuda es la relación con los “otros” y esto incluye al ámbito laboral. La individualización y el desapego son parte fundamental de lo que se promueve de algún modo en los libros mencionados, esto nos lleva a pensar en la manera que repercute o cómo facilita las condiciones para que la economía de mercado prevalezca, es decir, el sistema necesita individuos eficaces y centrados en el trabajo. Una manera de obtener esto es no permitiendo que se establezcan



lazos o vínculos sólidos entre trabajadores, se habla de “no distracciones”. De esta y otras maneras los libros de autoayuda fomentan pensamientos y conductas que aportan lo necesario para conseguir esos trabajadores ‘eficaces’. En palabras de Vanina Canavire (2013: 52) “la literatura de autoayuda bajo la promesa de atenuar los problemas de la vida cotidiana, disfraza la ideología totalizante y la lógica mercantilista de la industria cultural”.

Gastón Souroujón<sup>12</sup>, en el artículo titulado *Los libros de autoayuda ¿el último vástago del romanticismo?* (2009) expone que la literatura de autoayuda, a partir de los años 90 se erigió como fenómeno sintomático y constitutivo de una nueva forma de concebir el yo, lo que revela un cambio estructural profundo puesto que son manifestaciones de una transfiguración en el sentir de las subjetividad al tiempo que se instituyen como el medio por el cual se internalizan dichas transfiguraciones. Souroujón, apoyándose en Bourdieu, dice que la nueva forma de concebir el yo es producto del poder simbólico que actúa sobre la estructura mental y a través de ésta sobre las estructuras sociales. Entonces, nosotros agregamos que, al internalizar la nueva forma de concebir el yo, de manera paralela, hay una nueva concepción de lo que nos rodea: la estructura mental y social se modifica poco a poco. En los libros de autoayuda podemos observar esta transformación por el contenido que ahí se encuentra. Es interesante tocar este punto pues cabe destacar que más allá de los lectores de autoayuda, los tipos de discurso que hay dentro de esta literatura, se reproducen en la vida cotidiana ya no solo de manera directa sino también al transmitirse de un sujeto a otro. Por ello sostenemos e intentaremos demostrar que a través de los libros de autoayuda se instituyen (en palabras de Castoriadis), prácticas, entre ellas la felicidad.

Siguiendo a Souroujón (2009) los libros de autoayuda pueden dividirse en subgéneros, sin embargo lo común entre todos ellos es que se ofrecen soluciones a problemas cotidianos. Este denominador contiene algo más profundo: “si

---

<sup>12</sup> Docente en la Facultad de Ciencia Política y Relaciones Internacionales, Universidad Nacional de Rosario, Argentina. Investigador del Conicet y Doctor en Ciencia Política. Se especializa en el estudio de los imaginarios políticos.

rastreamos la genealogía de la ética de la autoayuda, hay un ideal moral que atraviesa estos libros, una fuente constitutiva de la subjetividad moderna que les otorga su fuerza” (Souroujón, 2009: 91). Esta ética, nos dice Souroujón, deja a la vista una conexión directa con el neoliberalismo y se refiere a una radicalización de la autonomía. Pero vayamos más allá de esto, la radicalización de la autonomía o la autonomía por sí misma que intenta promover la autoayuda, al igual que muchas o todas las promesas que trae consigo la modernidad son justo de las que debemos sospechar. Es precisamente este discurso y esta ética lo que somete las exigencias externas a la ‘autorrealización’. Es decir, se instituyen prácticas que exigen al individuo que evada el entorno y, por supuesto, las exigencias externas puesto que lo importante ahora es la realización de uno mismo, el bienestar propio, el descubrimiento y la preservación de nuestra “originalidad”. Por lo anterior, Souroujón (2009) nos dice que contrario al individuo autónomo, el auténtico (creación, en parte, de la autoayuda) no se piensa ni se ve anterior a sus fines, no se piensa en sus condiciones ni por sus condiciones históricas. Es así como, según Souroujón, los libros de autoayuda impulsan la búsqueda del “yo verdadero”, aquél que debe ser realizado, el auténtico.

Una característica fundamental de los libros de autoayuda, como ya se comentó, es el giro que se da hacia el yo, incluso como un absolutismo.

Se puede observar que en estos textos [de autoayuda], la tradición, la historia, la comunidad política, y en particular el alter, se convierten en obstáculos que limitan la capacidad de autorrealización del individuo, o bien, son considerados meros recursos a ser manipulados por el individuo para lograr su autorrealización. (Souroujón, 2009: 101)

Es así, bajo este tipo de lógica y discurso que se ponen a la venta masiva los manuales que proveen de fórmulas al individuo para que “sea él mismo”, diciéndoles qué y cómo hacerlo. Parte de ello implica menospreciar el espacio público político como un espacio de construcción común a todos, se aleja de la vista a la comunidad en medio de esa búsqueda de uno mismo, en ese “descubrir quiénes somos”.

Aunado con lo anterior, Silvia Grinberg<sup>13</sup> (2009), en su artículo titulado *Tecnologías del gobierno de sí en la era del gerenciamiento: la autoayuda entre el narcisismo y la abyección*, da muestra de cómo los libros de autoayuda se han convertido en formadores de subjetividad, esto, en parte, al hacer a los individuos responsables de todo lo que les sucede. Se organiza de una manera nueva el pensamiento, las creencias, las prácticas institucionales y de racionalidad lo que produce un nuevo régimen de prácticas que direccionan y orientan la conducta. Así, dice Grinberg (2009: 294), “Los libros de autoayuda como parte nuclear de una nueva formación discursiva que se configura en torno del llamado a los sujetos a inventarse, crearse y revisarse como condición básica del existir”.

Bajo el discurso de “búsqueda de la felicidad” o la autorrealización que podremos observar en los apartados del capítulo 3. *Libros de autoayuda en México y su noción de felicidad* y 4. *La felicidad instituida a partir de los libros de autoayuda* de la presente tesis, encontraremos que se hacen, se fabrican sujetos con un pensamiento y conductas ya orientadas hacia lo que pareciera un mismo camino: la individualidad exacerbada y el desapego de los otros y del entorno. Por supuesto que esto se va instituyendo por medio de determinadas prácticas y pensamientos, para Grinberg (2009) esto es parte de la administración de la vida, de una vida que se convierte sobre todo en cuestiones de ego, por ejemplo, si algo nos sale mal o no sale como lo esperábamos, no lo explicamos o lo entendemos como resultado (en gran parte o en su mayoría) de carencias o cuestiones más allá de nosotros, sino como producto de nuestra baja capacidad de “resiliencia”, lo cual se convierte en nuestro problema, en algo que tenemos que resolver nosotros mismos, que si las cosas no van bien, si no encuentras trabajo o no logras ingresar a la Universidad, es porque algo estás haciendo mal.

Los libros de autoayuda forman a los sujetos al definir el modo de relacionarse consigo mismos y con los otros, definen con ello modos de vida imperantes. De acuerdo con lo anterior y siguiendo a Grinberg (2009) la autoayuda

---

<sup>13</sup> Académica de la Universidad Católica de Valparaíso de Chile. doctora en Educación (UBA), magíster en Ciencias Sociales (FLACSO), licenciada en Ciencias de la Educación (FFL, UBA)

involucra la autorreflexión y el autogobierno<sup>14</sup> haciendo así al individuo gestor de su propia formación y cambio. O al menos eso parece pues son los propios libros los que van formando (re-formando o de-formando) a los sujetos: sujetos líderes, exitosos en los negocios, buenos padres o buenos amantes. Según sea el caso o la “necesidad” de cada uno.

Veremos, en el apartado 3.6. *Finanzas y trabajo* del capítulo 3. *Libros de autoayuda en México y su noción de felicidad*, que en el caso del individuo en el trabajo es evidente la orientación que se implementa a través de la autoayuda haciendo individuos adaptados que su permanencia o fracaso en el trabajo se vuelca en cuestiones de actualización, especialización y, sobre todo, de actitud.

Según Grinberg (2009), se formula así una nueva promesa en la que se nos invita a adquirir actitudes y conocimientos, estos segundos con relación a las actitudes que nos permiten adaptarnos al cambio. Se nos forma para estar preparados para los cambios, para soportar la inestabilidad del mundo y de nosotros mismos, se nos enseña a buscar, resolver, ser eficientes, tolerantes a la frustración pero todo esto tiene como eje rector, dice Grinberg (2009), “hacer de lo inestable un estilo de vida”.

Vanina Papalini<sup>15</sup> (2007) en el artículo *La domesticación de los cuerpos* hace énfasis en la autoayuda como una herramienta del cuidado de sí. La autora da muestra de la reconstrucción o resignificación del cuidado de sí, siendo que a través de ella se obtiene el control de la población y la regulación de los individuos, es decir, el cuidado de sí es ahora lo que permite sujetar más que liberar. Podremos observar en los libros de autoayuda, siguiendo con Papalini que se hacen sujetos que procuren su salud, con ello se educa la mente pero también

---

<sup>14</sup> El autogobierno que parece ser planteado en los libros de autoayuda se acerca a lo que veremos en capítulos posteriores la categoría de autonomía en Castoriadis.

<sup>15</sup> Licenciada en Comunicación Social de la Universidad Nacional del Comahue, Especialista en Filosofía y Crítica de la Cultura. Magíster en Comunicación y Cultura Contemporánea del Centro de Estudios Avanzados de la Universidad Nacional de Córdoba. Profesora de Comunicación Social en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. Investigadora del Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET).

el cuerpo, formando hábitos por medio de prácticas y prescripciones sociales y culturales.

La formación del sujeto requiere el aprendizaje de un modo de existencia que se funda en la apropiación y automatización de las conductas “saludables” y los “buenos pensamientos”, que educa al mismo tiempo en los valores propios de una sociedad internalizándolas como comportamientos “adecuados”. (Papalini, 2007: 43)

Así, los libros de autoayuda, al igual que el cuidado de sí, se presentan como un conjunto de instrucciones y reglas prácticas que ayudarán al sujeto a alcanzar la felicidad. Sin embargo, a diferencia del cuidado de sí en su concepción original, según Papalini, los textos de autoayuda se ofrecen para un conjunto de individuos lo que convierte las prácticas de cuidado de sí en una regla que aplica de manera general. Esta generalización implica como ya se mencionó, la institución de formas de vida-formas de pensar, con las que se procura o al menos se vende como el método o el antídoto que disolverá los síntomas de un malestar general que ya se ha vuelto cotidiano pero jamás se preocupará por modificar o ir a la raíz, a la causa, de dicho malestar. Se presenta más bien como una solución rápida y eficaz a problemas, según la autoayuda, los problemas radican en el individuo por lo que la solución también depende de acciones personales quedando fuera la relevancia y la intervención de los condicionamientos sociales, económicos y culturales. En palabras de Papalini (2007: 47) “El sujeto es llamado a ‘tomar el destino en sus manos’, un destino prefigurado socialmente y que deberá modificar con los siempre insuficientes recursos individuales. Los problemas sociales son vividos como privados.”

Otra de las características de los libros de autoayuda, dice Papalini, es su vínculo con la felicidad, la mayoría de ellos ofrecen una serie de reglas prácticas que por ende suponen una serie de valores y significaciones de la sociedad contemporánea. Por lo anterior, Papalini (2007) sugiere que los libros de autoayuda pueden pasar como dispositivo ideológico que naturaliza, instituye diremos nosotros, las pautas sociales y los principios que rigen a la sociedad contemporánea o sociedad capitalista tardía en palabras de Papalini.

Las prácticas que se normalizan (en términos de Foucault, dice Papalini) a través de los libros de autoayuda tienden a mejorar la adaptación de los individuos a las condiciones de existencia, por ello puede pensarse a estos textos, como lo propone Papalini, como dispositivos de regulación social y como, sugerimos nosotros, herramientas que crean a la felicidad como institución. Es decir, las prácticas que proponen en torno a la felicidad hacen de ésta algo determinado única y exclusivamente por lo que ellos proponen, por ejemplo desde la salud. Es feliz aquél que cuida de su salud según como se dicta desde la autoayuda.

Asimismo los libros de autoayuda se pueden pensar, dice Papalini (2007), como una tecnología de poder (nuevamente remite a Foucault) que permite la adecuación efectiva a las relaciones de poder existentes. Esto es interesante pues más adelante, la autora, dice que el poder con su astucia se presenta como algo que nos es cotidiano, algo común, en el caso de los textos de autoayuda, aparecen como una solución al alcance de la mano de quien lo requiera y se presenta, incluso, como una “elección personal”. Esto, más allá de independizar, normaliza a los sujetos.

Papalini dice que la autoayuda se complementa con la industria farmacéutica. No sólo por ser proveedora de pastillas que tranquilicen o provean de energía a sociedades enteras sino por el lugar que se le da tanto a la medicalización en particular como al cuidado de la salud en general; desde una revisión médica hasta un continuo acompañamiento para “saber comer” e incluso hacer los ejercicios correctos. Esto se vincula con lo que se trabaja en esta tesis en el apartado 3.2. *La salud* del capítulo 3. *Los libros de autoayuda en México* y a lo largo del capítulo 4. *La felicidad instituida a partir de los libros de autoayuda*

En otro artículo elaborado por Dora Marín<sup>16</sup> (2015) titulado *La clave es el individuo: prácticas de sí y aprendizaje permanente*, se hace un estudio de la autoayuda y su relación o vínculo con la educación y el gobierno de sí. Se muestra

---

<sup>16</sup> Licenciada en Química de la Universidad Pedagógica Nacional, Especialista en Evaluación Educativa de la Universidad del Bosque y en Estudios Culturales de la Pontificia Universidad Javeriana, Magister y Doctora en Educación Universidade Federal do Rio Grande do Sul Brasil

nuevamente a la autoayuda y los discursos que ahí se manejan como facilitadora de las condiciones bajo las que se viven hoy en día, como lo es la individualización, las formas de vida centradas en el yo que hacen responsables a los individuos por su propio éxito o fracaso, haciéndoles creer que son autónomos y autogestivos pero estos dos desde la percepción de quienes elaboran este tipo de textos. Con ello, Marín nos dice que “el principio de transformación de la propia vida vincula los discursos de autoayuda con [...] otro conjunto de discursos contemporáneos que promueven el cuidado del cuerpo, la ejercitación física y mental, el aprendizaje y la educación como permanentes, la adaptabilidad, la flexibilidad, la competencia” (Marín, 2015: 171). El cuidado de la salud es pieza clave para “alcanzar la felicidad”, lo mismo sucede con la adaptabilidad y competencia, sobre todo cuando se trata de lo laboral.

Iván Lombana<sup>17</sup> (2009), en el artículo titulado *Supuestos sociológicos y comunicativos que explican la decadencia de los valores debido al surgimiento del concepto de autoayuda* (2009), da muestra de que en la literatura de autoayuda se enseña o se dice cómo tratar con la gente, por medio de una serie de prescripciones de cómo hacer contacto con ciertas personas. Lombana muestra cómo los libros de autoayuda hacen uso de la moral pero también la modifican de algún modo. Los textos de autoayuda nos dice Lombana (2009: 262) “no constituye un objeto neutro, sino una entidad que configura la moral del siglo XX, para un individuo cada vez más simplista y egoísta.” Así pues podemos notar un punto que salta a la vista y al cual nos unimos: se promueve y se refuerza el ya característico individualismo de nuestro tiempo. El modo en el que se dice cómo relacionarse con los otros es claro ejemplo ya que a los otros les ve como un peligro, como obstáculo para “realizarse” o como un medio para lograrlo. Veremos más adelante (capítulo 3. *Los libros de autoayuda en México*, apartado 3.6. *Finanzas y trabajo*) que, en lo que respecta al trabajo, se sugiere no “distraerse” con compañeros. Esto nos parece importante destacarlo ya que, de algún modo, beneficia de manera indirecta al mercado: mantener a los trabajadores ocupados

---

<sup>17</sup> Académico de la Pontificia Universidad Javeriana de Colombia,

en lo suyo, sin distracciones y sin oportunidad de crear lazos de compañerismo crea empleados eficaces, con alto rendimiento y “no conflictivos”.

En esta misma línea Lombana (2009) retoma desde sus inicios a la literatura de autoayuda para exponer la proliferación del enfoque empresarial donde se fomenta cuidar los negocios personales, ser un individuo exitoso que logra controlar la mente, sabe expresarse y despierta entusiasmo con el fin de aumentar ingresos. Todo esto, dice Lombana, se desprende de la psicología aplicada y del *public speaking* pero logra colocarse y mantenerse en los más vendidos gracias al marketing y la publicidad. Esto lo relacionamos de manera directa con el modo en el que se presenta a la felicidad hoy en día, es decir, como un imperativo así como con los malestares producto del modelo económico social que día a día aquejan a los individuos.

En síntesis podemos destacar que investigadores de diversas áreas como lo son la sociología, pedagogía, psicología y filosofía, se han dedicado a analizar o elucidar (trayendo el término de Castoriadis) en torno a los libros de autoayuda siendo éstos un referente de análisis capaz de ofrecer, desde diferentes miradas, un acercamiento a la realidad social. De acuerdo con los textos revisados los libros de autoayuda son paso o flujo de prácticas específicas o propias de modos de vida imperantes y pueden ser analizados o planteados desde diferentes teóricos como: Foucault, Giddens, Bourdieu o Elias. Lo que en esta tesis se propone es analizar los libros de autoayuda desde Castoriadis.

### **1.3. Castoriadis y la Institución en el campo sociológico: entre autores y temas**

El término de institución, sin duda, ha sido usado en las Ciencias Sociales por más de un teórico, y en el campo de la sociología es imprescindible mencionar a los clásicos que dedicaron parte de sus obras a tal concepto. Un ejemplo de ello son Peter Berger y Thomas Luckmann en *La construcción social de la realidad*. De manera general podemos decir que su noción de institución gira en torno a la tipificación de los individuos y su actuar en el mundo social pero esto sólo es posible y cobra importancia según los roles que desempeñen los individuos. Las



instituciones, desde Berger y Luckmann (1991), controlan el comportamiento por medio de sanciones lo que permite el control social. Asimismo, podemos remitir a la concepción presentada en *Una teoría científica de la cultura* por Bronislaw Malinowski (1944) quien concebía a la institución como aquella estructura conformada por un grupo de individuos con la intención de satisfacer determinadas necesidades. Bajo una postura económico funcional, tenemos también la noción de institución desde el marxismo donde el claro ejemplo o la materialización de la institución es el Estado. Por ende, la institución es aquella que establece y reproduce relaciones de poder. Es importante tener presente por lo menos estos antecedentes clásicos para poder evidenciar qué hay de diferente o nuevo en el pensamiento de Castoriadis y por qué hemos decidido enfocarnos en su noción y uso teórico de institución.

Para ello, con base en un artículo elaborado por Geoffrey Hodgson<sup>18</sup>, titulado *¿Qué son las instituciones?* (2011), encontramos que aun habiendo diversas concepciones de institución, existen similitudes sustanciales. En principio el autor expone que las instituciones son estructuras de suma importancia en la esfera social puesto que ellas constituyen el tejido de la vida social. Asimismo refiere al papel de las instituciones en la vida social que implica advertir que gran parte de la interacción y de la actividad humana que se estructura en términos de reglas explícitas y/o implícitas. Hodgson (2011: 22) define las instituciones como “sistemas de reglas sociales establecidas y extendidas que estructuran las interacciones sociales. El idioma, el dinero, la ley, los sistemas de pesos y medidas, los modales en la mesa, las empresas (y otras organizaciones) son todas instituciones.” Hasta el momento, retomando a Berger, Luckmann, Malinowski, y el marxismo, podemos observar la coincidencia en que toda institución funge como reguladora de acciones/prácticas/conductas e interacciones entre individuos.

---

<sup>18</sup> Profesor investigador de Ciencias Empresariales de la Universidad de Hertfordshire y editor responsable de la revista *Journal of Institutional Economics*. Es reconocido como uno de las figuras destacadas del institucionalismo crítico moderno, una de sus áreas investigación abarca la economía institucional. Especialista en instituciones.

Respecto a las normas, siguiendo a Hodgson observamos que tanto normas como reglas, “son internalizadas en las preferencias, y replicadas con el comportamiento del individuo. Un comportamiento repetido, condicionado por aparentes reglas, adquiere un peso normativo pues la gente acepta lo acostumbrado como virtud moral” (Hodgson, 2011: 22). Las instituciones limitan y al mismo tiempo permiten el comportamiento: la existencia de reglas implica a su vez restricciones. En el caso de la felicidad, lo que nos interesa estudiar en esta tesis, diremos que es una institución en tanto que por medio de diferentes herramientas y métodos (por ejemplo los propuestos por libros de autoayuda) se normalizan o se internalizan prácticas que prometen ser parte de o la felicidad misma al tiempo que se restringen otras prácticas.

Hodgson (2011) plantea también que las instituciones estructuran las interacciones sociales y en qué sentido se establecen o se encuentran inmersas. La manera en la que nos relacionamos con los otros y con nosotros mismos es una de las tareas de la institución. Del mismo modo, las instituciones procuran la posibilidad de un pensamiento ordenado, esto, nos dice Hodgson es gracias al imponer a las actividades humanas una forma y una consistencia. Vemos entonces que las instituciones no sólo responden a necesidades, como lo planteaba Malinowski desde el funcionalismo, sino que de algún modo crean tales necesidades puesto que se procura dar forma y orden al mundo social y al hacer esto, que puede ser una manera de satisfacer una necesidad del hombre en sociedad, también surgen otras nuevas como puede ser la creación de otras instituciones. Por otra parte, Hodgson (2011) puntualiza que si bien, las instituciones dependen de los pensamientos y las actividades de los individuos, no pueden ser reducidas a ellos. Este punto es importante pues veremos en el siguiente capítulo, *Institución Imaginaria: una aproximación*, desde la postura que nos interesa (con base en Castoriadis), que las instituciones son creadas por los individuos y creadoras de éstos, es decir que además de depender de los pensamientos y las actividades de los individuos, los individuos y su actuar en el mundo también tiene que ver con las instituciones que los han formado pero no de manera determinista, pues lo imaginario, veremos, juega un papel fundamental.

Respecto a lo anterior y retomando a Hodgson, el especialista en instituciones señala que:

[...] las instituciones dependen de los individuos para poder existir, de sus interacciones y de sus patrones compartidos de pensamiento. No obstante, un individuo nace en un mundo institucional pre-existente que lo confronta con sus reglas y normas. Las instituciones con las que nos enfrentamos residen en las disposiciones de otros individuos pero también dependen de las interacciones estructuradas entre ellos, en las que se ven implicados ciertos artefactos materiales o instrumentos. La historia proporciona los recursos y las limitaciones, tanto materiales como cognitivas, en las que pensamos, creemos y actuamos. (Hodgson, 2011: 30)

Con lo anterior el autor sostiene que las instituciones son estructuras objetivas en la interacción social y fuentes subjetivas que se encargan del “agenciamiento” del propio individuo. De este modo es que las instituciones establecen prácticas que concuerdan entre la población lo que genera creencias y propósitos que van en la misma dirección. Se normalizan modos de vida por medio de las instituciones y el tema de la felicidad, veremos, es un ejemplo de otros tantos.

Hodgson nos dice que así como las instituciones pueden estructurar, restringir y promover los comportamientos individuales, también tienen la capacidad de moldear dichos comportamiento de los agentes ya que cuentan con la capacidad de cambiar las aspiraciones en lugar de simplemente promoverlas o restringirlas.

Intentemos responder ¿por qué la institución desde Castoriadis y no desde algún otro teórico? Antes de responder cabe precisar que al delimitarse a un marco teórico o conceptual, de manera paralela se trabajan otras teorías y autores que de un modo u otro son parte del pensamiento del autor principal, en este caso nos referimos a Castoriadis. Dicho de otro modo, al tomar la decisión de analizar el tema de la felicidad desde categoría la de institución de Cornelius Castoriadis, no sólo hacemos lectura desde tal autor sino también desde cada uno de los autores a partir de los cuales formó su pensamiento, ya sea acercándose o alejándose de sus concepciones, por ejemplo, Aristóteles y Nietzsche o incluso

Marx y Lacan. Al ahondar en su teoría podremos notar lo anterior algunas veces de manera explícita y otras tantas implícita.

Por lo pronto nos enfocaremos en dar un primer acercamiento a la institución desde Castoriadis para responder a la pregunta formulada líneas arriba. Asimismo nos damos a la tarea de presentar algunas investigaciones que han sido elaboradas en años recientes donde se hace uso de otras categorías del filósofo. Para comenzar nos apoyaremos de otra investigación relacionada con las instituciones. Gloria Alvarado<sup>19</sup> (1995) en su artículo *La institución: una categoría a reconstruir*, expone, como sugiere el título, la necesidad de reconstruir la categoría de institución siendo ésta uno de los pilares en los cuales se fundamenta el saber de las Ciencias Sociales ya que por medio de ella se ha intentado dar cuenta de procesos que regulan las formas de articulación de la vida social. Alvarado presenta los motivos por los cuales considera como una necesidad imperante el replantearnos o reconstruir la noción de institución en las Ciencias Sociales, uno de estos motivos es el planteamiento desde y por lo funcional de manera exclusiva, pues se afianza al Estado como fundamento de toda institución. Un ejemplo claro es la visión marxista de la institución. Alvarado nos dice que el problema de esta visión, es que se ve únicamente “la dinámica de necesidades sociales surgidas de la propiedad y su materialización en una normatividad jurídica y en el sistema de sanciones que garantiza su mantenimiento” (Alvarado, 1995: 2). Por tal motivo la institución desde el funcionalismo es meramente un instrumento de mediación destinado a asegurar la satisfacción de necesidades que pretenden o buscan una reducción de tensiones y desgaste de la vida colectiva y, agregamos, a reproducir o crear formas de vida necesarias para mantener un orden determinado.

Según la lectura que Alvarado (1995) hace de Castoriadis, la noción de institución puede ser vista desde dos vías: aquella que mantiene (lo instituido) o

---

<sup>19</sup> Psicóloga de la Universidad Nacional de Colombia, Postgrado en Educación Universidad de París VIII. Investigadora del DIUC. Actual directora de la Escuela de Pedagogía de la Universidad Central. Bogotá.

aquella que se orienta hacia una transformación (lo instituyente). Es decir, la propuesta de Castoriadis muestra una institución dinámica con un carácter no sólo funcional sino que se crea y recrea de manera constante a través de los individuos a la vez que éstos la crean. Como se puede advertir, Castoriadis busca ir más allá de las explicaciones “funcionalistas-racionalistas”, y este es un punto importante que distingue a su noción de institución con respecto a otras aportaciones teóricas. Ahora, veremos que se parte justamente de una crítica al pensamiento racionalista que permea en la visión funcionalista, y al respecto, Alvarado comenta lo siguiente:

[la visión funcionalista] señala la existencia de una confusión entre el reconocimiento de una relación profunda de la producción con el resto de la vida social, y la reducción de la actividad humana mediatizada por instrumentos, a la condición de fuerza productiva. Dicha confusión da como resultado la aplicación de la lógica, la organización social y el contenido de la cultura característicos de la modernidad a toda la historia. (1995: 3)

Vivimos, pensamos y creamos bajo esta lógica que para Castoriadis representa un obstáculo epistemológico al impedir ver más allá de necesidades y funciones. Es un hecho que la vida social implica tanto necesidades y la satisfacción de éstas como la búsqueda o explicación por medio de la funcionalidad. Sin embargo no podemos reducir a la institución a tal explicación, se debe tener en cuenta la “racionalidad subjetiva” como Castoriadis lo menciona. Es así que el filósofo introduce una discusión acerca de la explicación en las Ciencias Sociales y elementos aportados por el psicoanálisis. Es preciso mencionar que en el pensamiento de Castoriadis no veremos una separación entre categorías, por el contrario, se presenta la interrelación de categorías y disciplinas. El mismo Castoriadis es ejemplo de esto al ser y hacer uso de sus conocimientos filosóficos y también psicoanalíticos, por poner un ejemplo. En la conceptualización de la institución desde Castoriadis, no se niega lo real racional pero se introduce la dimensión de lo simbólico. Siguiendo a Alvarado, a partir de la conceptualización de la institución los eventos se articulan coherentemente por una lógica propia que se puede distinguir de la lógica de las causas.

Por supuesto que la crítica al racionalismo puede ser cuestionable aun cuando se introduce la dimensión de lo simbólico, por ello Castoriadis recurre a un elemento más para explicar a la institución, nos referimos a lo imaginario. Así el autor hace uso de la teoría psicoanalítica pero con un distanciamiento marcado del psicoanálisis lacaniano. En palabras de Gloria Alvarado (1995: 6), "el imaginario introducido por Castoriadis tiene el carácter de una fuerza pura e indeterminada, actualizada en un hacer creativo, entre cuyos productos se destacan la racionalidad y la realidad". Es decir que la institución desde Castoriadis, ya con el elemento imaginario, hace énfasis en el poder de creación indeterminada tanto de símbolos como de significaciones lo que va dando orden y sentido a la vida social aun cuando, cabe destacar, ese orden no deja de ser producto y producir caos. Pensar la institución a partir de lo imaginario da pauta a la relación individuo-sociedad, esto por medio de su cruce con lo simbólico.

En resumen, hemos decidido delimitar la presente tesis al pensamiento de Castoriadis, teóricamente hablando, puesto que su noción de institución abarca aspectos que las concepciones clásicas no como son lo simbólico y lo imaginario, no obstante, la concepción de institución de Castoriadis coincide con otras en tanto que es reguladora y normalizadora de prácticas y de los sujetos mismos. Más adelante, en el capítulo 2. *Institución Imaginaria: una aproximación*, se profundizará de manera concreta en la institución imaginaria de la sociedad para dar paso a lo que afirmamos desde el título de la presente investigación: la felicidad como institución imaginaria de la sociedad, a partir de una elucidación en torno a los libros de autoayuda.

Javier Cristiano<sup>20</sup> (2011) en su artículo *Estructuración e imaginario: entre Giddens y Castoriadis* hace una lectura de la teoría de la estructuración de Anthony Giddens. Cristiano dice que dicha teoría se considera un proyecto inconcluso, sin embargo, a pesar de ello, sostiene que tal lectura renueva el interés por los escritos de Giddens, dejando también al descubierto una limitación

---

<sup>20</sup> Doctor en Sociología por la Universidad Complutense de Madrid, y Magíster en Sociosemiótica por la Universidad Nacional de Córdoba

que consiste en la inclusión del sentido de la noción de “regla”. Cristiano sostiene que “la consecuencia de este límite es considerar sólo una contingencia de baja intensidad que no deja lugar al ‘acontecimiento’ y que, por tanto, recorta la captación del cambio social” (2011: 9). Es por lo anterior que Cristiano, propone ampliar la propuesta de Giddens con parte del pensamiento de Castoriadis. Así, para evitar reducir el sentido y la significación a la noción de regla, Cristiano propone introducir de manera específica la categoría de “lo imaginario social”. Vemos en este artículo un ejemplo de cómo la propuesta teórica de Castoriadis puede complementar otras posturas.

En este mismo sentido nos permitimos agregar otro ejemplo interesante donde Castoriadis y su pensamiento se compagina con un sociólogo por muchos conocido: Bourdieu. Cristiano (2011), en su artículo titulado *Habitus e imaginación*, pone a jugar categorías teóricas de Castoriadis y Bourdieu. Parte de señalar una limitante del concepto de habitus para después sostener que el habitus al suponer una capacidad creadora de los agentes y la contingencia resultante de las prácticas, puede vincularse con la noción de imaginación de Castoriadis. Así es como Cristiano muestra los alcances y aportaciones a la teoría de las prácticas y una mejor comprensión del habitus a partir de Castoriadis. De este modo, dice Cristiano (2011) las prácticas en general logran un principio de interpretación más amplio.

Otro concepto de Castoriadis socorrido en las Ciencias Sociales es el de imaginario social. En el artículo de Leonardo Cancino<sup>21</sup> titulado *Aportes de la noción de imaginario social para el estudio de los movimientos sociales* hace uso de la noción de imaginario social para remitir a las prácticas propias de los movimientos sociales. Cancino (2011) plantea que el imaginario social permite observar la diversidad y los cambios que experimentan los movimientos sociales. Podremos observar en este ejemplo la importancia de centrarse en el análisis de las prácticas que se instituyen como parte del movimiento.

---

<sup>21</sup> Psicólogo en la Universidad de Talca y como Magíster en Psicología Social.

La riqueza que existe en el pensamiento de Castoriadis es innegable. Existe posibilidad de abordar diversas problemáticas sociales, como los ejemplos anteriores, ahora mostramos otro caso en el que se aborda un tema actual desde categorías de Castoriadis. Raúl Anzaldúa<sup>22</sup>, describe en el artículo titulado *Socialización, poder y violencia: reflexiones teóricas* el proceso de socialización de los jóvenes donde éstos son moldeados y modulados en un campo de poder donde hay luchas y resistencias. Lo anterior es analizado a través de Cornelius Castoriadis respecto al proceso de socialización y de los planteamientos de Michel Foucault sobre la subjetivación y el modelamiento de los sujetos.

Beatriz Ramírez<sup>23</sup> en el artículo titulado *Deseo y formación en la creación social* presenta una discusión entre diversos académicos, de diferentes universidades acerca de los aportes de Cornelius Castoriadis en torno a distintos ámbitos disciplinarios. El trabajo plantea reconocer la importancia de los conceptos y las teorías para reflexionar sobre cuáles son los impactos que pueden tener las diferencias en las nociones de mundo y sujeto de manera específica. Ramírez (2016) sostiene que la noción de sujeto es acción social, capaz de instituir y transformar el mundo. La investigación parte de comprender su dinámica psíquica.

Por otra parte nos parece preciso mencionar que, los conceptos de Castoriadis, también han sido utilizados para analizar a la Universidad. La investigación elaborada por Napoleón Murcia<sup>24</sup> y Audin Gamboa<sup>25</sup> es un claro ejemplo. El artículo *Saber, manipulación y poder. La Universidad como Institución*

---

<sup>22</sup> Pedagogo, docente de la Universidad Pedagógica Nacional, México y miembro del Sistema Nacional de Investigadores (CONACyT)

<sup>23</sup> Docente e investigadora en la Universidad Autónoma de México- Azcapotzalco. Dra. en Psicología Social con Orientación en la Educación, Maestra en Teoría Psicoanalítica, Lic. en Psicología Social

<sup>24</sup> Magíster en Educación de la Universidad de Caldas, Doctor en Ciencias Sociales Niñez y Juventud de la Universidad de Manizales – CINDE, Posdoctorado en Narrativa y Ciencia, Universidad Santo Tomás- Universidad de la Plata. Docente investigador de la Universidad de Caldas (Colombia)

<sup>25</sup> Magister en Pedagogía. Universidad Industrial de Santander. Doctorando en Ciencias de la Educación (RUDE- COLOMBIA), Profesor Investigador de la Universidad Francisco de Paula Santander. Cúcuta, Colombia.



*Social* (2015) presenta que para instituir la universidad, la sociedad es quien crea las bases funcionales. A partir de esas bases las personas pueden hacer cosas, representarlas o decir las sobre y en la universidad. Es decir, la Universidad como Institución, desde Castoriadis, es creada por la misma sociedad por medio de prácticas, o en palabras del propio filósofo, a través del decir y hacer (*legein* y *teukhein*).

Marco Jiménez<sup>26</sup> (2007), en su artículo *Educación e identidades imaginarias. Un acercamiento a las significaciones imaginarias y a las identidades en educación*, hace uso de las categorías mencionadas en el título. Tales categorías son planteadas desde Castoriadis para poder hacer un análisis sobre la educación y las identidades. Jiménez aclara la diferencia que existe entre el imaginario y las significaciones imaginarias de Castoriadis con respecto a las representaciones sociales por muchos socorridas en las Ciencias Sociales. A lo largo del texto Jiménez, apoyado en Castoriadis, asegura la posibilidad de una educación autónoma al poder cambiar a los sujetos a partir de aprender a aprender, a descubrir y a crear/inventar. Sería una educación autónoma en tanto que maestro y alumno son capaces de alterar su pensamiento y acciones por medio de sus propios discursos y prácticas educativas. Con lo anterior lo que Jiménez se propone es dar muestra de que la noción de imaginario en el campo de las teorías de la educación es central, puesto que permite reconocer la posibilidad de la autonomía del individuo. El análisis e interpretación de las significaciones sociales imaginarias, nos dice Jiménez (2007), contribuye a proponer una nueva forma de abordar y comprender los mitos y las prácticas educativas. En resumen, para Jiménez, la práctica educativa se sitúa entre las significaciones sociales imaginarias y la producción de identidades, su accionar se encuentra entre heteronomía y la autonomía siendo así, la educación puede inclinarse en ocasiones más hacia un extremo que al otro.

---

<sup>26</sup> Doctor en Ciencias Sociales con especialidad en Psicología Social de Grupos e Instituciones, miembro del Sistema Nacional de Investigadores Nivel 2. Profesor del Posgrado de Pedagogía (FFyL), profesor del programa de sociología (FES Acatlán UNAM)

Adriana Arpini<sup>27</sup> (2012) en su artículo titulado *Propuestas en torno a la investigación en humanidades y ciencias sociales. Indagaciones sobre el humanismo* expone la noción de “imaginario” y a las nociones de “diversidad” e “historicidad” constitutiva del hombre. En este caso la autora hace uso de una categoría de Castoriadis al mismo tiempo que de otros teóricos. En la investigación se sostiene que “es posible rastrear en nuestra tradición de pensamiento una forma alternativa del humanismo al que podemos caracterizar en clave intercultural” (Arpini, 2012: 11).

Luis Flores y Viviana Sobrero<sup>28</sup> (2011) en su artículo *Subjetividad y política: consecuencias para el discurso educativo* ofrecen propuesta epistemológica que “tensiona los supuestos de la filosofía de la conciencia y del positivismo a partir de la incorporación de diferentes aportes provenientes de la fenomenología y la hermenéutica” (Flores y Sobrero, 2011: 315). Al inicio de la investigación se presentan las principales vertientes epistemológicas y teóricas desde donde se configura la noción de subjetividad. Se apoyan en los aportes de la fenomenología con Husserl, Merleau-Ponty y F. Varela, para definir la subjetividad por su condición encarnada, emergente e intersubjetiva. Seguido de ello, desde la hermenéutica, se proponen algunas nociones teóricas desarrolladas por Michel Foucault, que permiten analizar las relaciones entre las formas de saber, las formas de poder y las formas de sujeto. Después de lo descrito comienza lo que interesa por ahora, pues se analiza el aporte conceptual que la noción subjetividad entendida desde la teoría política y la hermenéutica y para ello se incorporan algunos aportes provenientes de la filosofía y la teoría política. De manera particular, el análisis recoge los aportes de Cornelius Castoriadis y su noción de política como proyecto de autonomía. Asimismo se retoma la noción de discurso y de subjetividad como “efecto” proveniente del conjunto de relaciones de saber-poder a modo de herramientas conceptuales. Finalmente, desde el marco teórico-epistemológico anteriormente expuesto, se propone una mirada que pretende

---

<sup>27</sup> Doctora en Filosofía. Profesora y Licenciada en Filosofía por la Universidad Nacional de Cuyo (Mendoza, Argentina)

<sup>28</sup> Investigadores y docentes de la Universidad Austral de Chile Valdivia, Chile

interrumpir las lecturas tradicionales y, de algún modo, reduccionistas de los fenómenos educativos actuales.

Ana María Valle<sup>29</sup> (2012), en el artículo titulado *Universidad: Institución Imaginaria*, propone pensar a la universidad a partir de sus prácticas y relaciones, esto desde las nociones de institución e imaginario social propuestas por Castoriadis. Valle toma como eje de análisis la institución y lo conjuntista identitario así como lo imaginario y la significación imaginaria. Lo que le interesa a Valle es dar respuesta a qué es la universidad como institución imaginaria y qué instituye y qué significa la universidad. Primero se exponen algunas características fundamentales de la noción de institución desde Castoriadis en donde se muestra la separación que hace Castoriadis de la visión funcional, para ello da cuenta de las significaciones, lo conjuntista identitario y la autonomía. Seguido de ello se aborda “lo imaginario” donde Valle destaca lo que Castoriadis llama las significaciones imaginarias sociales y el “imaginario radical”. Finalmente, el artículo concluye cuando Ana María Valle analiza la noción de “universidad” a partir de las nociones “institución” e “imaginario”, retomando algunas de las ideas fundamentales que Kant expone en “El conflicto de las facultades”.

Roberto Villamil<sup>30</sup> (2012) en su artículo *La educación como significación imaginaria*, se pregunta por la posibilidad de la continuación del contacto con ideas y reflexiones en el ámbito educativo. Villamil propone que esta posibilidad existe en el acto de creación. Para demostrar lo anterior se hace una lectura de la obra de Castoriadis donde éste lanza la siguiente interrogante: ¿qué es lo que hace a la educación? Respondiendo a ello, Villamil (2012) formula las siguientes preguntas: “¿Qué significa educación para nosotros? ¿qué valor tiene? ¿qué esperamos de ser educados? ¿el significado social de la educación se está reduciendo tan sólo a la funcionalidad profesional?” Así se llega a un punto importante dentro del artículo

---

<sup>29</sup> Doctora en Pedagogía, miembro del Sistema Nacional de Investigadores Nivel 2. Profesora del Posgrado de Pedagogía (FFyL y FES Acatlán UNAM), profesora del Colegio en Pedagogía (FFyL-UNAM). Líneas de investigación: Sociología de la Cultura y la Educación. Identidades e Imaginarios Sociales, Filosofía de la Cultura y la Educación.

<sup>30</sup> Licenciado en Sociología por la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la UNAM. Doctor en Pedagogía por la Facultad de Filosofía y Letras. Líneas de investigación: Sociología de la Educación, Comunicación y Educación y Educación Continua.

de Villamil donde entra la racionalidad instrumental del capitalismo que ha sellado las posibilidades de darle un significado distinto a la educación que sea otro y no aquel de ser competitivos y los mejores para insertarse en un mercado laboral que cada vez parece más excluyente. Villamil aborda lo educativo como una institución, tomando esta noción de Castoriadis.

María Luisa Murga<sup>31</sup> (2012) en el artículo *La educación. Caos imaginario*, piensa y trata el tema de la educación en México en la actualidad a partir de la obra de Cornelius Castoriadis. El planteamiento que propone Murga sobre la educación gira en torno a la creación de sentido, la historia y lo histórico-social como creación de temporalidad desde Castoriadis. Murga (2012) comienza argumentando, siguiendo a Castoriadis, que la institución de la sociedad es creación de la misma para, teniendo claro eso, abordar a la educación como institución de la sociedad. Una vez dicho lo anterior, como conclusión, Murga (2012) muestra que la educación como institución social es la vía por la cual las sociedades forman a los individuos que las integrarán y las hacen ser sociedad. La educación como institución imaginaria permite, dice Murga, mantener, continuar, evolucionar o transformarse a partir del desarrollo de la reflexión y de su expresión a través de la palabra y la acción. No obstante, Murga aborda lo que ella presenta como un problema: la imposición de la reforma educativa, puesto que la educación se ve influenciada por la dimensión instrumental-burocrática, con lo que se deja la educación a expensas de la pura técnica.

Sigifredo Esquivel<sup>32</sup> (2012) en su artículo titulado *Castoriadis: Prometeo trágico se ha sublevado*, plantea que Cornelius Castoriadis se asemeja a un Prometeo moderno puesto que simpatiza con los apátridas, cree en la igualdad de todos los seres humanos y está dispuesto a hacer lo que sea para que dicho ideal materialice una praxis revolucionaria. Esquivel (2012) nos dice que así como Prometeo simboliza el derrocamiento del poder tiránico y despótico, la filosofía de Castoriadis al estar centrada en la imaginación, la autonomía, la libertad de

---

<sup>31</sup>Doctora en Ciencias Sociales, UAM-Xochimilco, miembro del Sistema Nacional de Investigadores Nivel 1. Líneas de investigación: Instituciones, subjetividad, educación e imaginario.

<sup>32</sup> Docente-investigador en la Universidad Autónoma de Zacatecas. Perfil PROMEP. Es doctor en Artes y Humanidades.

pensamiento y el imaginario radical subversivo, da muestra de su carácter de Prometeo trágico, melancólico, subversivo, anti-solemne. Haciendo una analogía del mito de Prometeo, Esquivel dice que Castoriadis robó el fuego del saber para fabricar un pensamiento libertario que no respeta, ni siquiera, los dogmas del anarquismo o de la izquierda instituida (en términos del propio Castoriadis). A lo largo de su artículo, Sigifredo Esquivel, retoma las nociones de imaginación (desde su cualidad de creación), instituido y autonomía, en especial, para pensar a la educación y la vida política.

Como pudimos observar a lo largo de este apartado, la propuesta teórica de Cornelius Castoriadis puede ser de mucha ayuda para analizar diversas problemáticas sociales. Las categorías propuestas permiten o proveen de lo necesario, metodológica y teóricamente hablando, para investigar diferentes temas. Se puede recurrir a Castoriadis desde la propia filosofía pero también desde la sociología, pedagogía o ciencia política. En el caso de la presente tesis haremos uso de la noción de Institución Imaginaria de la Sociedad por abarcar lo que a nuestro parecer puede responder a lo que hoy en día se plantea como un imperativo: ser felices. De manera específica nos interesa exponer cómo los libros de autoayuda, al ser flujo de prácticas que instituyen modos de vida, instituyen también un concepto y una forma determinada de lo que es o debe ser la felicidad.

En resumen: la felicidad puede ser planteada, hoy en día, como un imperativo cultural pues con mayor frecuencia y de diferentes maneras se nos presenta como algo imprescindible y sobre todo también se nos dice cómo y qué hacer para obtenerla. Encontramos paradojas en el tema de la felicidad actualmente al pretender medirla por medio de índices que la definen, materializándola a gusto, modo o necesidad de quien lo requiera, ya sea el mercado o incluso el Estado. La felicidad, se convierte en algo medible y también en un universal, un deber ser para todos, lo cual da pauta para homogeneizar, normalizar o instituir a los sujetos.

Una de las herramientas que permiten esta institución de la felicidad son los libros de autoayuda, pues por medio de ellos se plantean prácticas que son propias del estilo de vida imperante. Prácticas que producen o favorecen el

individualismo, por dar un ejemplo, asimismo encontramos que los libros de autoayuda son un referente de análisis capaz de ofrecer un acercamiento a la realidad social.

La felicidad como imperativo cultural, por su carácter homogéneo y que homogeneiza sujetos, nos permite pensarla como una institución imaginaria, en términos de Castoriadis. Vimos, también a lo largo del presente capítulo, que la noción de institución de Cornelius Castoriadis se distingue de otras acepciones por ser más amplia y retomar aspectos que se habían omitido, principalmente la cuestión de lo imaginario y su capacidad de creación. La institución de Castoriadis es aquella que es creada por individuos, y que a su vez, crea individuos. Las categorías teóricas de Castoriadis han sido utilizadas para reflexionar sobre diversos temas y desde diferentes disciplinas, en esta tesis se hará uso de su aporte teórico-filosófico para pensar alrededor de la felicidad y los libros de autoayuda.

## **Capítulo II. Institución Imaginaria: una aproximación**

*No solo necesitamos ver para creer,  
también necesitamos creer para ver.*

Marco Jiménez

El presente capítulo tiene como objetivo identificar los principales elementos de la institución imaginaria de la sociedad según Castoriadis. Para ello hemos dividido el capítulo en tres apartados, en el primero abordamos a la institución tomando como referencia la concepción de Castoriadis (2013) de la cual interpretamos que la institución es aquella que proporciona sentido y unidad a una sociedad al normar y regular conductas, tomando como ejemplo la felicidad desde dos pensamientos o escuelas filosóficas: el estoicismo con Séneca y Marco Aurelio y el utilitarismo de John Stuart Mill. Asimismo retomamos a la institución desde la visión económico-funcional para aclarar que Castoriadis agrega características que dicha visión no toma en cuenta, tal es el caso de la capacidad de creación que tiene una institución. Es preciso mencionar que dentro del marco teórico conceptual hay una distinción de instituciones, para exponer tal caso damos cuenta y ejemplos (algunos de ellos relacionados con la felicidad) de lo que Castoriadis llama instituciones primeras e instituciones segundas.

Seguido de ello, en el segundo apartado explicamos cómo Castoriadis hace uso de una teoría matemática para explicar a la sociedad. Hablamos de la teoría de conjuntos o, lógica conjuntista identitaria. Para poder entender mejor tal lógica y qué tiene que ver con la sociedad, en especial con la felicidad, tomamos otras tres categorías importantes dentro del marco teórico elegido: *legein*, *teukhein* y lo simbólico.

Finalmente, en el tercer apartado hablamos de un elemento de suma importancia y constitutivo tanto de la institución como del individuo y la sociedad en general: lo imaginario. Esclarecemos la postura que tiene nuestro autor respecto a lo imaginario y cómo este elemento tiene una dimensión tanto



individual como social. Nos referimos a lo que Castoriadis distingue como imaginación e imaginario, lo imaginario radical y lo imaginario social instituido. De este mismo modo, nos aproximamos a otra categoría igual de importante: las significaciones imaginarias sociales y el magma, procurando ejemplificar con el tema que atañe a esta tesis: la felicidad.

Antes de entrar de lleno con los conceptos y las categorías conceptuales propuestas por Cornelius Castoriadis, daremos una breve semblanza del autor, su pensamiento y obra. Castoriadis nació el 11 de marzo de 1922 en Constantinopla, lo que hoy es Estambul. Cabe destacar que vivió a lo largo de su crecimiento varios acontecimientos sociales que sin duda marcaron su modo de pensar, por ejemplo el ascenso del nazismo, la Segunda Guerra Mundial, la liberación griega y el intento comunista de golpe de Estado en 1944. Ya entrada su juventud, Castoriadis se trasladó a Atenas, donde estudio Leyes, Economía y Filosofía. Fue esta última disciplina por la cual se inclinó e interesó más así como por el marxismo. A sus quince años comenzó a militar en la Juventud Comunista Griega y a los 23 años, ya incorporado en el trotskismo, fue amenazado de muerte tanto por los fascistas como por comunistas lo que lo lleva a refugiarse en París y hacer ahí su tesis de filosofía.

Para 1948 fundó, junto con Claude Lefort, el grupo y revista *Socialismo o Barbarie*, en donde también participan Edgar Morin, Jean Francois Lytoard, Jean Laplanche y puede notarse una constante crítica al capitalismo así como un distanciamiento radical con el trotskismo. Dicho distanciamiento hizo que Castoriadis obtuviera el rechazo de la izquierda “oficial”.

Años más adelante, nuevamente con Lefort, crea el *Círculo de investigación y de reflexión social y política* donde pensaron y reflexionaron en torno a la democracia. Es a partir de ese momento que comienza a plantear ideas que, nos parece, son claves y ejes principales dentro de todo su pensamiento. Nos referimos al concepto de autonomía. Su idea político-social, giraba en torno a la autogestión del individuo. Con el paso de los años fue profundizando y trabajando

más a partir de dicho planteamiento de manera filosófica. Siguiendo a Edgar Morín en el Epílogo que realiza en *Ciudadanos sin brújula* (2002)

la autonomía –darse a uno mismo sus propias leyes- implica al mismo tiempo la autocreación y nos sitúa frente al misterio de la creación misma, que para Castoriadis es más que una combinación de elementos preexistentes, pues trata del surgimiento de una novedad radical, que constituye una discontinuidad inesperada. Y en la fuente de toda creación está el imaginario, inventor de un mundo de formas y de significaciones, que en el individuo es imaginación radical, y en la sociedad imaginario social instituyente. Imaginación y creación están ligadas, aun en la fuente del pensamiento. (Morín, 2002: 168)

Lo anterior es importante mencionarlo puesto que tanto el tema de la autonomía como la creación y autocreación, la imaginación radical y el imaginario social, son conceptos que se encuentran presentes a lo largo de la obra de Castoriadis y, a excepción de la autonomía, trabajaremos con ellos a lo largo de la presente tesis. Si bien, su inclinación y apuesta es por la autonomía, las categorías y los conceptos de los cuales se hace valer, son de mucha ayuda para entender y para poder ver y explicar a través de ellos distintas problemáticas.

Al leer varias de las obras de Castoriadis, por ejemplo en *La institución imaginaria de la sociedad*, es notable que el autor nunca deja de beber de los textos de Platón y Aristóteles pero sin dejar de llevar eso a lo que acontecía en su tiempo. A pesar de que sus estudios fueron en Leyes, Economía y Filosofía, bien podríamos llamarlo Sociólogo, Psicoanalista o incluso Politólogo.

Es, precisamente en 1975 cuando publica *La institución imaginaria de la sociedad*, obra canónica de este autor, la cual firma por primera vez con su nombre original pues en publicaciones anteriores lo hacía bajo un seudónimo. Siguiendo a Marco Jiménez

*La institución imaginaria de la sociedad* no sólo será un conjunto de análisis y críticas severas sobre los regímenes totalitarios, alienantes, como el caso del estalinismo, sino que constituirá un parte aguas en la teoría de lo social y de la subjetividad, además de abrir nuevas reflexiones sobre el terreno de lo *histórico-social*, destacando un concepto fundamental como el de *las significaciones imaginarias sociales*. (Jiménez, 2012)

Castoriadis pensó en torno a la autonomía pero no solo eso sino que

también la vivió. Se alejó de los marxismos oficiales y aun cuando tiene fuerte inclinación psicoanalítica marco distancia, teóricamente, del lacanismo, se alejó también del positivismo científico y del lógico, del estructuralismo y del posmodernismo. Tuvo un acercamiento, amistad y debate interesante con Octavio Paz, así como un interés peculiar por el movimiento político y social del Ejército Zapatista de Liberación Nacional.

Finalmente, muere el 27 de diciembre de 1997 en París después de complicaciones derivadas de una operación cardiaca.

## **2.1. Institución. La visión tradicional, instituciones primeras y segundas**

### *La institución*

Para dar inicio es menester identificar los principales elementos de la Institución Imaginaria de la sociedad según Cornelius Castoriadis. Siendo así se comenzará hablando de la institución que, como primer acercamiento, puede ser entendida como aquello que logra mantener unida a una sociedad y el empleo que suele darse siguiendo a Castoriadis es el siguiente: “normas, valores, lenguaje, herramientas, procedimientos y métodos de hacer frente a las cosas y de hacer cosas y, desde luego, al individuo mismo” (Castoriadis, 1983: 67). Es decir, las instituciones son el conjunto de diversos elementos que le dan sentido, identidad y cohesión a una sociedad en un determinado tiempo histórico. Tales elementos no son cosa menor pues bajo ellos se rige el mundo histórico social. Entendemos que Castoriadis plantea a la institución como aquella que da herramientas al individuo y a la sociedad para hacer frente a las cosas, hacer esas cosas y hacer al individuo. El planteamiento de Castoriadis da a la institución, al individuo y a la sociedad un carácter poético en el sentido de que es el individuo quien se crea a sí mismo y a las instituciones pero a su vez, las instituciones dan pauta a que el individuo sea de determinada manera puesto que consta de elementos que regulan, orientan y dan sentido al mundo social.

Cuando se hace referencia a normas se entiende que es aquello que determina o regula las acciones de los individuos dictando qué es lo normal y qué lo anormal, lo cual implica una sanción social. Por ejemplo, si se habla de la felicidad o, mejor dicho, de qué es lo que hacen los individuos que los hace ser felices, no toda práctica es aceptada de sociedad en sociedad. La normalización, de los sujetos, hablando de la institución como norma, es su homogenización pero a la vez marca la diferencia con lo exterior o lo otro, esto otro es lo anormal. Es preciso señalar que de haber incumplimiento de una norma, cual sea, habrá sanción o castigo que puede ser implícito e ir desde la exclusión o auto-exclusión del individuo en la sociedad. En este sentido pensemos en la actualidad, viendo a la felicidad como institución que normaliza, pareciera que aquel individuo que no es feliz es el anormal, se le hace sentir como si algo malo estuviera pasando con él, se promueven libros, medicinas, terapias y cualquier tipo de antídoto que lo vuelva a la normalidad, cualquier antídoto que lo haga feliz.

Pero por ahora vayamos a otros ejemplos, pensando en que la felicidad y las prácticas que la hacen ser tal varían según el momento y espacio social e histórico, pongamos el caso de una sociedad estoica y una utilitarista. Sabiendo de principio que las normas que dicta el comportamiento de cada una no son las mismas, aún si hablamos de un mismo fin; la felicidad de sus integrantes, lo que sea que se entienda por ella.

Haciendo una lectura de Séneca (2014) podemos decir que para los estoicos se llegaba o se obtenía ese estado de felicidad prescindiendo de todo bien material y haciendo de toda adversidad una oportunidad para aprender.

A un hombre bueno nada malo puede sucederle: no se mezclan los contrarios. Del mismo modo que tantos ríos, tantas lluvias caídas del cielo, tanta abundancia de fuentes medicinales no cambian el sabor del mar, ni siquiera lo mitigan, así el ataque de las contrariedades no trastorna el espíritu del hombre fuerte: se mantiene en su posición y cuanto le sucede lo acomoda a su estilo de vida, pues es más poderoso que sus circunstancias de vida. [...] Todas las adversidades las toma como entrenamiento. (Séneca, 2014: 91)

Podríamos decir entonces que sus normas eran las siguientes: hacer uso de la razón para con ella y por medio de la virtud, guiar su vida; evitar las

pasiones, dominar el dolor y el miedo por medio del autocontrol; no dejar que el espíritu sea trastornado, no permitir que tengan prioridad las comodidades materiales, lujos o riquezas; adaptar todo lo que suceda a su estilo de vida y así lograr o mantener un estado de felicidad.

En el caso de los estoicos es complicado hablar de una sanción pues como se puede interpretar de lo expuesto unas líneas arriba, cualquier adversidad -una sanción- puede ser tomada como un entrenamiento o aprendizaje sin que necesariamente sea vista como algo negativo.

Por otro lado, una sociedad utilitarista, según John Stuart Mill, se rige “conforme al Principio de la Mayor Felicidad [donde] el fin último, con relación al cual y por el cual todas las demás cosas son deseables, [...] es una existencia libre, en la medida de lo posible, de dolor y tan rica como sea posible en goces, tanto por lo que respecta a la cantidad como a la calidad.” (Mill, 2014: 80) La norma bajo la cual los utilitaristas guían sus vidas consiste llevar a cabo cualquier tipo de acción siempre y cuando ésta produzca mayor felicidad al mayor número de personas. Es decir, se trata de un hedonismo universalista que a diferencia del hedonismo de Epicuro pone en el mismo plano los intereses personales y los de la comunidad.

Se puede afirmar que el utilitarismo de Mill es un hedonismo en tanto que la felicidad consta de una vida libre de dolor y procura los placeres (Mill, 2014). Por supuesto que esa vida que procura los placeres se presenta de manera racional y calculada, es decir, el utilitarista (planteándolo como hedonismo universal) procura que aun cuando los placeres sean acompañados por sufrimientos o dolores, estos últimos no sobrepasen a la satisfacción y que esa satisfacción está relacionada con el vínculo que se tiene con la comunidad. Al leer *El Utilitarismo* (2014) de Mill podemos exponer que ambos hedonismos -o el hedonismo de Epicuro y el utilitarismo de Mill- plantean que la felicidad se alcanza por medio del placer y evitando el dolor, sin embargo la diferencia radica en que para Epicuro el máximo placer se logra cuando existe serenidad en el alma y esto es alejándose del ámbito político. Lo que para Mill es un error puesto que cuando hay tanta

serenidad en el alma para que no sea perturbada, no hay una intervención en lo público y es así como surge el aburrimiento lo que puede impedir la felicidad. Por ello propone que si bien la tranquilidad es importante para ser feliz también es necesaria la emoción y ésta es lo que vincula al individuo con su comunidad. El hedonismo universalista busca el placer y felicidad del mayor número de personas de la comunidad, no sólo de un individuo y si la felicidad de uno solo se interpone entre la de la mayoría entonces eso sería 'lo incorrecto'. Será lo correcto si se pierde la felicidad de un individuo por lograr la de diez o veinte individuos.

Ahora bien; entendemos que los valores se traducen en prácticas colectivas o personales que son universalmente aceptadas, son parámetros que, al igual que las normas, regulan las acciones de los sujetos; sin embargo, los valores sancionan de manera moral al no ser llevados a cabo.

Por ejemplo, hablando de la justicia en términos de un valor universal<sup>33</sup>, ésta funge como mediadora de las conductas de los individuos. Un sujeto no puede -debe- ir por la vida cometiendo actos que sean injustos para los otros dentro de la sociedad; como atentar contra la propiedad privada (tratándose de sociedades capitalistas), incurrir en fraudes, no reconocer-retribuir las acciones o el trabajo de otros o cometer actos que impidan la felicidad de otros como atentar en contra de la vida o la integridad de sus semejantes. En este caso la sanción moral de la que hablamos puede ser la estigmatización o la exposición pública del sujeto y con ello la vergüenza y desvinculación con la sociedad o una pérdida de ciertos privilegios o movilidad social descendiente.

Por dar un ejemplo, desde el utilitarismo, podríamos decir que no sería justo que un individuo actuara únicamente por y para sus intereses sin incluir o velar por

---

<sup>33</sup> Se sabe de antemano que aunque se presente como valor universal, no es una categoría aplicable de la misma manera en diferentes estratos sociales por lo que su estatus de universal es solo un pronombre.

los de su comunidad. Lo justo es que además de beneficiarse a sí mismo, sus prácticas lleven al mayor número de personas a conquistar la felicidad<sup>34</sup>.

Como se puede notar, los valores y las normas están estrechamente vinculados entre sí, aunque se intenta explicar y pensar por separado, son interdependientes pues ambas implican la regulación o la determinación de las acciones y las conductas de los individuos en sociedad por medio de sanciones morales y, por ende, sociales. Hablar de valores y de normas nos remite a la moral: aquello que sea normalizado dependerá de lo bueno y lo malo que se establezca en cada sociedad y al revés, lo bueno y lo malo dependerá de las normas de cada sociedad.

Hablemos de otro componente de las instituciones; el lenguaje. El lenguaje<sup>35</sup>, además de ser el principal distintivo entre seres humanos y animales (esto según Castoriadis), es lo que permite la expresión y comunicación por medio de un sistema de signos orales, corporales y escritos. El lenguaje es en sí mismo una institución puesto que norma, da orden y sentido a sociedades y al individuo al permitir que exista un intercambio y una interacción entre individuos. Siguiendo a Castoriadis (2006), el lenguaje nos recuerda nuestra naturaleza biológica, puesto que para poder hablar se necesita de cuerdas vocales y de un sistema nervioso central que funcione y esté organizado de cierta manera, sin embargo, nosotros agregamos que el lenguaje también es lo que nos recuerda nuestra condición como seres sociales puesto que no se reduce únicamente a la expresión oral y aun cuando así fuera, ésta no tendría sentido si no existiese interacción con los otros.

El lenguaje es un sistema de expresión y comunicación y cada sociedad cuenta con un sistema propio. Castoriadis nos dice y destacamos que tal sistema tiene un elemento simbólico, el cual se retomará más adelante pues también es un

---

<sup>34</sup> Es importante aclarar que John Stuart Mill interpretaba a la felicidad como sinónimo de intereses y para él ésta se obtenía por medio del autogobierno y la participación en la vida pública. (Mill, 2014)

<sup>35</sup> Cabe resaltar que para Castoriadis el lenguaje es de suma importancia y lo trabaja de una manera amplia y analítica.

componente importante para entender a las instituciones. El hombre histórico-social<sup>36</sup> busca la manera de comunicarse y expresarse; el lenguaje es un medio para hacerlo y, como se especificó con antelación, éste varía dependiendo cada sociedad, aun cuando se busque expresar lo mismo o algo similar. Esto puede vislumbrarse incluso en el tema de la felicidad pues lo que se dice, se expresa, se vive y se entiende como felicidad no es igual, por ejemplo, en una sociedad donde impera el consumismo que en una que guíe su vida social en un sentido quizá más espiritual.

Al aludir al término de herramientas para comprender en primera instancia la institución, entendemos que es todo aquello que tiene como fin el facilitar tareas específicas. Así pues una herramienta, si lo que se pretende facilitar es el ser feliz, podrían ser los ahora de moda cursos de *coaching*<sup>37</sup> o los propios libros de autoayuda como instructivos para lograr el éxito y la felicidad. Esto poniéndonos en tono con la lógica de los libros de autoayuda.

Finalmente, por métodos y procedimientos se vislumbran las maneras de realizar determinadas tareas para llegar a un fin determinado, que como se explicó anteriormente, el fin de las instituciones es el de dar sentido, identidad y cohesión a una sociedad. En el caso de la felicidad como institución<sup>38</sup>, planteada desde el estoicismo y siguiendo a Marco Aurelio, diríamos que por método y procedimiento para ser feliz se entiende: “[ejecutar] cada acción como si se tratara de la última de tu vida, desprovista de toda irreflexión, de toda aversión apasionada que te alejara del dominio de la razón.” (Marco Aurelio, 2008 :71) Es decir, la manera de realizar las tareas que harán que los sujetos alcancen el estado de plenitud -felicidad- es comprometiéndose y dándole importancia a cada una de dichas actividades, sin dejar de lado la reflexión, el análisis y por supuesto, la razón.

---

<sup>36</sup> El hombre histórico-social en particular y en general la categoría de lo histórico-social son fundamentales en el pensamiento de Castoriadis puesto que no puede ir una sin la otra, es decir que no se puede pensar a lo social sin lo histórico ni viceversa.

<sup>37</sup> Los cursos de coaching consisten en dar entrenamiento a las personas respecto a su entorno laboral, afectivo y social. Se entrena psicológicamente a individuos bajo una lógica de competitividad.

<sup>38</sup> Se alude a la Institución Imaginaria de la Sociedad.



Asimismo, se puede ejemplificar tanto métodos como procedimientos dentro de la lógica utilitarista de la siguiente manera:

La utilidad recomendará, en primer término, que las leyes y organizaciones sociales armonicen en lo posible la felicidad (o como en términos prácticos podría denominarse) los intereses de cada individuo con los intereses del conjunto. En segundo lugar, que la educación y la opinión pública, que tienen un poder tan grande en la formación humana, utilicen de tal modo ese poder que establezcan en la mente de todo individuo una asociación indisoluble entre su propia felicidad y el bien del conjunto [...] que en todos los individuos el impulso directo de mejorar el bien general se convierta en uno de los motivos habituales de la acción. (Mill, 2014: 80-81)

Para lograr la felicidad, la utilidad promueve que por medio de la educación<sup>39</sup> se inculque a los individuos el actuar en beneficio propio pero también de la colectividad pues sus intereses -felicidad- son tan importantes como los de su comunidad. Dicho de otro modo, la manera en la que se obtiene la felicidad es educando a los sujetos para que vean por y para ellos mismos a la vez que actúen en beneficio de sus semejantes.

La institución es un elemento que humaniza al hombre, dice Castoriadis, al igual que la imaginación radical.<sup>40</sup> A pesar de que se trate de las mismas instituciones, no se puede hablar de ellas siempre de la misma manera pues éstas cambian a lo largo de la historia. Claro ejemplo es el tema que aquí nos convoca: la felicidad. Es por ello que como tal, se pretende analizarla como una institución por medio de los libros de autoayuda, es decir, únicamente como se presenta en tales libros.

En suma podemos decir que una aproximación a la institución tiene que ver con las normas, los valores, el lenguaje, las herramientas, métodos y procedimientos bajo los cuales el individuo guía sus conductas, hace frente a la vida y a sí mismo; la institución hace al individuo a la vez que el individuo hace a la institución. Es por ello que la felicidad desde los libros de autoayuda puede ser vista como una institución, puesto que dicta normas o normaliza a los individuos

---

<sup>39</sup> Al hablar de educación se hace referencia no solo a la escolarización sino también a lo que se enseña por medio de instituciones principales -familia, escuela, religión- como a través de medios de comunicación.

<sup>40</sup> Este segundo elemento, el imaginario radical, se retomará más adelante.

validando o no prácticas, por ejemplo, siguiendo a Hernández-Cancino, “hábitos positivos y acciones enfocadas a promover la salud, entre las cuales destacan alimentarse adecuadamente con nutrientes de calidad; dormir suficiente y en un mismo horario; hacer ejercicio [...] no fumar; no tomar licor y controlar las emociones negativas” (Hernández, 2017: 58) generan un estado de felicidad. Entonces se valida -se normaliza- al individuo sano que es aquel que hace ejercicio, duerme bien y se alimenta con nutrientes de calidad, mientras que lo que no es validado es el consumir alcohol o fumar así como las emociones negativas cuando no se logran controlar.

Existen herramientas, métodos y procedimientos en los libros de autoayuda por medio de los cuales se puede obtener o alcanzar la felicidad. Los libros mismos pueden ser vistos como una herramienta por medio de la cual se instituye la felicidad así como se plantean dentro de ellos métodos y procedimientos. Un ejemplo es cuando se aborda el tema de la ira siendo ésta un motivante de la infelicidad, esto según César Lozano (2015) y es él mismo quien plantea que el modo -método o procedimiento- con el que se puede controlar la ira para ser felices es identificando la causa; usar la respiración para tranquilizarse; cambiarse del lugar donde ha surgido el conflicto; enfrentar a la persona o situación con asertividad y hacer ejercicio. Del mismo modo, en tales libros, se hace uso de un lenguaje que se apropia de palabras específicas como “éxito” o “felicidad” al tiempo que se tratan o instituyen valores. Cuando se trata de éxito, en el libro *Decídete a ser feliz* (2015) se le da una definición propia: “es saber lo que quiero, poner mi mejor esfuerzo para lograrlo y disfrutar en el camino de esa búsqueda, sembrando amor y armonía con quienes convivo” (Lozano, 2015: 22). Asimismo, más adelante en el mismo libro, se hace una distinción de dos tipos de felicidad lo cual se abordará y profundizará en los capítulos siguientes al igual que los valores específicos que se instituyen.

### *La institución y la visión tradicional.*

Una vez aclarado lo anterior debe saberse también que existen dos posturas fundamentales bajo las cuales ya se ha entendido a la institución, ambas parten

de la visión económico–funcional, visión de la que Castoriadis toma cierta distancia. En esta visión se entiende a la institución como una parte indispensable con una tarea específica que realizar en un todo al que pertenece.

Una de las posturas que se rige bajo esta visión es el funcionalismo, quien trata de explicar la existencia de la institución y sus características por medio de la función que ésta cumple en la sociedad. Desde esta visión, la institución es un grupo de individuos con un tipo organizado de actividad y como tal tiene una estructura definida (Malinowski, 1944). Es decir, que el funcionalismo ve a la institución como parte de un cuerpo social en donde su función es tan vital como la de un hígado o un corazón en un cuerpo humano. Para Malinowski cada una de las necesidades que tiene el hombre se satisfacen por las instituciones; a cada función se le atribuye una institución. Por ejemplo, la institución de la familia satisface la necesidad de reproducción del hombre y es esa la función que cumple dentro de la sociedad (Malinowski, 1944). Si tomamos nuevamente a la felicidad como ejemplo de institución, desde una visión funcionalista, diríamos que ésta solo existe para cumplir una función dentro de las sociedades y tal función podría ser desde mantener un cierto orden, ya sea económico, político o cultural, hasta dar sentido a la vida individual y en colectivo.

Por otro lado está la postura marxista, en ella la institución es vista de manera concreta como el Estado y éste es “un conjunto de aparatos al servicio de la clase dominante [...] propietaria de los medios de producción” (Muñoz, 2012: 80) es decir, las instituciones, en este caso el Estado como institución, representan los medios adecuados por los cuales la vida social se organiza para ajustarse con lo que la infraestructura le exige (Castoriadis, 1983). Las instituciones permiten o ayudan a que exista un orden en la sociedad dentro de lo ya establecido; desde la visión marxista el Estado como institución reproduce las relaciones de poder y administra los negocios de la clase burguesa, siempre está al servicio de ésta.

Las instituciones, además de tener una función dentro de la sociedad, también le dan sentido a tales funciones. Es decir, si hablamos en términos

marxistas, sabiendo que las instituciones son los medios por los cuales la vida social se organiza y se ajusta con lo que la infraestructura le exige, las instituciones también dan sentido a tal infraestructura.

Ambas posturas dan por hecho que las instituciones cumplen funciones vitales que permiten la existencia de las sociedades tomando como punto de partida que “la función significa siempre la satisfacción de una necesidad” (Malinowski, 1944:159). Sin embargo, Castoriadis difiere en tanto que tal postura es reduccionista pues las instituciones no solo tienen ese papel en la sociedad sino que, si bien son creadas para satisfacer necesidades, también son creadoras de éstas. En este punto surge una pregunta con respecto a lo que interesa en esta tesis; si vemos a la felicidad como una institución imaginaria entonces ¿a qué necesidades pretende satisfacer? O bien ¿qué necesidades crea? Nos atreveríamos a lanzar una hipótesis con respecto a tales cuestionamientos, esto pensando en el consumo tan exacerbado hoy en día; la felicidad como institución más que satisfacer necesidades es creadora de éstas y se ligan de manera directa con el mercado; es decir entre más se consumen productos más cercano se cree estar de la felicidad.

La institución sí satisface necesidades pero también las crea, sí reproduce lo ya establecido pero también instituye nuevas formas, la institución es inventada e inventa. No es que Castoriadis rechace ninguna de las dos aportaciones sino que además de retomarlas decide ampliarlas pues, para él, dejan cabos sueltos aun cuando se ven pistas de abordar temas que son fundamentales para entender y explicar a la institución; este es el caso de Marx pues con el tema del fetichismo de la mercancía abre un camino para pensar en lo imaginario y es justo lo que hace Castoriadis.

La diferencia entre la institución de Castoriadis y la institución planteada desde el funcionalismo radica en los elementos psicoanalíticos que retoma el filósofo. Estamos hablando de lo simbólico, lo imaginario y lo real. En los próximos apartados nos daremos a la tarea de explicar tales elementos.

### *Instituciones primeras e instituciones segundas.*

Es importante mencionar que para Castoriadis existen instituciones primeras e instituciones segundas (no secundarias, por ende, no con menos importancia). La institución primera de la sociedad “es el hecho de que la sociedad se crea a sí misma como sociedad, y se crea cada vez otorgándose instituciones animadas por significaciones sociales específicas de la sociedad” (Castoriadis, 2006: 124). En otros términos; la institución primera es el todo que le da sentido a cada una de las cosas que lo constituyen pero que a su vez no puede ser sin esas cosas que lo hacen ser el todo que es. Para ser más claros pongamos un ejemplo, digamos que la institución primera es la sociedad capitalista; ésta hace que la lucha de clases exista y de una u otra manera cobre sentido, por el capitalismo existe el fetichismo de la mercancía y tiene sentido la empresa pero, la sociedad capitalista sin lo mencionado ¿seguiría siendo sociedad capitalista? No intentamos decir que tal sociedad sea sólo eso que se mencionó, sin embargo sí afirmamos que son componentes sin los cuales definitivamente no se podría hablar de una sociedad capitalista. Pues bien, eso es lo que caracteriza a las instituciones primeras, el dar y tener sentido por otros elementos que la componen, estos elementos veremos que son las instituciones segundas. Siguiendo con Castoriadis (2006), las instituciones primeras, se articulan e instrumentan por medio de instituciones segundas y éstas se dividen en dos, las transhistóricas y las específicas.

Ejemplos de institución segunda transhistórica son el lenguaje y el individuo, y nos atreveríamos a agregar a la felicidad en esta categoría, pues son instituciones que son diferentes en cada sociedad, sin embargo están presentes en todas ellas. Y, hablando de felicidad, a lo largo de la historia y en diferentes sociedades varía la visión que se tiene de ésta. Por ejemplo, no se entiende de la misma manera la felicidad en tiempos de Aristóteles donde se le concebía como una actividad en la que se desplazaba la identificación con el placer, que por el contrario, diríamos que en la sociedad contemporánea, con ciertos rasgos hedonistas, se identifica a la felicidad con una inclinación e insistencia por la satisfacción de placeres y evitar (en la medida de lo posible) el dolor. Tampoco es

igual la felicidad como la entienden los utilitaristas en comparación con la noción que tienen los estoicos aun cuando puedan compartir ciertas similitudes. Por un lado los estoicos plantean lo siguiente:

[...] se puede llamar feliz a quien ni desea ni teme gracias a la razón [...] la vida feliz es la inamovible y afianzada en un juicio recto y certero [...] sin la cordura nadie es feliz, y no está cuerdo aquel a quien las cosas por venir resultan apetecibles como si fueran las mejores. Feliz, por tanto, es el dotado de recto juicio; feliz es el que se contenta con lo presente, sea lo que sea, y el que aprecia sus bienes; feliz es aquel a quien la razón recomienda toda su actitud ante los bienes. (Séneca, 2014: 231, 232)

Para los sujetos que se rigen bajo el estoicismo, la felicidad es el vivir el presente, el aquí y ahora; es el dejarse guiar por la razón más que por los placeres, tener capacidad de juicio y valorar lo que se tiene. Mientras que por otro lado, para los utilitaristas la felicidad se concibe de la siguiente manera: “La felicidad es el fin de la vida, [son] momentos de tal goce, en una existencia constituida por pocos y transitorios dolores, por muchos y variados placeres, [...] teniendo como fundamento de toda felicidad no esperar más de la vida más de lo que la vida pueda dar.” (Mill, 2014: 72). Es decir que el hombre feliz, visto desde el utilitarismo, es quien en su vida pasa más momentos placenteros que dolorosos, es aquel que goza y no espera más de lo que de alguna manera se encuentra ya establecido. Se puede notar que aunque en ambos casos se habla de la felicidad, la definición y las prácticas o experiencias son diferentes en cada uno; se trata, entonces, de una institución transhistórica.

Por otra parte, las instituciones segundas específicas son aquellas que tienen un rol central dentro de las sociedades. Esto, siguiendo a Castoriadis “en el sentido de que lo que es de vital importancia para la institución de la sociedad considerada, es decir, sus significaciones imaginarias sociales, está esencialmente sostenido por estas instituciones específicas.” (Castoriadis, 2014: 125) Es decir que las instituciones segundas específicas son aquellas que sostienen las significaciones imaginarias sociales y dan sentido a las instituciones centrales pero que por sí sola no tendría sentido alguno. Castoriadis (2014) da un ejemplo que a nuestro parecer es el más claro: la empresa capitalista. Trayendo tal ejemplo a nuestros días podemos pensar a la empresa capitalista como Coca-

cola o Ford, estas dos serían una institución segunda específica puesto que sin ellas no habría capitalismo y tampoco vislumbramos a dichas empresas en sociedades anteriores al capitalismo. Dicho de otro modo, la empresa capitalista, como institución segunda específica, es una creación del capitalismo y sólo en el núcleo de ella (la empresa) puede existir el capitalismo. Asimismo debe saberse que las instituciones únicamente pueden existir si individuos, fabricados por esta misma, la hacen existir. A esto Castoriadis le llama círculo de la creación<sup>41</sup>. Para nuestro autor es el mismo sujeto quien crea a las instituciones y éstas por supuesto que recrean o dan forma a lo que es el sujeto, se trata de una relación interconstitutiva. Una no existe sin la otra y ambas se producen. Según Castoriadis

[...] se puede denominar *producción* a [la] creación. [...] El sujeto es *fuerza*. [...] Su actividad no solo plantea "objetos-productos". Plantea *nuevas determinaciones*. Claro que estas determinaciones también son "prácticas" [...] –esto no significa que la creación no "realiza posibilidades ya existentes", sino que *crea posibilidades nuevas* (más exactamente, las dos a la vez. (Castoriadis, 2011: 93)

Lo expuesto líneas arriba es relevante para nuestro tema pues la felicidad o las prácticas que se plantean como lo que es la felicidad, son determinaciones que el mismo sujeto crea. No de manera arbitraria pues, recordemos, siempre estaremos sujetos a lo histórico social, pero sí hay posibilidad de crear determinaciones nuevas, incluso con lo ya existente, que dicten lo que es y lo que no es la felicidad.

Hasta aquí podemos decir que la institución como norma y como valor media, regula, homogeniza y determina las acciones y prácticas de los individuos por medio de sanciones; como lenguaje permite la expresión, entendimiento y comunicación entre sujetos y sociedades así como también permite que exista un orden dentro del caos que es la sociedad y los propios sujetos; como herramienta facilita las prácticas y a su vez, como procedimiento y método, la institución dicta el modo de enfrentar situaciones, personas y a la vida misma. La institución ya ha

---

<sup>41</sup> La póiesis es un punto clave y fundamental dentro del pensamiento de Castoriadis. Se trata de una creación alejada del sentido teológico que se puede sugerir; más bien se trata de la creación del hombre lejos de lo ya existente. La póiesis hace posible tanto la creación como la destrucción de las instituciones. Si bien, no se habla de destrucción como tal pues, para nuestro autor esto no es posible, si se trata de una creación y recreación de instituciones, de magmas de significaciones.

sido analizada y explicada desde otros enfoques, los tradicionales son el marxismo y el funcionalismo. Desde el pensamiento de Castoriadis no se descartan las posturas mencionadas sino que se amplían puesto que la institución más allá de ser una organización que debe cumplir con funciones establecidas dentro de la sociedad (funcionalismo) y una instancia que se dedica a reproducir parámetros de una clase dominante (marxismo), es también creadora de necesidades y de funciones, es creada por y creadora de individuos y de sociedades.

En este punto nos permitimos retomar una postura respecto a la institución igual de importante y nos referimos a Berger y Luckmann quienes dicen que las instituciones regulan y orientan los comportamientos de los individuos "estableciendo de antemano pautas que lo canalizan en una dirección determinada" (Berger y Luckmann, 1991: 80). Asimismo, basándonos en la definición de estos dos grandes dentro de la sociología, y recapitulando lo que Castoriadis propone, coincidimos y entendemos que las instituciones son ordenadoras del mundo social así como normativas y normalizadoras (agregamos) pero sin dejar de lado el carácter autopoiético de éstas.

La institución puede ser primera o segunda; es decir que puede ser que en torno a ella giren otras instituciones que le den sentido pero que existan por ella o al revés. La institución segunda da sentido a otra y existe por ella, hay dos tipos de instituciones segundas: las transhistóricas (aquellas que están siempre presentes pero cambian de acuerdo al tiempo y al espacio social) y las específicas (instituciones que tienen un rol central dentro de la sociedad).

## **2.2. Lo conjuntista identitario: *legein*, *teukhein* y lo simbólico**

Hay que añadir que la socialización de la institución se da por medio de elementos clave, éstos son la lógica conjuntista identitaria, el *legein*, el *teukhein* y lo simbólico. A diferencia de Berger y Luckmann, Castoriadis no habla de institucionalización pero, podemos extraer de su propuesta que de igual manera se da un proceso en el que la institución es introyectada y socializada por los individuos y, como ya se mencionó, para que ello ocurra se necesita de la lógica



conjuntista identitaria, abarcando *legein* y *teukhein*, y lo simbólico, elementos que trabajaremos en este apartado.

Ahora bien, la institución, recordemos, tiene que ver con la norma, los valores, el lenguaje, las herramientas, los métodos y procedimientos así como con las funciones que cumple y crea dentro de la sociedad y las necesidades que sacia y crea a su vez. Lo anterior necesita ser aprendido e interiorizado por los individuos para que se lleve al plano de la vida social y ello se hace mediante el *legein*, el *teukhein* y lo simbólico que constituye a lo que Castoriadis llamó lo conjuntista identitario. Antes de ello, haremos algunos apuntes sobre lo conjuntista identitario.

Dentro de lo simbólico existe un tejido o cadena de significaciones que logra dar cierta coherencia y lógica al mundo social–histórico, y es nombrada por Castoriadis como lógica conjuntista identitaria. Es lo que da identidad a los individuos que se relacionan dentro de tal tejido. Entonces, podríamos decir que una lógica conjuntista identitaria tiene su expresión en grupos sociales determinados como lo son estudiantes de bachillerato, socios de algún club o actores de una compañía de teatro etc. Dicha cadena de significaciones al tiempo que da coherencia al mundo permite que, como individuos pertenecientes a la institución primera que es la sociedad, nos entendamos. Esta lógica o coherencia, es heredada del pensamiento greco occidental y llega a un punto en el que permite que se exprese una autonomía<sup>42</sup> y con ella la posibilidad de autocreación de la sociedad. Es decir, la lógica de conjuntos o conjuntista identitaria, da sentido de pertenencia y aunque no se le dé tal nombre es la manera en la que organizamos, entendemos y nos relacionamos con el mundo. Interpretamos que tal lógica, siguiendo a Castoriadis (2013), es parte ya del individuo y es esa lógica, acompañada de otros factores la que permite que existan seres autónomos, individuos con capacidad de autorregularse.

---

<sup>42</sup> Para Cornelius Castoriadis, la autonomía, es una de las categorías fundamentales de toda su obra pues su propuesta gira en torno a ella y la define como el dominio del consciente sobre el inconsciente; la ley del propio individuo. (Castoriadis, 1983)

Castoriadis retoma el término de lógica conjuntista de Georg Cantor<sup>43</sup> quien define su teoría de la siguiente manera: “un conjunto es la reunión, en un todo, de objetos definidos y distintos de nuestra intuición o de nuestro pensamiento. A estos objetos se les llama elementos del conjunto.” (Castoriadis, 1989: 98) Castoriadis retoma tal teoría puesto que es fundamental y constitutiva de la vida social, esto por su característica de reflexividad objetiva; misma que caracteriza toda institución originaria.

Se habla de una lógica conjuntista-identitaria ya que no puede haber conjunto alguno si no existen elementos definidos y tampoco podrían existir elementos definidos sin el principio de la identidad. O sea que, retomando los ejemplos anteriores, no podríamos hablar de un conjunto o grupo social como la compañía de teatro o estudiantes de bachillerato, sino hay determinadas características en los sujetos que pertenecen a tales grupos ni tampoco puede existir un conjunto-grupo si no hay una identificación que permita un sentir de pertenencia a tal grupo. Aun cuando existe una identificación, esto no quiere decir que sólo se presente igualdad pues, de la misma manera que cuando se habla de identidad, hay que tener claro que también se ve implicada la diferencia. Por ejemplo, los estudiantes de la UNAM pueden decir que lo son y sentirse parte de ella porque tienen un número de matrícula y una credencial que lo acredita (lo simbólico se hace presente) y además los diferencia de estudiantes de otras universidades. Es decir, al tener una identidad, de inmediato hay otro del que nos diferenciamos; “soy azul y oro”, “por mi raza hablará el espíritu” y demás frases o incluso códigos de conducta nos hacen evidenciar que pertenecemos a una universidad y no a otra.

Sin embargo, es importante resaltar que para nuestro autor, aun cuando retoma la teoría de conjuntos y habla de una lógica conjuntista identitaria para dilucidar lo que es una institución, sería un error pretender que la vida de una sociedad se reduzca a semejante lógica ya que hay un elemento más que es

---

<sup>43</sup> Matemático alemán que inventó la teoría de conjuntos.

pieza clave y característico en los seres humanos y, por supuesto, en la vida social: la imaginación.<sup>44</sup>

### *Legein.*

La definición de conjunto que ofrece Cantor, dice Castoriadis, también se retoma debido a que concentra las acciones del *legein*, categoría que forma parte y proporciona herramientas para entender lo que es una institución. “*Legein*: distinguir-elegir-poner-reunir-contar-decir: condición y a la vez creación de la sociedad.” (Castoriadis, 1989: 99). Se entiende que *legein* es el representar/decir; nombrar el mundo social–histórico y de esta manera es que pueden existir conjuntos pues para ello es necesario tanto distinguir como elegir-poner-reunir-contar y decir objetos o elementos que son los que conforman dicho conjunto.

Para que el *legein* pueda poner en marcha sus operaciones es menester que recurra al esquema de separación y al de reunión, cuestión que nos remite a lo explicado líneas arriba sobre la identidad y la diferencia. Al referirnos al esquema de separación se explicita que para poder definir a los elementos que son parte del conjunto, éstos deben ser idénticos a sí mismos pero diferentes al resto. Es decir, los estudiantes de la UNAM lo son y no pueden ser estudiantes de la UAM debido a que están matriculados en una y no en otra al mismo tiempo que cuentan con otras características que los hacen diferenciarse de los estudiantes de la UAM. En cuanto a la matriculación dentro de las universidades, puede ayudar como ejemplo para comprender de lo que se trata el *legein*, puesto que además de distinguir entre un estudiante de una Universidad y otra, cuando ingresas a la máxima casa de estudios y te asignan un número de cuenta o matrícula se es contabilizado, además sirve para reunir, por ejemplo, por generaciones. Así vemos tres funciones del *legein* reflejados en la asignación de la matrícula o número de cuenta.

---

<sup>44</sup> Se concederá todo un apartado dentro de este capítulo para hablar de la imaginación y el imaginario según Cornelius Castoriadis.

Por otra parte, cuando se hace alusión al esquema de reunión se trata de que los elementos que son parte del conjunto lo sean por las características que tienen. Ahondando más en el ejemplo expuesto anteriormente, “Por mi raza hablará el espíritu” y “Casa abierta al tiempo” reúnen y separan a la vez que se crean subconjuntos. Aún dentro de un conjunto suele haber otros conjuntos o subconjuntos, cada uno de ellos cuenta con características que los hace reunirse en uno y no en otro. Dentro de la misma UNAM se sabe que existen diversas Facultades y diferentes Licenciaturas; tanto la primera como la segunda serían subconjuntos. Dentro del esquema de reunión podríamos diferenciar a una facultad de otra o a una licenciatura de otra por diferentes características que les son únicas; ya sea el plan de estudios de cada una, reglamento interno, zona geográfica en la que se encuentran ubicadas, diseño arquitectónico, número de alumnos matriculados, etc. Ambos esquemas trabajan en conjunto y se resignifican mutuamente para así hacer que la operación fundamental del *legein* se lleve a cabo; la designación. Siendo la designación la operación nuclear del *legein*, va implícito el signo y es por medio de él que se instituye la identidad.

La designación supone el individualizar y hacer destacar a determinados elementos como lo que son. Los alumnos de la UNAM de la licenciatura en sociología no son los alumnos de actuaría o derecho aun siendo de la misma casa de estudios. Cada uno es designado-nombrado-ordenando de diferente manera lo que les da cierta identidad; volviendo al punto inicial del presente apartado, la lógica conjuntista identitaria. En resumen, el *legein* proporciona cierto orden para el mundo ya que permite la representación y expresión de éste, siendo el lenguaje su vehículo al tiempo que proporciona identidad.

Respecto a la felicidad podemos decir que el *legein* es la manera en que se representa nombrando y designando, se distingue, se elige, se pone, se contabiliza y se dice aquello que hacen los individuos para ser felices o a la felicidad misma. Por dar un ejemplo, en los libros de autoayuda se representa, nombra y designa a la felicidad como un balance emocional, bienestar financiero y éxito. Es ambiguo y no parece aclarar nada, queda en palabras, en el

representar/decir, pero así como en los libros de autoayuda se dice que eso es la felicidad o lo que los individuos deben hacer para ser felices, podemos hallar varios ejemplos más en el mundo empírico como lo es el mercado y los medios de comunicación. Coca-cola ha sido una empresa y un producto que promete vender felicidad; así es, como si ésta fuera mercancía al alcance de cualquier postor. Se representa, se dice, se nombra y se designa a la felicidad como un producto, como un refresco y es en comerciales donde se expresan frases como la siguiente: “Destapa una coca, destapa la felicidad”.

### *Teukhein.*

Al referirnos a lo conjuntista-identitario, es necesario remitirnos también al *teukhein* que significa “reunir-adaptar-fabricar-construir [...] dar existencia como... a partir de... de manera adecuada a... con vistas a...”<sup>45</sup> (Castoriadis, 1989:158). Se trata del representar/hacer del mundo histórico social, es la creación, el dar forma, llevar a lo concreto lo que es nombrado y ha nacido de la imaginación. Tanto *legein* como *teukhein* se necesitan el uno al otro ya que cuando este primero nombra y designa, el otro da forma a eso que se ha dicho/nombrado/designado y viceversa pues también se necesita que sea nombrado y designado eso que se ha fabricado. Por ejemplo, cuando se habla de Universidad o, lo que nos interesa ahora, felicidad vienen a nuestra mente varias imágenes y aunque son conceptos o designaciones abstractas (más en el caso de la felicidad) lo que se presenta en nuestra cabeza suelen ser imágenes concretas como en el caso de una mesa; sabemos que se hace alusión a un objeto fabricado con madera u otros materiales pero siempre su estructura es la misma: cuatro pilares en cada esquina sostienen a una plancha rectangular o cuadrada.

Al pensar en los ejemplos anteriores y en especial en el último, se complica la descripción pues no se limitan a una sola característica ni a una sola función. Así como la Universidad puede ser descrita de varias formas por la visión que cada sujeto, de acuerdo a sus vivencias, tiene de ella, en el caso de la felicidad también se producen diversos tipos de imágenes de acuerdo al contexto histórico

---

<sup>45</sup> Castoriadis hace uso de puntos suspensivos dejando abierta la expresión.

social, y en el último ejemplo también se producen diferentes imágenes ya que hay gran variedad de mesas, ya no sólo son cuadradas o rectangulares, no necesariamente son 4 pilares los que sostienen y su función no es siempre la misma; las mesas puede que hayan sido pensadas para un solo uso pero el hombre las adapta a otras necesidades y es ésta una de las características del *teukhein*. Se toma de la imaginación para dar pie a que un objeto tenga más de un fin determinado, se abre a más de una posibilidad; el *teukhein* establece el esquema de lo posible/imposible; por medio de este esquema y su conexión con la imaginación, permite que el hombre pueda crear y fabricar algo “imposible” haciéndolo posible. Entonces nos preguntamos, ¿la felicidad es un imposible posible?, es decir ¿la felicidad es algo que se fabrica? Recordemos que al hablar del *teukhein* nos referimos al representar/hacer, es decir que tiene que ver con prácticas. Si nos remitimos a los ejemplos expuestos cuando hablamos de *legein*, diríamos que la felicidad se fabrica con prácticas concretas que al menos en los libros de autoayuda, a modo de “instructivo para la vida”, y en comerciales de productos como Coca-cola, pueden ser desde acudir con “especialistas en salud emocional”, tener un plan financiero, tener un trabajo, cuidar de tu salud y por supuesto comprar y consumir el producto que te promete la tan deseada felicidad al destapar una botella.

Puede leerse absurdamente obvio pero para que algo sea inventado se requiere de un inventor, a su vez, ese inventor sale de una sociedad histórica la cual ha formado en él la necesidad de fabricación de determinados inventos pues éstos por lo general responden a la cultura en la que han sido pensados. O sea, no es que el invento sea producido -ni en la imaginación ni en lo concreto- de la nada. El invento puede ser producido debido a que ya hay elementos que están presentes y pueden ser utilizados para su fabricación, únicamente hay que imaginar de qué manera se pueden vincular para que respondan a lo que se quiere, a lo que se ha imaginado. El esquema del que se está hablando es el de lo

posible y logra su expresión y la de su apertura a lo nuevo gracias a un determinado magma de significaciones.<sup>46</sup>

De igual manera que el *legein*, el *teukhein* cuenta con los mismos dos esquemas; el de separación y el de reunión, es decir lo identitario. Para poder reunir-adaptar-fabricar-construir se necesita separar y reunir, es por ello que ambos están implícitos en la lógica conjuntista identitaria, es lo que da orden al mundo. El *teukhein* opera y puede existir cuando se distingue-elige-reúne-pone-cuenta; para poder crear-fabricar algo, además de tenerlo en la imaginación, se deben distinguir los elementos que pueden, y los que no, ser utilizados para la construcción. Se separan y reúnen elementos para poder ser vinculados entre sí y ser útiles.

#### *Lo simbólico.*

Un elemento clave para poder entender qué es una institución es lo simbólico<sup>47</sup>, pues este elemento es generador de instituciones al mismo tiempo que las instituciones generan símbolos para ser entendidas. Lo simbólico también implica ciertas normas -y viceversa-, las normas también necesitan de lo simbólico que, como se mencionó con antelación, son parte de las instituciones pues regulan y sancionan las acciones de los sujetos.

Cabe aclarar que no es que todo lo conocido en el mundo social-histórico sea única y específicamente símbolo pero sin duda existe –existimos– dentro de una red simbólica socialmente sancionada (Castoriadis, 1983). Es decir, por medio de lo simbólico se establece un vínculo con determinados significados y significantes, o lo que para Castoriadis son las significaciones<sup>48</sup>, y si no se da una

---

<sup>46</sup> Con ello se intenta decir que dependiendo de la significación que se tenga de algo en una determinada sociedad puede ser posible lo que sea imposible en otra sociedad y/o viceversa.

<sup>47</sup> *Symbolon*, en la antigua Grecia, hacía referencia a la parte complementaria de una tablilla, dividida en dos, donde dos personas conservaban, cada una, una mitad y al volver a unirse las partes servía para reconocer a los portadores su compromiso o deuda. Uno de los significados de *symbolon* es contrato o tratado de comercio. Sin embargo, lo que interesa ahora es reconocer al *symbolon* como aquello que está presente en su ausencia, es decir, la evidencia de lo no visible y complemento para formar una unidad. (Jiménez y Valle, 2014)

<sup>48</sup> Esta categoría se trabajará en el penúltimo apartado del presente capítulo.

correspondencia en tal vínculo, el vínculo se rompe o en definitiva éste es nulo la sociedad o grupo social sanciona de diferentes maneras.

Las instituciones “consisten en ligar a símbolos (a significantes) unos significados (representaciones, órdenes, conminaciones, o incitaciones a hacer o a no hacer, unas consecuencias – unas significaciones) y en hacerlos valer como tales” (Castoriadis, 1983: 201). Con lo anterior se entiende que las instituciones se dan bajo lo simbólico en donde hay una relación interdependiente entre significados y significantes, que se unen en lo que Castoriadis llama significaciones. Entendiendo por el primero el concepto en común en la sociedad, aunque hay que señalar que éste no necesariamente se generaliza puesto que depende de lo histórico-social. En cuanto a significativo se hace referencia a lo sensorial, es decir a lo que se percibe, ya sea una imagen o una palabra en concreto.

Pongamos como ejemplo a la felicidad, la significación que se tiene de ésta, en una sociedad contemporánea donde impera el consumismo, se asocia con la satisfacción de placeres con inmediatez. Nos atreveríamos a decir que el significado de la felicidad son las incitaciones a hacer o no hacer algo para satisfacer inmediatamente ciertos placeres, mientras que el significativo son los símbolos o cosas que satisfacen esos placeres. La sonrisa, que se asocia con el estado de felicidad y es algo que se percibe, el coche último modelo, el celular lanzado al mercado más recientemente, la imagen de unas vacaciones en playas conocidas o cruceros de lujo o incluso una sustancia adictiva: llámese alcohol, cocaína, marihuana, etc. se asocia con la felicidad en tanto son símbolos (y significantes) y representaciones (significados) que satisfacen determinados placeres. El vínculo entre significados y significantes, es decir, las significaciones, son lo que se instituye y por tanto, hacen valer a la institución llamada felicidad.

Esta relación que existe entre significado (representación/ orden/ conminación/ norma/ incitación) y significativo (símbolo) es lo que surge en el mundo simbólico el cual para Cornelius Castoriadis no se reduce a un simple instrumento que se adecua a la expresión de un contenido ya existente,



limitándose a reproducir sin añadir o anular contenidos ya que no necesariamente responde sólo a un orden real-racional. Es decir, lo simbólico además de responder a lo real-racional, también lo hace en el orden que se contrapone a este primero; lo imaginario, orden que se retomará en el segundo apartado de este capítulo pues es otro elemento importante y clave que constituye y ayuda a entender la institución.

Lo simbólico -el simbolismo- nunca es por completo adecuado al funcionamiento de los procesos reales por lo que, siguiendo a Castoriadis, no es neutro; siendo así no toma los signos que ocupa de cualquier lugar ni mucho menos un signo cualquiera (Castoriadis, 1989). “Todo simbolismo se edifica sobre las ruinas de los edificios simbólicos precedentes, y utiliza sus materiales – incluso si no es más que para rellenar los fundamentos de los nuevos templos.” (Castoriadis, 1983: 209) En otras palabras; no es que se produzcan simbolismos de la nada sino que nacen de unos anteriores o se retoman ciertos elementos (signos) para darle un nuevo sentido a viejos simbolismos o crear nuevos.

Se hace énfasis en que lo simbólico no responde ni bebe únicamente de lo real–funcional puesto que este segundo orden, lo imaginario, para nuestro autor es de suma importancia en la institución y por supuesto en lo simbólico. Para concretizar tal orden podemos referirnos a los rituales, siendo que la institución de la sociedad está repleta de ellos. Un ejemplo de ritual por todos conocido, en la sociedad mexicana, es la tradicional “fiesta de XV años” donde se ven implicados dos rituales diferentes para hacer uno solo; un ritual religioso y uno social, ambos con el fin de marcar el paso de la niña hacia la adultez, donde se manifiesta una diversidad de símbolos que no necesariamente responden a un determinado funcionamiento o a una lógica racional.

Aunque el sentido o algunos detalles hayan sufrido variaciones dentro del ritual, sigue siendo parte de lo que la sociedad instituye de generación en generación. Cada detalle dentro de un ritual más allá de tener una referencia funcional o ‘racional’, cuenta con una referencia simbólica y eso es lo que hace que tenga algún sentido para los participantes del ritual.

Lo simbólico, aun cuando se diferencia de manera muy marcada de lo lógico y en este caso de la lógica conjuntista identitaria, está presente en ella pues a pesar de distanciarse en cierta medida, tanto la lógica y por ende lo real funcional, beben de lo simbólico. Si nos remitimos nuevamente a lo ya expuesto, recordaremos que el mundo histórico social es posible por la postulación de conjuntos, sin embargo no se reduce a esa lógica pues ésta se expresa en y por el *legein* y el *teukhein*; para que ambos puedan cumplir con sus tareas (*legein*: distinguir-elegir-poner-reunir-contar-decir; *teukhein*: reunir-adaptar-fabricar-construir) es fundamental que lo simbólico se presente y a su vez, lo simbólico necesita de un elemento de suma importancia: lo imaginario. Así como lo simbólico necesita de lo imaginario, lo imaginario recurre a lo simbólico para expresarse y para poder existir, sin embargo esto no quiere decir que sean lo mismo o uno absorba al otro, son dos cosas diferentes pero no puede existir una sin la otra. Lo simbólico permite la expresión de lo imaginario a través de él.

En síntesis podemos decir que para entender un poco más lo que es una institución es necesario recurrir a la lógica conjuntista identitaria, al *legein*, al *teukhein* y a lo simbólico pues son parte de ella.

Por un lado tenemos la lógica conjuntista identitaria que es aquella que reúne y agrupa a la vez que separa y distingue. La identidad es constitutiva de los individuos, por ella es que busca reunirse en conjuntos, ser parte de algo al tiempo que se separa o diferencia de otras cosas; la institución además de dictar normas y valores, ser y hacer lenguaje, métodos, procedimientos y herramientas, se implanta por medio de una lógica conjuntista identitaria.

Por otra parte el *legein* y el *teukhein* son el representar/decir y el representar/ hacer; es así como la sociedad se expresa, comunica y entiende. No podemos hablar de una institución si no se distingue, elige, pone, reúne, cuenta y dice así como también se expresa e instituye una institución al adaptar, fabricar y construir pues es como la sociedad existe y hace existir el mundo social histórico. Estos dos elementos son parte de la lógica conjuntista identitaria; el *legein* se

encarga de reunir y separar nombrando y designando mientras que el *teukhein* lleva al mundo lógico o real racional aquello que se ha nombrado.

Finalmente se recurre a otro elemento de suma importancia dentro de la institución; lo simbólico. No todo en el mundo social es pura lógica o lo real racional, se bebe también de lo simbólico; nos expresamos y entendemos por y en lo simbólico. La lógica de conjuntos, lo identitario, el *legein* y el *teukhein* recurren a tal elemento para poder existir y expresarse. Al mismo tiempo lo simbólico, como ya se mencionó, recurre a lo imaginario.

Cuando se trata de la felicidad como institución imaginaria, además de poder notar que hay determinados valores, normas, métodos, lenguaje, herramientas y procedimientos, también se expresa de manera lógica en lo real racional a través de prácticas concretas y en objetos reales. Es decir, que tanto el *legein* y el *teukhein* permiten que aquello que una sociedad instituye como felicidad sea llevado al mundo de lo real racional pero a su vez se presenta en y por lo simbólico para que por medio de ello los individuos logren comunicar, expresar y entender. Por ejemplo, regresando a lo que podemos encontrar en los libros de autoayuda, si bien se plantea que la felicidad es una decisión que debe tomar el individuo y consta de una “buena actitud” ante el mundo y “buena voluntad” (Hernández, 2017), se dan consejos prácticos cuál instructivo para hallar la felicidad, tales como:

1. *Interésate por lo que te rodea.* Busca información que te haga sentir mejor y te ayude a estar actualizado. [...]
2. *Evita la ociosidad.* Es el principio de todos los males y de todos los pensamientos derrotistas. [...]
3. *Lo que hagas hazlo bien.* Se vive y se duerme mejor cuando nos queda la satisfacción de haber puesto nuestro mejor esfuerzo en todo lo que emprendemos. [...]
4. *Acepta halagos.* Di gracias y siéntete merecedor de ese halago sin caer en la soberbia. [...]
5. *Prémiate.* Así te será más fácil repetir tus éxitos y buenas acciones. Obséquiate unos minutos o un día para ti, sin necesidad de querer cumplir con quienes te rodean. (Lozano, 2015: 37-39)

Lo que se dice que es felicidad, al menos en libros de autoayuda, es llevado al mundo real racional a través de prácticas concretas, o quizá no tanto, pero sí

con acciones que tienen que ver con algo específico; hacer que el individuo sea responsable de su estado o sentir. Para que la lista antes citada tenga valor o sentido alguno y tales acciones realmente tengan peso en lo que el individuo vive, es necesario de lo simbólico; que aquel lector lea un libro donde se le promete encontrar la felicidad siguiendo unos cuantos pasos, tiene sentido sólo si él cree eso, si él le da el valor y significado a tal libro. Un libro de autoayuda, en una sociedad determinada, puede ser símbolo de felicidad o, al menos, anhelo de ella. Como objeto (libro) y como práctica (consejos/instrucciones) un libro de autoayuda puede ser instituyente de felicidad.

### **2.3. Lo imaginario como creación *ex nihilo* y lo radical. Significaciones imaginarias sociales, magma y el imaginario social instituido**

Podría pensarse que todo en el mundo ya está dado, lo que existe ahora ha existido antes; quizá solo se han nombrado las cosas de otro modo, se entienden y se expresan de diferentes maneras pero han existido desde siempre. ¿Es así? La respuesta que podemos obtener desde una lectura a Cornelius Castoriadis es sí y no; sí en tanto que se acude a lo instituido y a lo conjuntista identitario y es no si se recurre a la creación *ex nihilo*, al imaginario e imaginación radical.

Aunado a ello y de la mano de Castoriadis (2013), hay que mencionar que también existen -hacemos existir- entidades que de entrada no tienen relación alguna con el mundo sensorial o perceptivo (lo concreto o material); entes como los dioses, estructuras sociales, el Estado, la política, la democracia, o incluso espíritus y la felicidad misma, pero es gracias y a partir de la imaginación que creamos y representamos todo lo que es el mundo histórico social. Pero ¿qué es lo imaginario?

*Creación ex nihilo.*

Bien, para poder entender qué es lo imaginario es necesario aclarar lo que no es y, por supuesto, lo que sí es: lo imaginario es la posibilidad de crear de la nada.

Lo imaginario no es a partir de la imagen en el espejo o en la mirada del otro. Más bien, el 'espejo' mismo y su posibilidad, y el otro como espejo, son obras de lo 'imaginario', que es creación *ex nihilo*. Los que hablan de 'imaginario',

entendiendo por ello lo 'espectacular', el reflejo o lo 'ficticio', no hacen más que repetir las más de las veces sin saberlo, la afirmación que les encadenó para siempre a un subsuelo cualquiera de la famosa caverna: es necesario que [este mundo] sea imagen *de* alguna cosa. Lo imaginario del que hablo no es imagen *de*. Es creación incesante y esencialmente *indeterminada* (social-histórico y psíquico) de figuras/formas/imágenes, a partir de las cuales solamente puede tratarse de 'alguna cosa'. Lo que llamamos 'realidad' y 'racionalidad' son obras de ello. (Castoriadis, 1983: 10)

Es decir, la felicidad como espejo es instituida pero ésta se instituye a partir de la creación *ex nihilo*. Podemos decir que la felicidad como institución imaginaria de la sociedad es tanto espejo o imagen de algo como creación incesante y esencialmente indeterminada de imágenes sobre la felicidad. Es decir que la felicidad es instituida e instituyente, es imaginaria en tanto que crea figuras/formas/imágenes reales. Da la posibilidad de crear, alrededor de ella, nuevas pautas o la reproducción de otras ya existentes. Es imaginaria en tanto que es creada por los individuos y creadora de estos. Las prácticas que se determinan como parte de la felicidad hacen -crean/fabrican- individuos felices o, no lo neguemos, individuos infelices.

Castoriadis deja clara la postura desde la que piensa y describe lo imaginario ya que ha sido trabajado de maneras diferentes en donde se plantea como imagen *de*, fantasía o representación. Una vez más, nuestro autor, expone lo reduccionista que puede ser quedarse con esas explicaciones y que, si bien lo imaginario sí se vincula con la fantasía, la imagen *de* y la representación, éstos más que ser elementos son productos de lo imaginario.

Lo imaginario es la creación indeterminada de formas, imágenes, figuras; esa creación es *ex nihilo*, es decir, de la nada, lo que hace prácticamente imposible explicar cómo surgen las significaciones que se designan a esas formas, imágenes y figuras que han sido creadas por lo imaginario y se han instituido en, por y a partir de lo que para nosotros es lo real racional. Lo imaginario es la capacidad del hombre para evocar imágenes y como lo hemos plasmado líneas arriba, logra su expresión gracias a lo simbólico y a su vez por medio del representar/decir y el representar/hacer (*legein* y *teukhein*). La relación o vinculación que se establece entre el simbolismo y lo imaginario es estrecha, ya

que este primero presupone al segundo, se apoya de él y es imaginario en su contenido.

Cuando se trata de lo simbólico, recordando su sentido como *symbolon*, lo imaginario se expresa en lo que está y no está presente -lo que está presente por su ausencia-. Por ejemplo, tratándose de la felicidad y sugiriendo que la manera simbólica en la que se presenta puede ser desde una sonrisa hasta una sustancia adictiva, diríamos que lo imaginario está presente desde que a esos dos símbolos se les designa como parte de la felicidad o la felicidad en sí misma y son símbolos en tanto que se presentan ante la sociedad como cosas concretas pero no únicas, haciendo así que se recuerde que hay algo más, algo que no está presente; la ausencia de algo que puede ser lo contrario y lo que hace ser a la felicidad lo que es. Por ejemplo la tristeza, la depresión o un sentimiento que se ve como negativo siendo lo contrario a la felicidad.

La felicidad desde lo simbólico puede ser esos dos ejemplos o muchísimos otros, sin embargo no se limita a uno solo pues incluso cuando se pueden presentar casos con objetos, imágenes, figuras o representaciones concretas, hay algo que siempre queda en la imaginación, algo que puede ser sentido pero no expresado desde el *legein* ni desde el *teukhein* o aunque puede serlo no lo es.

Toda institución se centra en un imaginario y se rodea de sanciones pero para que pueda existir como tal se dan dos tipos de imaginario. El imaginario central y el imaginario segundo o periférico (Castoriadis, 1983); esto quiere decir que existen imaginarios que funcionan como apoyo, sostén o pilar de un imaginario que a su vez les da sentido a los imaginarios segundos. Por ejemplo, recurriendo al ejemplo del capitalismo y la empresa, diríamos que el capitalismo como modo de producción y estilo de vida es el imaginario central puesto que tiene sentido a partir de imaginarios como la empresa, el capital, la plusvalía, los obreros asalariados, la lucha de clases, la explotación o el fetichismo de la mercancía (entre otros componentes). Pero, esto anterior no tendría el mismo sentido si no se hablase de una sociedad capitalista, por ello son imaginarios segundos.

Es importante aclarar la distinción que se hace entre imaginario e imaginación y ésta se halla en el plano en que se dan y se experimentan; el imaginario se encuentra en lo colectivo: en lo social, mientras que la imaginación se refiere a lo individual: al sujeto en su singularidad.

### *Imaginario radical.*

Ese imaginario como capacidad de re-producir o recordar imágenes es nombrado por Castoriadis como imaginario radical o efectivo<sup>49</sup>. Es decir, que es el imaginario radical el que da sentido al mundo pues hace “surgir como imagen algo que no es, ni fue, de sus *productos*, que podría designarse como lo imaginado” (Castoriadis, 1983:220). Este imaginario es radical<sup>50</sup> en tanto que es fuente de creación, nuevamente se habla de la *poiesis*, se desmarca por completo de la imaginación como engaño. La imaginación es la capacidad y característica central que tiene la psique para crear representaciones, deseos y afectos de manera constante e indeterminada.

Cuando hablamos de lo imaginado se piensa en algo que aunque puede ser real no lo es, al menos no para nosotros y no en ese preciso momento en el que se ha presentado la imagen. También, el imaginario radical es la posibilidad de crear, más allá de sólo reproducir; es la posibilidad de fabricar, construir, nombrar, decir, hacer; es el pensar, es característica del hombre y de la sociedad. Por medio de ella se abre la posibilidad de un mundo otro; es decir, la posibilidad de que el mundo en el que vivimos sea diferente, sea de otro modo<sup>51</sup>.

El imaginario radical se expresa en y por el inconsciente<sup>52</sup> y tiene la capacidad de crear una primera representación. La representación, en este caso, se trata desde un plano psicoanalítico y se plantea que es la traducción de una

---

<sup>49</sup> En esta tesis se trabajará como imaginario radical.

<sup>50</sup> Para Castoriadis lo radical más que aludir a lo extremo se vincula con la raíz, con lo enraizado. Lo radical es aquello que nos sostiene.

<sup>51</sup> Hacemos referencia a Michel Foucault quien invierte los términos de “otro mundo” a “un mundo otro” para expresar la posibilidad real de cambio. Al hablar de otro mundo se habla de otro lugar, hablar de un mundo otro es permanecer en el mismo lugar pero cambiar lo que ahí hay.

<sup>52</sup> Castoriadis, como conocedor profundo del psicoanálisis, retoma ciertos aspectos del mundo psíquico, pero siempre reflexionando más allá de lo que ya se ha planteado. (Tello, 2003)

pulsión (Tello, 2003). Pero, ¿esta primera representación de dónde surge? ¿toma sus elementos de algún lado? Es prácticamente imposible saber dónde se encuentra el origen de las representaciones, imágenes o figuras ya que el pensamiento tradicional, o lo que Castoriadis llama la ontología heredada, nos limita a pensar que siempre se debe (como precepto) buscar una explicación “lógica-racional”, todo es cuestión de causa y efecto, buscar el origen de las cosas fuera de ellas. Como el clásico ejemplo de “qué fue primero, el huevo o la gallina”. Puede sonar simple, trivial o sin sentido dentro de lo que se intenta explicar pero como seres sociales dentro del estrato histórico que nos ha tocado vivir, hoy por hoy, nuestro pensamiento se ve limitado a ese tipo de preguntas, queriendo resolverlas siempre de una misma manera o intentado simplificarlas aunque en el trasfondo sean complejas y (si es que tienen respuesta) difíciles de responder.

Ahora que se ha expuesto que el imaginario radical se expresa en y por el inconsciente y sabemos que éste es parte de la psique, se debe saber, según Castoriadis (En Uribarri, 1996), que todos los fenómenos psíquicos conocidos, únicamente se comprenden si se remiten a un punto de origen. Tal punto es el que Freud denominó “mónada psíquica”<sup>53</sup> y con ella se hace alusión a que nada existe para el sujeto fuera del sujeto mismo. La mónada psíquica es el núcleo de la psique, es justo donde no hay una diferenciación o separación entre consciente e inconsciente. Pasemos a aclarar qué es el consciente y qué el inconsciente:

Llamaremos, pues, ‘consciente’ a la representación que se halla presente en nuestra conciencia y es el objeto de nuestra percepción. [...] denominaremos ‘inconsciente’ a aquellas representaciones latentes de las que tenemos algún fundamento para sospechar que se hallan contenidas en la vida anímica, como sucedía en la memoria. (Freud, 2016: 196)

Cuando se habla del consciente nos referimos a lo perceptible o tangible en la realidad, es la representación que puede ser transmitida o recibida por medio del *legein* y del *teukhein* usando como vehículo lo simbólico. Es decir; la representación se refleja en el representar/decir y en el representar/hacer

---

<sup>53</sup> Es importante destacar que al hablar de mónada se hace referencia al origen y a lo radical. Empero, su significado también tiene que ver con la unidad, si bien tiene diferentes acepciones, todas hacen alusión a la unidad como principio, como origen que engendra y por el cual se engendra: la mónada es el todo. (Ferrater, 1999)



mediante lo simbólico. Mientras que lo inconsciente, lo más cercano al imaginario radical, es la representación manifiesta pero difícil de expresar pues por lo general es ahí donde se encuentran los deseos, los instintos y recuerdos que el individuo - por medio de la socialización- ha reprimido. Tanto el consciente como el inconsciente tienen su origen en la mónada psíquica, ahí se encuentran unidos sin distinción y sin orden; en lo radical y en el caos es donde inicia todo. Por ende, el inconsciente es meramente de carácter social, nos distingue de los animales y de igual manera sucede con el imaginario radical que es el que permite a la psique que produzca la representación que no resulta de la percepción. En el caso de la felicidad, y de cualquier institución imaginaria, el imaginario radical juega un papel importante pues es la primera instancia donde los individuos piensan, crean y fabrican lo que para ellos es, nombran y designan como felicidad.

La representación de la que se habla, esa que se da ya sea en el consciente o en el inconsciente -ambas debido al imaginario radical-, se distingue por no estar determinada por una funcionalidad biológica; esta característica puede ser llamada afuncional pues las representaciones no se dan para cumplir con alguna necesidad biológica por lo que es única en el ser humano. Es por la imaginación radical en tanto que es creadora de representaciones, sentimientos y deseos que aun cuando éstos pueden estar condicionados no están predeterminados. Es gracias a la imaginación radical, dice Castoriadis, que el ser humano puede ver una cosa en otra cosa y es por medio del simbolismo como capacidad de esta imaginación (Castoriadis, 2006). Por poner un ejemplo, volvamos al tema de la felicidad, al ver esa palabra, de manera inmediata una imagen se hace presente; ya sea la de una sonrisa, una paradisíaca playa o incluso una persona en específico.

### *Significaciones imaginarias sociales y el magma.*

Para que el imaginario radical pueda ser llevado a la vida social, es necesario que sea instituido por medio de significaciones; con esto se quiere decir que para que lo que ha sido creado *ex nihilo* tenga trascendencia en la vida “real-racional”, justo en la coyuntura entre la lógica conjuntista identitaria y el mundo del caos, se da

una serie -magma- de significaciones. Éstas dan el sentido y vinculación a todo eso que, ya sea por medio del consciente o del inconsciente, imaginamos. Esas significaciones imaginarias de la sociedad son las que instituimos en la vida cotidiana; son aquellas que en su conjunto, aún dentro del caos que eso pueda implicar, dan un orden al mundo social histórico.

Al hablar de magma, Castoriadis hace referencia a modo de metáfora a la masa de rocas fundidas que se halla por debajo de la corteza sólida del planeta. Por los cambios de temperatura y otros factores, el magma se divide en partes de distinta composición que al solidificarse origina la piedra. Se entiende, entonces que un magma de significaciones es aquello que da sentido a partir de la unión y solidificación de diferentes significaciones pero aún de manera separada cada significación tiene sentido por sí misma. Asimismo se puede relacionar con el núcleo magmático que se encuentra al centro de la tierra siendo éste el sostén del planeta o, por decirlo de algún modo, la raíz que sostiene y permite la existencia del planeta, en el caso de las significaciones se hace referencia a que el magma de significaciones da sentido a lo que somos: nos hace ser lo que somos.

Las significaciones no se refieren ni a una realidad 'natural' ni a la lógica; si bien sí se reflejan en la realidad social, no quiere decir que las significaciones siempre respondan a lo concreto o a lo funcional. Es decir, las significaciones imaginarias no las producimos simplemente porque sean necesarias en un sentido biológico o estructural-funcional. A lo largo de la historia las necesidades de la sociedad han ido cambiando, se han resignificado e incluso han incrementado; sería prácticamente impensable que se hablara del uso de la moneda como la conocemos ahora en la vieja Tenochtitlan, por ejemplo. Esto porque además de que no había sido producto de la imaginación radical de ningún individuo y, por ende, no estaba en el imaginario de dicha sociedad, no todo lo que se presenta tiene una función real que cumplir.

La significación imaginaria de la sociedad es lo que hace que las cosas sean tales cosas; gracias a la significación imaginaria de la sociedad, una moneda en una sociedad capitalista no es un simple pedazo de metal; gracias las

significaciones en una sociedad nacionalista una bandera no es un simple pedazo de tela con bordado o, del mismo modo gracias a las significaciones sociales, la felicidad puede ser desde un refresco o cualquier producto hasta un estado mental que se logra por medio de meditaciones; gracias a las significaciones imaginarias de la sociedad, un libro de autoayuda puede tener el valor y ser una guía o instrumento para lograr encontrar, alcanzar u obtener la felicidad para un grupo de individuos.

Las significaciones imaginarias sociales se desmarcan de un pensamiento funcionalista y de la lógica de conjuntos en tanto responde a algo más que ese pensamiento y esa lógica. No es que una significación sea respuesta a lo que hace falta, como una pieza más en el ajedrez de la vida social, ni se les da las significaciones a las cosas sólo por hacerlas pasar a formar parte de las filas en determinados conjuntos. No basta que un trozo de metal o uno de tela tengan cualidades naturales específicas para que sean una moneda o una bandera; hace falta que exista un magma de significaciones como sostén para que adquieran el sentido que tienen ante la sociedad, para que sean símbolo de riqueza o patriotismo, por decir algo. Gracias a las significaciones se puede comprender lo simbólico que cada sociedad ha elegido e instituido para sí; se logra definir una identidad, establecer una relación con el mundo, necesidades y deseos.

A lo largo de la historia las necesidades de cada sociedad han ido cambiando así como el sentido y la valorización que se atribuye a objetos, relaciones, estatus o roles. Sin embargo, en toda sociedad, todo hombre siempre busca respuestas acerca de lo que somos como colectividad, lo que significamos para los otros y lo que significan para mí los otros, qué es lo que queremos y qué es lo que nos hace falta. Pues bien; Castoriadis dice que el papel de las significaciones imaginarias de la sociedad es dar respuestas a ese tipo de interrogantes (Castoriadis, 1983). No de una manera literal sino que justo en la práctica, en el hacer, en el *teukhein*, en palabras de Castoriadis, de cada sociedad va apareciendo la respuesta a cada una de las preguntas.

Tratando el tema de la felicidad que, hoy día, está vinculado de manera directa con la calidad de vida, diríamos que ésta es la parte lógica, racional o incluso conjuntista identitaria puesto que damos nombre y representación a la felicidad por medio de estándares y medidas de objetos o servicios. Sin embargo hay algo que escapa de ello. No negamos que la calidad de vida sea parte de lo que en la modernidad se muestra como felicidad pero sí creemos que no lo es todo; y es justo ahí donde las significaciones imaginarias de la sociedad con respecto a la felicidad nos podrían brindar una posible respuesta o por lo menos un acercamiento para poder elucidar en torno a lo que se ha instituido como felicidad actualmente por medio de los libros de autoayuda.

Las significaciones imaginarias de la sociedad permiten que exista el mundo humano; la sociedad; la cultura. El magma de significaciones imaginarias mantiene unida a la sociedad ya que la organiza de tal manera que, además de hacer frente al caos que nunca deja de presentarse, hace que la vida social se sujete a fines específicos.

*Imaginario social instituido.*

Una vez que se lleva al imaginario radical a la vida social, haciendo que la psique sobreviva, aparece lo que Castoriadis nombra como imaginario social. “Una vez creadas, tanto las *significaciones imaginarias sociales* como las instituciones se cristalizan o se solidifican, y es lo que yo llamo el *imaginario social instituido*.<sup>54</sup> (Castoriadis, 2008: 96)

El imaginario social da lugar a que exista una continuidad de la sociedad, una reproducción de formas así como la repetición de mismas formas para que la vida del hombre pueda ser regulada y de alguna manera permanezcan ciertos modos que la hacen ser lo que es aún dentro del dinamismo que caracteriza al mundo social.

---

<sup>54</sup>Castoriadis hace uso de cursivas al referirse a las significaciones imaginarias sociales y al imaginario social instituido.

Para que las sociedades se mantengan sólidas es necesario que exista un imaginario social instituido pues a partir de él se crea un vínculo entre los individuos. Es ahora cuando se retoman los elementos ya vistos con antelación; hablamos de la lógica conjuntista identitaria, de lo simbólico, de la institución, lo imaginario radical, las significaciones imaginarias sociales, el *legein* y el *teukhein*. La institución de ciertas significaciones imaginarias en la sociedad es lo que determina lo que es y lo que no es; se reúne y se separa; se dice y se hace el mundo dentro de determinados límites abriendo posibilidades y estructurando imposibilidades.

Siguiendo a Castoriadis (2013) mencionemos que el imaginario social es la postura que toma un magma de significaciones frente al mundo, es la institución del magma en una sociedad. El imaginario radical es llevado al mundo colectivo y se presenta como imaginario social, es así como éste permite que la psique se produzca y se exprese con y por el conjunto, en lo colectivo, para que las significaciones logren crear un mundo determinado, -llámese tradicional, clásico, occidental, oriental, náhuatl, griego o romano, por mencionar ejemplos- en el que emergen representaciones, afectos y acciones propias y características de la sociedad que se trate.

Es decir, el imaginario social consta de aquellas significaciones que se instituyen a partir tanto del mundo lógico y racional (lo conjuntista identitario) que es lo instituido, como del mundo imaginario y del simbólico (lo radical) que es lo instituyente; la institución imaginaria de la sociedad se da a partir de normas, valores, lenguaje, métodos, procedimientos y herramientas; éstas en su conjunto hacen que, por dar un ejemplo, la sociedad mexicana sea tal cual es; se entienda, exprese y presente a sí misma ante el mundo. Si bien, al hablar de la sociedad mexicana, sabemos que existen condiciones reales y racionales como la delimitación geográfica, su legalidad o su constitución, también es la sociedad mexicana y no la americana o chilena por sus condiciones simbólicas e imaginarias como lo pueden ser sus rituales (celebraciones a los muertos, por ejemplo), costumbres, su diversidad en lenguaje -que a su vez lo hace ser México

distinguiéndose de otros países latinoamericanos-, su peculiar estilo de vida (la adaptación y reappropriación de costumbres o incluso modos de vida), entre muchas otras cosas que desbordan un simple listado.

En cuanto a la felicidad, podemos pensarla como imaginario social cuando nos centramos en determinadas sociedades, tiempos o culturas. Por ejemplo, retomando la felicidad vista desde el utilitarismo y desde el estoicismo; el imaginario social de la felicidad utilitarista es el conjunto de todo aquello que la hace ser diferente a la felicidad estoica y que como sociedad utilitarista identifica, reconoce, nombra y vive como felicidad y otra sociedad le reconoce como propio. Lo mismo sucede si trasladamos el tema a nivel de países, es decir, el imaginario social de la felicidad en México, es diferente al que se tiene en otros países aun cuando pretenda ser algo medido (estandarizado) a nivel internacional. Puede que se intente estandarizar a través de mediciones de determinados factores o prácticas, sin embargo nos atrevemos a afirmar que la valorización que da cada país (en específico cada sujeto encuestado) a los factores o prácticas que se le presente, va a diferir de acuerdo al país, esto por el imaginario social de cada uno. Por ejemplo, dentro del World Happiness Report 2017<sup>55</sup>, uno de los factores que se midió de 2014 a 2016 fue la esperanza de vida sana. No puede ser el mismo valor el que le da un mexicano a tal factor que el que le da un suizo a este mismo pues México, además de tener hábitos diferentes a Suiza, también podemos decir que sus preocupaciones y percepciones de la vida social son distintas.

La importancia del imaginario social está latente en la vida de cada sociedad y lo mismo sucede con cada individuo puesto que

es necesario [...] que [la] imaginación radical de los seres humanos sea dominada, canalizada, regulada y convertida en apta para la vida en sociedad y también para lo que llamamos *realidad*. Eso se lleva a cabo mediante su socialización, en el curso de la cual absorben la institución de la sociedad y sus significaciones, las interiorizan, aprenden el lenguaje, la categorización de las cosas, lo que es justo e injusto, lo que se puede y lo que no se debe hacer, lo que hay que adorar y lo que hay que odiar. (Castoriadis, 2008: 97)

---

<sup>55</sup> En dicho reporte, para el ranking de 2014 a 2016, México se encuentra en el lugar número 25. (World Happiness Report, 2017)

Es decir, la socialización del imaginario radical, su canalización y regulación se da a través del imaginario social, por ejemplo hablando de México particularmente, se instituye lo que es y lo que puede ser la felicidad o parte de ella, se da significación a determinados factores (puede que a unos más que a otros) e interiorizan tales significaciones. Además –hablando de México y volviendo al World Happiness Report 2017- puede que los individuos sometidos a tal encuesta muestren dar una significación con mayor peso o valor al apoyo social que a la esperanza de vida sana (categorías medidas en el World Happiness Report 2017 y catalogadas como parte de la felicidad o como lo que hace felices a los individuos), siendo que otros países den más importancia a un aspecto diferente que la sociedad mexicana.

Para que los individuos puedan vivir en sociedad es necesario que la imaginación radical sea llevada, por medio de la socialización, al mundo exterior y cuando esto sucede el imaginario social se hace presente. Es por ello que una de las características de éste es que funge como regulador y (de algún modo) amalgama de la sociedad pero también hace que la sociedad se reproduzca a sí misma una y otra vez.

Sin embargo, es menester enfatizar en lo imaginario y lo que conlleva; al hablar de lo imaginario no sólo se trata de imagen de, no hablamos de un reflejo de algo, de lo ficticio o inexistente. Por lo tanto, el imaginario social no es sólo la imagen que se proyecta para otros ni el reflejo de una sociedad hacia otra, mucho menos es únicamente la representación de una sociedad. El imaginario social es un conjunto de instituciones (Castoriadis, 2008); éste además de ser instituido es instituyente. Implanta normas, valores, lenguajes, herramientas, métodos y procedimientos, mientras que, a su vez, es implantado por medio de esos mismos elementos. Es decir, las sociedades son instituidas e instituyentes en tanto que son creadas y creadoras. Su componente radical es el que permite que exista la posibilidad de un cambio; de creación; de un modo distinto de hacer las cosas; de un mundo otro. Es decir que hay posibilidad de hacer que las cosas dentro del mundo que vivimos sean de otro modo, si bien no se puede cambiar el mundo

puesto que esto sería reemplazarlo por otro, cosa imposible, sí podemos hacer que aquí, el mundo que conocemos y en el que vivimos, exista un cambio.

Recapitulando lo dicho hasta este momento, cabe destacar lo siguiente: la institución es y funge como norma y como valor mediando, regulando y determinando las acciones y prácticas de los individuos por medio de sanciones ya sean morales o incluso jurídicas; como lenguaje permite la expresión y comunicación entre sujetos y sociedades así como también permite que exista un orden dentro del caos que es la sociedad y los propios sujetos; como herramienta facilita las prácticas y a su vez, como procedimiento y método, dicta el modo de enfrentar situaciones, personas y a la vida misma.

La institución, desde el pensamiento de Castoriadis, no se descartan la visión económico funcional, lo que hace es ampliar puesto que la institución más allá de ser una organización que debe cumplir con funciones establecidas dentro de la sociedad (funcionalismo) y una instancia que se dedica a reproducir parámetros de una clase dominante (marxismo), es también creadora de necesidades y de funciones, es creada por individuos y creadora de éstos así como de sociedades. Por otra parte, la institución puede ser primera o segunda; es decir que puede ser que en torno a ella giren otras instituciones que le den sentido pero que existan por ella o al revés. La institución que da sentido a otra y existe por ella es segunda, hay dos tipos de instituciones segundas y son las transhistóricas (aquellas que están siempre presentes pero cambian de acuerdo al tiempo y al espacio social) y las específicas (instituciones que tienen un rol central dentro de la sociedad).

La socialización de la institución se da por medio de elementos clave, éstos son la lógica conjuntista identitaria, el *legein*, el *teukhein* y lo simbólico. La lógica conjuntista identitaria es aquello que da identidad a los individuos que se relacionan dentro de un tejido de significaciones, es decir dentro de la sociedad misma y puede tener su expresión en grupos sociales y a su vez en subgrupos haciendo que exista una identificación dentro de ellos y una distinción de los de fuera, es decir, no puede haber conjunto alguno si no existen elementos definidos



y tampoco podrían existir elementos definidos sin el principio de la identidad. Para entender esto nos remitimos al *legein* es el representar/decir, el nombrar el mundo social–histórico y de esta manera es que pueden existir conjuntos pues para ello es necesario tanto distinguir como elegir-poner-reunir-contar y decir objetos o elementos que son los que conforman dicho conjunto. Asimismo es necesario remitirnos también al *teukhein* que es el representar/hacer del mundo histórico social, es la creación, el dar forma, llevar a lo concreto lo que es nombrado y ha nacido de la imaginación. La institución también se socializa y expresa en y a través de lo simbólico ya que por medio de ello es que se establece un vínculo con las significaciones. Lo simbólico responde tanto a lo real-racional como a lo imaginario.

Recordemos, también, que lo imaginario es la creación indeterminada de formas, imágenes, figuras; es la creación de la nada. Lo imaginario es la capacidad del hombre para evocar imágenes y logra su expresión gracias a lo simbólico por medio del representar/decir y el representar/hacer (*legein* y *teukhein*). Debemos recalcar la importante distinción que se hace entre imaginario e imaginación y tal distinción se halla en el plano en que se dan y se experimentan; el imaginario se encuentra en lo colectivo; en lo social, mientras que la imaginación se refiere a lo individual; al sujeto en su singularidad. Tratando del imaginario radical podemos decir que es el que se expresa en y por el inconsciente y tiene la capacidad tanto de re-producir o recordar imágenes como crear una primera representación, siendo entonces fuente de creación y dándole sentido al mundo.

Para que el imaginario radical pueda ser llevado a la vida social, es necesario que sea instituido por medio de significaciones. Esas significaciones imaginarias de la sociedad son las que instituímos en la vida cotidiana; son aquellas que en su conjunto, como magma, dan un orden al mundo social histórico. La significación imaginaria de la sociedad es lo que hace que las cosas sean tales cosas.

Por último, el imaginario social es aquello que hace que la psique sobreviva y lleva al imaginario radical al plano social. Hace que exista una continuidad en la sociedad reproduciendo formas para regular la vida del hombre en sociedad. El imaginario social es la postura que toma un magma de significaciones frente al mundo, es la institución del magma de significaciones en una sociedad. Tales significaciones se instituyen a partir tanto del mundo lógico y racional como del mundo imaginario y del simbólico. La institución posibilita que la psique<sup>56</sup> sobreviva puesto que le impone la forma social del individuo; es decir que implanta otra fuente y otro modo de sentido; esto lo hace por medio de las significaciones imaginarias de la sociedad (Castoriadis, 2008).

¿Cómo la institución de la felicidad posibilita la sobrevivencia de la psique de los individuos? La felicidad tiene su origen en el imaginario radical pero por supuesto que para que sea socialmente aceptado se requiere que, como institución, sea normalizada; para que la felicidad llegue a ser social y tenga sentido dentro de ésta, se necesita de ciertas significaciones. Las significaciones dependerán de lo histórico-social y crearán individuos y modos de vida específicos. Lo que nos interesa es saber qué es lo que los libros de autoayuda instituyen como felicidad, ¿cuáles son las significaciones imaginarias sociales que conforman a la felicidad?

---

<sup>56</sup> Cuando se trata de la psique y de la imaginación -no o imaginario- se hace referencia a lo individual; no existe psique social, ésta siempre es propia del individuo.

## **Capítulo III. Libros de autoayuda en México y su noción de felicidad**

*Sobre su nombre, casi todo el mundo está  
de acuerdo, pues tanto el vulgo como los  
cultos dicen que es la felicidad, y piensan que  
vivir bien y obrar bien es lo mismo que ser feliz. Pero  
sobre lo que es la felicidad discuten y no lo explican  
del mismo modo el vulgo y los sabios.*  
Aristóteles

En este capítulo hablaremos del referente de análisis: los libros de autoayuda. El objetivo que nos proponemos es exponer y definir los principios que caracterizan a tales libros para considerarlos como elementos de la realidad en los que podemos ver a la felicidad como institución imaginaria de la sociedad. Partimos de que el designar a los libros de autoayuda como referente de análisis en una tesis de sociología, permitirá elucidar en torno a ellos y así conocer de qué manera instituyen la felicidad, por supuesto, esto de la mano de la teoría de Castoriadis. Veremos cómo se nombra (*legein*) y se hace (*teukhein*) a la felicidad y que significaciones se designan como parte de la felicidad.

En México, según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), de cada cien jóvenes, de 18 años en adelante, cuarenta y cinco declaran leer por lo menos un libro cada doce meses<sup>57</sup>. Lo que nos dice, sabiendo de antemano que se trata de una muestra específica, que menos de la mitad son asiduos a la lectura, aunque no de manera habitual. Bien, ahora nos preguntamos de ese porcentaje que lee por lo menos un libro por año ¿qué es lo que leen? Según la presentación de resultados de Febrero de 2017 del Módulo sobre Lectura, el 29.5% de los jóvenes leen libros de autoayuda, superación personal o religión.

Aunque, por supuesto, la lectura sobre autoayuda para la institución de la felicidad, no necesariamente se limita en la juventud. Si bien, los libros de

---

<sup>57</sup> Tal módulo tiene como principal objetivo el proporcionar datos estadísticos acerca del comportamiento lector de mexicanos de 18 años en adelante que residen permanentemente en una vivienda particular. La muestra se delimita en edad pero también por una variable importante: los encuestados deben, además de saber leer por obvias razones, habitar en una vivienda particular lo cual nos deja entrever que las respuestas son de jóvenes clase media o al menos con un hogar seguro al cuál llegar. (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2017)

autoayuda quizá no tienen un alcance a gran escala, nos parece considerable la cantidad que al menos desde un módulo se reporta. No es que todo México o todos los jóvenes mexicanos hagan este tipo de lectura, como sociólogos podemos entender que no es prudente generalizar pero sí contemplar el alcance que pueden tener tales libros aunque sea de manera indirecta. Sólo por poner un ejemplo y pensar más allá de lo que unas cifras nos puedan proporcionar: de las personas que se sabe (gracias a un reporte) leen libros de autoayuda, algunos de ellos sí introyectan por lo menos ciertas prácticas que tales libros instituyen. Ahora bien, de esa cantidad de personas que adoptan o guían conductas a través de lo aprendido, seguramente transmitirán algo de eso por medio de la interacción con los otros que los rodean. Claro, todo esto es mera especulación pues no hay modo de comprobarlo de manera inmediata y aun así siempre queda la subjetividad que nos caracteriza como seres sociales.

Es aquí donde comienza lo que interesa en esta tesis pues consideramos que los libros de autoayuda pueden ser un referente de análisis respecto a la felicidad como institución imaginaria de la sociedad, ya que poco más de la mitad de los jóvenes encuestados declaran que la lectura que hacen por año es de autoayuda, superación personal o religión. Es decir que una cantidad considerable de jóvenes mexicanos recurren a dicha literatura y esto únicamente haciendo referencia a la encuesta que hace el INEGI pero si vamos a otras fuentes, por ejemplo a las listas de los libros más vendidos en dos librerías de México, Gandhi<sup>58</sup> y Sanborns<sup>59</sup>, podemos darnos cuenta que figuran por lo menos de 6 a 10 libros del género en cuestión<sup>60</sup>. Aun cuando podemos tener acceso y

---

<sup>58</sup> Cadena de librerías fundada en 1971 en México y 34 sucursales en el interior del país.

<sup>59</sup> Cadena mexicana de cafeterías y tiendas departamentales fundada en 1903. Hoy día cuenta con 190 sucursales en la República Mexicana. Entre los muchos productos que ofrece cuenta con libros, periódicos y revistas.

<sup>60</sup> Nos parece importante mencionar que la oferta de cada librería, hablando de las dos mencionadas, depende, claro está, de la demanda pero lo interesante es que dicha oferta varía según el lugar geográfico donde estén ubicadas. No se presentan los mismos libros ni en la misma cantidad en un Sanborns ubicado en Satélite que en uno de Cuautitlán, aún estando ambas librerías en el Estado de México. Por dar un ejemplo, en uno puede abundar más la oferta de libros de autoayuda que la de libros de filosofía, incluso estar ausentes estos segundos; este es el caso de Sanborns Lindavista. Lo mismo ocurre en el caso de Gandhi. No obstante, los libros de autoayuda siempre están presentes teniendo un stand exclusivo y, en la mayoría de casos, uno

proporcionar tales datos, debemos tener en cuenta que escapa de nuestro alcance información importante acerca de la oferta y demanda de estos libros en el mundo de la piratería o la venta informal donde, por la facilidad para adquirirlos tanto por lo económico como por la rapidez, pensamos que es mayor.

Los libros que guiarán este capítulo son *Decídete a ser feliz. Una guía para lograrlo* (2017) de Edgar Hernández-Cancino<sup>61</sup> y *Por el placer de vivir* (2015) de César Lozano<sup>62</sup>. La selección se hizo tanto por los títulos como por lo que proyectan con los mensajes en sus cubiertas. Hernández-Cancino nos presenta su libro, de manera textual, como una guía para lograr ser feliz, mientras que Lozano describe en la cubierta que su libro contiene mensajes positivos y consejos prácticos que te ayudarán a encontrar la verdadera felicidad. Ambos libros de autoayuda prometen instituir la felicidad.

Para dar un paso más al objetivo de esta tesis, dividimos el presente capítulo en ocho apartados. En el primer apartado nos aproximamos a definir la autoayuda, posteriormente retomamos elementos que se presentan, en los dos libros elegidos, como parte de la felicidad, como prácticas para ser individuos felices o como la felicidad en sí misma. Los elementos que tomamos en cuenta son los siguientes: la salud, el tiempo y las adversidades, decisiones, valores, congruencia, rutina, socialización, vivir el momento, finanzas y trabajo. Hemos decidido enfocarnos en esos “decires y haceres” respecto a la felicidad, puesto que al hacer una lectura de ambos libros, *Decídete a ser feliz. Una guía para*

---

que otro figura en stands principales o centrales donde se ubican los más vendidos o las novedades.

<sup>61</sup> Contador Público y Auditor, egresado de la Universidad Veracruzana, con estudios de maestría en Administración fiscal, Doctorado en gobierno y Administración pública. En el 2011 publicó la obra *Ponga en orden su vida y sea feliz: controle su entropía* y *Decídete a ser feliz* publicado en el 2017. (Hernández, 2017)

<sup>62</sup> Médico Cirujano y Partero egresado de la Universidad Autónoma de Nuevo León. Tiene Maestría en Salud Pública y Sub-Especialidad de Salud en el Trabajo en la Facultad de Salud Pública de la Universidad Autónoma de Nuevo León. Autor de los libros: *¡Despierta!... que la vida sigue*, *Destellos reflexiones que darán más luz a tu vida*, *Una buena forma para decir adiós*, *Por el placer de vivir*, *Las frases matonas de César Lozano*, *El lado fácil de la gente difícil* y *No te enganches #Todo pasa*.(Lozano, 2017) Cuenta con cápsulas en un programa de TV abierta llamado Hoy.

*lograrlo* (2017) y *Por el placer de vivir* (2015), encontramos que coinciden en que dichas prácticas pueden hacer individuos felices.

### **3.1. Un acercamiento a la definición de autoayuda**

Lo que pretendemos en este capítulo es definir los principios que caracterizan los libros de autoayuda y para ello comenzaremos definiendo tal concepto. Según el Oxford English Dictionary<sup>63</sup> (2017), dicho término se define como el uso de esfuerzos y recursos propios para lograr cosas sin depender de otro.

La palabra por sí misma hace alusión a la ayuda que se da un individuo a sí mismo, lo que de inicio nos hace preguntarnos ¿ayuda para qué? Supone que un individuo, por medio de consejos o pasos a seguir, sea feliz pero por supuesto que también se instituye cierta felicidad. En algunas librerías son definidos como libros de superación personal o desarrollo humano pero, ¿en qué consiste la llamada literatura de autoayuda? Los tres conceptos parecen ser un tanto ambiguos sin embargo lo que pretenden tales libros es dar consejos prácticos a los individuos sobre cómo llevar su vida desde lo financiero hasta lo alimenticio, pasando por las relaciones interpersonales. Si recordamos, como indicamos en el capítulo anterior, la institución es norma; normaliza a las sociedades y un ejemplo claro de cómo se hace, nos parece, son los libros de autoayuda pues a través de ellos se dictamina qué es lo normal y lo válido y, a modo de receta o instructivo, instituye lo que debería ser la felicidad o el éxito; conceptos fuertemente vinculados en los libros de esta índole.

Según el artículo de María Peredero (2012), titulado *En busca de la felicidad. Los libros de autoayuda*, este tipo de literatura, aún con sus múltiples variantes, ha tenido gran éxito en nuestro país por diversos factores, entre ellos - dice Peredero- el individualismo, el afán de competir y el consumismo característicos del capitalismo que provocan una serie de insatisfacciones en los individuos y es por ello, con ayuda de la mercadotecnia, que los libros de autoayuda se ven como guías prácticas que ofrecen soluciones fáciles y rápidas.

---

<sup>63</sup> Diccionario publicado por la editorial Oxford University Press, considerado el más erudito y completo de la lengua inglesa.

Es un síntoma de la sociedad contemporánea que se busquen soluciones rápidas y fáciles, mientras menor trabajo implique es preferible por lo que los individuos ven como la mejor opción recurrir a dichos libros cuando se trata de conocer, hallar, vivir o construir la felicidad. Aquí podemos notar que, como lo mencionamos en el capítulo dos de esta tesis<sup>64</sup>, la felicidad es una institución segunda transhistórica: la felicidad se presenta en toda sociedad, en cualquier tiempo, sin embargo es diferente en cada una de ellas. Siguiendo con lo que nos presenta Peredero (2012), en una sociedad como la nuestra, donde impera el capitalismo en nuestros modos de vida, la felicidad puede estar al alcance de manera rápida y fácil con ayuda de un instructivo como lo es un libro de autoayuda y, agregamos nosotros, incluso parece ser una obligación ser feliz. En palabras de Lipovetsky (2007), la felicidad parece venir con instrucciones de uso y los libros de autoayuda, sostenemos, son un ejemplo de ello.

Por otro lado, como propone Fernando Ampudia de Haro (2006) en su artículo *Administrar el yo: literatura de autoayuda y gestión del comportamiento y los afectos*, los libros de autoayuda, al igual que los manuales de comportamiento analizados por Norbert Elias en su momento, se presentan como un código de comportamiento y gestión de emociones fungiendo como manuales prácticos para la sociedad. Se presentan prácticas (*teukhein*) que se nombran (*legein*) como lo que hace a un individuo feliz. Podemos decir que, puesto que en los libros de autoayuda se sitúan un conjunto de prácticas que dictan qué hacer para ser feliz, se asemejan a manuales de cómo comportarse en sociedad. Ambos, libros de autoayuda y manuales de conducta, buscan normativizar la subjetividad de los individuos. Cabe destacar que los libros de autoayuda, como vimos en el primer capítulo y como veremos en este, se hace énfasis en la conducta y su repercusión de manera personal, es decir, al contrario que los manuales de conducta, en los libros de autoayuda se guía el comportamiento de los individuos en el ámbito privado.

Hasta aquí podemos decir que la autoayuda consiste en recurrir a manuales

---

<sup>64</sup> Véase *Instituciones primeras y segundas*.



o instructivos prácticos donde se plantea una serie de pasos fáciles de seguir y con resultados, quizás, inmediatos. Siendo así, la autoayuda en los libros, trata de que un individuo recurra a la lectura de dicha índole para por medio de ella y los pasos que dicta, ser felices. Es auto en tanto que el individuo es quien decide recurrir a tales libros y ayuda por lo que se obtiene mediante los libros que norman con preceptos, consejos o reglas. Pero, nos preguntamos, con todos los preceptos que aparecen ¿realmente se ayuda al individuo a “encontrar” la felicidad y el éxito? ¿O generan más angustia e insatisfacción? ¿La autoayuda implica una autonomía o en realidad los individuos vuelcan su poder de hacer, conocer y saber en los libros? Lo que sí nos atrevemos a asegurar es que por medio de los libros de autoayuda se imponen normas, valores, métodos, herramientas y procedimientos para hacer las cosas, en términos del *teukhein*, que permiten las significaciones imaginarias en torno a la felicidad.

Las significaciones que se instituyen sobre la felicidad por medio de los libros de autoayuda tienen mucho que ver con la sociedad histórica en la que se presentan. Hoy en día hay elementos claros que nos distinguen como una sociedad occidental, una sociedad mexicana capitalista donde el consumo ya no es únicamente de productos sino también de estilos de vida o, en términos de Castoriadis, lo relativo al *legein* y *teukhein*; formas de decir, ordenar la realidad y modos de hacer, de producir, de fabricar la propia realidad. Veamos si esto puede elucidarse en torno a los libros de autoayuda.

### **3.2. La salud**

El sujeto en una sociedad occidentalizada se adapta al dolor pues parece ser inherente e incluso necesario para seguir produciendo determinados modos de vida, una forma de adaptarse al dolor o el vínculo que se crea con la felicidad y el dolor es a partir de la medicalización. Es decir, la manera en la que los sujetos adaptamos el dolor a nuestro estilo de vida actual, basado en la salud en general y la medicalización en particular, es mitigándolo por medio de medicamentos o psicólogos o buscando su eliminación.

En este mismo sentido es preciso señalar, de acuerdo con Lipovetsky en *La felicidad paradójica* (2007), que en la sociedad actual, para él la sociedad de hiperconsumo, han aumentado los gastos de salud (de manera general) incluso más que el conjunto del consumo. El tema de la salud, vinculado con la felicidad, se ha tornado en uno de los argumentos más influyentes en ventas. Con ello otro punto clave: la prevención. Se promueven las revisiones periódicas, si es posible se debe intervenir por adelantado se normalizan o instituyen prácticas en torno la “vigilancia higiénica de uno mismo, temores hipocondríacos, combate médico contra la enfermedad y los factores de riesgo”. (Lipovetsky, 2007: 49) Con lo que parece ser una obligación de ser feliz aparece una obsesión por la salud, y no es que el estar bien en todo sentido (posible) no requiera de la salud, lo destacable es que esto se convierte en una mercancía más y un requerimiento más en la lista de instrucciones para lograr un estado “subjetivo”. Gilles Lipovetsky dice respecto al tema de la salud y la medicalización lo siguiente: “Por un lado, la eficacia médica amplía el poder del hombre sobre su vida, por el otro crea un <<consumidor sin poder>>” (Lipovetsky, 2007: 50-51). Al cuidar de nuestra salud, como parte de la felicidad deseada, obtenemos mayor control sobre nuestra vida (o eso pareciera) pero, de manera paralela, la vida misma nos controla. Los médicos, los psicólogos, nutriólogos y demás especialistas o (autores de libros de autoayuda) se convierten en guías que nos dicen “cómo controlar nuestras vidas”.

En relación con lo que Lipovetsky expone sobre la felicidad, encontramos que en el libro *Decídete a ser feliz. Una guía para lograrlo* (2017) de Edgar Hernández-Cancino, se plantea que parte importante para lograr ser feliz es la salud -la salud como una significación imaginaria de la felicidad; como parte del magma de significaciones de la felicidad y como un estilo de vida: una vida saludable- y ésta se obtiene por medio de una alimentación sana, completa, equilibrada y variada siguiendo una lista de pasos -método y procedimiento a seguir- que se proponen de la siguiente manera:

1. Es recomendable consultar con un nutriólogo que te ayude a sentar la base de un plan alimenticio nutricional adecuado tanto para ti como para los miembros de tu familia.

2. Es básico que seas disciplinado y que perseveres hasta que tu forma de comer sanamente se convierta en un hábito.
3. Debes ingerir alimentos cinco o seis veces al día.
4. Las grasas y los azúcares son elementos que el cuerpo demanda, pero no en demasía.
5. La dieta que sigas debe proveerte de una alimentación sana y balanceada, acorde a tu género, a tu edad y a tu actividad física.
6. No debes confundir el término alimentarse adecuadamente con hacer dieta o caer en ortodexia (obsesión patológica por ingerir exclusivamente alimentos que la persona considera saludables). Alimentarse sanamente requiere [...] dejar de ser ignorante en cuestiones nutricionales.
7. Debes tener mucho cuidado con los siguientes hábitos:
  - Consumir demasiada azúcar.
  - Ingerir mucha sal.
  - Comer en exceso.
  - Consumir comida chatarra.
  - Comer demasiada grasa.
  - Beber poca agua.
  - Tomar muchos refrescos embotellados y naturales con demasiada azúcar.
  - Comer pocas frutas, verduras y cereales.
  - Comer de prisa, viendo la televisión, leyendo, etcétera. (Hernández, 2017: 61-63)

En el primer punto destaca la especialización en el trabajo así como la relevancia o, mejor dicho, la autoridad que se le atribuye al nutriólogo quien posee “legítimamente” el conocimiento acerca de la alimentación adecuada según las condiciones biológicas y socioculturales de los individuos. A propósito de la especialización y del delegar decisiones a los expertos, más adelante, podemos leer lo siguiente:

Ejercitarse es un requerimiento para estar sano y una condición para que el cuerpo funcione adecuadamente. [...] Visita a tu médico o un asesor físico antes de empezar, y si te parece necesario, busca también ayuda profesional para elegir la actividad más adecuada para ti según tu edad y condición física actual. (Hernández, 2017: 75)

No podemos evitar pensar en las campañas de salud donde se promueve la alimentación sana y el ejercicio así como la proliferación de gimnasios urbanos en la Ciudad de México y los gimnasios o lugares particulares para practicar cualquier tipo de actividad física. Evidentemente, la salud es piedra angular en el magma de significaciones de la sociedad hoy en día, por lo menos en la sociedad Occidental y en los libros de autoayuda resalta de manera muy marcada. Podemos decir que

los hábitos de salud son *teukhein*; dan sentido a la vida, hábitos como hacer ciertos ejercicios físicos, comer ciertos alimentos y de determinada manera.

En cada uno de los puntos que se desglosan en la lista anterior, podemos observar que parte de la significación de la felicidad, como lo especificamos párrafos arriba, destaca la salud y dentro del magma de significación de la salud resalta la alimentación adecuada y la práctica de cualquier actividad física. Entonces, siguiendo con lo que Hernández (2017) postula nos cuestionamos si una persona con obesidad o baja de peso, es poco saludable y por ende ¿no es del todo feliz?, ¿podemos decir que parte de las normas que se instituyen mediante los libros de autoayuda es tener una dieta “sana y balanceada”, actividad física y no ser “ignorantes” en cuestiones nutricionales? Nos parece que, al menos en el libro citado de Hernández, sí son o pretenden ser normas que regulan el comportamiento de los lectores y esto sin dejar de lado, por los datos que conocemos, que quienes leen este tipo de literatura son individuos de clase media, y, por generalizar, sí dan importancia a esos aspectos de salud, pero más importante, pueden costear o intentar llevar una dieta sana en particular y una vida saludable en lo general porque pueden comer cinco veces al día, comer lo que norma el libro, hacer ejercicio con un instructor físico o al menos tener tiempo y recursos para acudir a un gimnasio, cuidar su dieta con ayuda de especialistas en nutrición, etc. Cada punto es un paso a seguir, es decir que son procedimientos para llegar a un fin; cuidar tu alimentación te hará feliz; hacer ejercicio servirá para tu felicidad; dejar tu alimentación balanceada en manos de un nutriólogo es un paso para ser feliz.

Como podemos darnos cuenta, el cuidado de la alimentación y del cuerpo, bajo estos parámetros de autoayuda, son esenciales para una vida saludable y para vivir de cierta manera, para instituir *legein* y *teukhein*. Asimismo lo confirma César Lozano quien, precisamente como un instructivo, dicta 10 pasos a seguir para ser una persona saludable y, por ende, feliz:

*PRIMER PASO. Para comer saludablemente toma la decisión y convéncete. [...] cuando una persona decide comer saludablemente para bajar de peso, es*

mejor hacerlo con la consigna de que es para sentirse mejor y para ganar salud.

*SEGUNDO PASO. Recuerda el poder que tiene tu mente.* Te pido que pienses que sucedería si no iniciaras hoy mismo un régimen para bajar de peso [...] [un] pensamiento provocó en ti un sentimiento. [...] un sentimiento provoca siempre una acción.

*TERCER PASO. Visualízate.* ¿Pregúntate qué quieres y qué te motiva a intentarlo?

*CUARTO PASO. Más vale despacio pero seguro. ¡Persevera!* [...] Te recomiendo que traces metas pequeñas a corto plazo.

*QUINTO PASO. Vence los obstáculos.* [...] Una buena estrategia que te puede ayudar es escribir cada logro o cada éxito que has tenido al vencer una dificultad.

*SEXTO PASO. Cuidado con las dietas de moda.* [...] Recuerda, todo se puede comer, *la clave está en la medida de cada alimento.*

*SÉPTIMO PASO. Elige bien lo que consumes.* [...] Sustituye:

\*Papas a la francesa por papa al horno.

\*Salsas de queso o aderezos por salsa de verduras.

\*Frituras por alimentos hervidos o tostados.

*OCTAVO PASO. Recuerda los grandes beneficios de la hidratación y el movimiento.*

*NOVENO PASO. Agrega una buena dosis de sonrisas, de risas y sentido del humor.* [...] recordar continuamente el propósito de nuestra dieta debería motivarnos y hacernos felices.

*DÉCIMO PASO. Acepta y agradece los elogios.* [...] Te sugiero que inicies cada día con un auto-reconocimiento. (Lozano, *sic*, 2015: 294-313)

Asimismo, aunado al tema de la salud, podemos leer más adelante regresando con Hernández-Cancino, que es de suma importancia acudir a citas médicas periódicas. “Más que una opción, una revisión médica periódica es una necesidad y una obligación basada en el aprecio por uno mismo y por los seres que amamos y nos aman.” (Hernández, 2017: 81) Según el autor, parte de lo que se debe hacer para ser feliz es ir de manera habitual al médico siendo que el tratamiento -medicalización- y sobre todo la prevención de enfermedades son cuestiones prioritarias puesto que, nos dice Hernández, la salud es el bien máspreciado que poseemos.

### **3.3. El tiempo y las adversidades**

De igual manera podemos encontrar en el presente libro que para ser feliz es necesario que se aproveche el tiempo en lo que más conviene y hacer las cosas en el debido tiempo (Hernández, 2017). Palabras menos y con menor profundidad pero de manera inmediata, al leer lo anterior hace que remitamos a uno de los

grandes representantes del estoicismo y del cual ya hablamos en el capítulo dos. Séneca, en *Sobre la brevedad de la vida*, habla de cómo se nos va el tiempo, es decir la vida misma, en asuntos con poca importancia; planeando nuestras vidas ésta va corriendo y no la protagonizamos; haciendo cosas por y para los demás y nunca para nosotros.

[...] llama a tu vida para echar cuentas. Saca cuánto de ese tiempo se ha llevado tu acreedor, cuánto tu amiga, cuánto tu rey, cuánto tu cliente, cuánto las peleas con tu esposa, cuánto las reprimendas con tus esclavos, cuánto tus oficiosas caminatas por la ciudad; añade las enfermedades que cogemos por culpa nuestra, añade también el tiempo que ha pasado sin provecho: verás que tienes menos años de los que calculas. Haz memoria de cuándo te has mostrado firme contigo mismo en tus propósitos, de cuántos de tus días han terminado como tú habías previsto, de cuándo has tenido provecho de ti mismo, [...] cuántos te han robado la vida sin que tú te percataras de lo que perdías: comprenderás que mueres prematuramente. (Séneca, 2014: 304)

Para los estoicos, podemos decir, el tiempo se pierde y morimos de a poco cuando dejamos de hacer las cosas para nosotros mismos y las hacemos todo el tiempo por y para otros; cuando no cuidamos de nosotros por cuidar de otros; cuando tampoco nos hacemos responsables de nosotros mismos y no somos capaces ni siquiera de ser firmes con nosotros mismos en cuanto a nuestros propósitos. De algún modo encontramos coincidencia con lo que propone Hernández-Cancino respecto a aprovechar el tiempo (Hernández) y no morir de apoco perdiendo el tiempo (Séneca). Por supuesto que la relación que establece hoy en día el sujeto con el tiempo no es la misma que la de un estoico. Si bien, tanto el autor de autoayuda como Séneca, cada uno desde su lugar y con su debido reconocimiento, expresan que se debe vivir el momento pues el presente es lo que tenemos, cuidar de uno mismo y no descuidar las relaciones o actividades y trabajos (esto último según lo que plantea Hernández-Cancino), podemos hacer una lectura del lugar que damos al futuro y al presente, del lugar que damos a quienes nos rodean en nuestras vidas y la prioridad que nos damos a nosotros mismos y/o a las actividades con las que tenemos que cumplir.

Hernández-Cancino asegura que para ser feliz se debe decidir y actuar en tiempo y forma, no posponer las cosas y realizar nuestros proyectos en el

momento preciso:

El bien máspreciado que posees es el tiempo de tu vida [...] Lo más importante que puedes aprender acerca del tiempo es que es limitado y, precisamente por eso, valiosísimo. [...] Lo congruente para ser feliz es aprovechar el tiempo al máximo e invertirlo en lo que más nos conviene [...] Es importante hacer las cosas en su debido momento [...] Para ello, debes decidir y actuar en tiempo y forma [...] Haz hoy para disfrutar mañana. (Hernández, 2017: 27)

Es importante retomar en este punto que, como se mencionó en el segundo capítulo, existen instituciones segundas transhistóricas las cuales a pesar de estar presentes en diversas sociedades son diferentes en cada una. La felicidad es una institución de este tipo y lo expuesto anteriormente con Séneca y Hernández-Cancino, nos parece que puede ayudar a ejemplificar. Aún cuando ambas posturas (estoicismo y autoayuda) retomen el tema del tiempo y aprovecharlo o no perderlo como parte fundamental de la felicidad, no se piensa del mismo modo lo que le conviene al individuo para aprovechar-no perder su tiempo así como, por ende, no se entiende ni se instituye a la felicidad de la misma manera.

Por otra parte, en el libro de César Lozano, *Por el placer de vivir*, se trata nuevamente el tema del tiempo haciendo hincapié en el uso adecuado de éste; viviendo, disfrutando y amando. Queremos resaltar que, con todas las reservas y proporciones guardadas, una vez más se coincide con los estoicos en tanto que uno de sus principios era el convertir toda adversidad en aprendizaje. Asimismo, Lozano muy a su modo plantea algo similar: “Que los recuerdos te lleguen sólo para aprender de lo vivido [...] aprende de tus aciertos y de tus fallas [...] encuentra siempre una lección en tus fallas, que te haga vivir con intensidad tu presente.” (Lozano, 2015: 11).

Páginas más adelante nos encontramos con algo interesante y, a nuestro parecer, importante de rescatar. Según el autor, la felicidad puede presentarse de dos maneras: la primera es aquella que atribuimos únicamente a momentos agradables y favorables y la segunda es aquella que decidimos tener a pesar de las adversidades. Esta segunda, además de hacernos pensar en los estoicos, también nos parece importante puesto que recalca que el dolor no se ausenta

pero eso no quiere decir que por él no se presente la felicidad sino que ésta se obtiene al momento de aprender incluso del dolor. Para Lozano “es casi imposible comprender por qué mucha gente afirma que la enfermedad y el dolor han sido sus grandes maestros. Maestros que nadie quisiéramos tener pero que se convierten en un aprendizaje de vida.” (Lozano, 2015: 36) Estamos de acuerdo en tanto que el dolor y la enfermedad (que implica dolor) son excelentes maestros pues son ellos quienes enseñan la vida misma. El aprendizaje como tal puede implicar dolor puesto que es un cambio, es creación pero también destrucción.

Entonces podemos agregar dos significaciones más de la felicidad: el tiempo como algo que debe aprovecharse por y para nosotros mismos o en lo que más nos conviene; el aprendizaje de todo lo vivido, sean fallas o aciertos, el aprendizaje del dolor y la enfermedad. Hasta aquí podemos decir que la autoayuda para ser felices y exitosos además de vincularse con la salud, también lo hace con el tiempo y el empleo de éste en todo aquello que convenga más al lector, así como con el aprendizaje que se obtiene mediante la experiencia en el pasar de los años y los dolores que se presenten. Respecto al tiempo cabe preguntarnos si ¿puede ser posible esto en una sociedad capitalista tan ajetreada y un tanto fugaz?, ¿qué es lo que más conviene al lector para pasar su vida en ello?, ¿brindar tiempo por y para otros no puede ser parte de la felicidad?, ¿el aprendizaje nos hace más felices? Y si el aprendizaje nos hace más felices ¿aprendizaje de qué?, ¿el éxito por sí mismo nos hace felices o la felicidad nos hace exitosos? Se puede entrever que, dentro de lo que los libros de autoayuda pretenden instituir como felicidad, si bien se plantean normas claras como puede ser el usar el tiempo -vivir- para nosotros, también hay una brecha que deja algo más, quizás, a la subjetividad, como puede ser el decidir qué es lo que más conviene para pasar nuestro tiempo en ello.

Es claro que por más subjetividad que se pueda hallar en el mundo social-histórico, no deja de haber un vínculo con una comunidad, un grupo social específico o la sociedad en general. Por ejemplo, se puede pensar que, aquel que lee un libro de autoayuda, decide en qué gastar/invertir/pasar su tiempo, no es por



completo y únicamente decisión suya puesto que, como ser social que es, está ligado, atado, sujeto, instituido por y a una sociedad y por ende sus decisiones y lo que más le conviene tienen que ver con su entorno social-histórico.

### **3.4. Decidir bien, valores y rutina**

Siguiendo a Helana Béjar (2011) podemos dar cuenta de que los libros de autoayuda se basan de manera notable en manejar conductas y emociones al ofrecer instrucciones que parecen ser útiles y prácticas para cualquier individuo que quiera ser feliz. Encontramos muestra de ello en el libro *Decídete a ser feliz. Una guía para lograrlo* (2017), que así como se da instrucciones para ser una persona sana, también las ofrece para decidir bien. Hernández-Cancino dice:

Tomar decisiones basadas en el buen juicio, el sentido común, la experiencia, los valores universales y el conocimiento deberá ser, a partir de ahora, tu principal objetivo. [...] Para decidir bien, lo primero que tienes que hacer es asumir como tuya la responsabilidad de que te vaya bien en la vida. Cada decisión que tomes y todas las acciones que realices deben ser inteligentes, acertadas, adecuadas, oportunas y congruentes con tus circunstancias. (Hernández, 2017: 6, 30)

La lectura que se puede hacer de lo anterior nos ayuda a sostener la idea que unas líneas anteriores dimos. Tanto Lozano (2015) como Hernández (2017) dicen que para ser feliz hay que ser una persona sana: comer adecuadamente y hacer ejercicio; se debe aprovechar el tiempo como más nos convenga y para ello saber decidir bien así como aprender de fallas y aciertos. Lo que más nos conviene tiene que ver con lo que cada sociedad instituye y a partir de ello se toman decisiones. Una buena decisión radica en hacerte responsable de tu vida, haciendo uso del buen juicio, que dichas decisiones sean inteligentes, congruentes, oportunas, acertadas y adecuadas.

Agreguemos pues, según la lectura del presente libro, un eslabón más a la cadena de significaciones que conforman lo que se instituye como felicidad: los valores. Para la toma de decisiones adecuada, siguiendo a Hernández-Cancino, se deben tomar en cuenta siempre los valores, sobre todo aquellos que son universales. Si recordamos, en el segundo capítulo de esta tesis y de acuerdo con Castoriadis, las instituciones tienen que ver, entre otros importantes elementos,

con los valores. En particular, en *Decídete a ser feliz. Una guía para lograrlo* tales valores son plasmados de manera explícita como los siguientes: “la honestidad, la honradez, el amor, el honor, la justicia, el respeto, la paz, la solidaridad, la valentía, la tolerancia o la confianza” (Hernández, 2017: 24). Dichos valores son cruciales en el momento de tomar decisiones y le dan bienestar tanto al individuo como a quienes lo rodean. Mientras que el no guiarse con los valores mencionados, dice Hernández, lleva a una toma errónea de decisiones así como a cometer acciones equívocas y por ende a la infelicidad.

Podemos leer, más adelante en *Por el placer de vivir* (2015), que un elemento más que se instituye como parte de la felicidad, en este caso como impedimento u obstáculo, es la rutina. Según Lozano, hay rutinas que pueden hacer mucho daño y otras que, por el contrario, son beneficiosas para la formación de los individuos. Sin ahondar mucho en el tema, expone un ejemplo de cada una, por un lado dice que las rutinas en la cocina (preparar y comer siempre lo mismo) puede ser un suplicio o un sacrificio mientras que, enseñar a los niños hábitos para mantener un orden, son rutinas que impactan de una manera satisfactoria en los individuos (Lozano, 2015). Nos parece importante resaltar este elemento en especial puesto que sostenemos que la rutina se ha instituido de manera general y de otras maneras y en otros ámbitos, no solo como obstáculo de la felicidad ni únicamente a través de los libros de autoayuda. La rutina (rechazo o aceptación de ésta) es parte de la institución imaginaria de la sociedad hoy en día. Por dar un ejemplo, recurrimos a Richard Sennett, quien en *La corrosión del carácter. Las consecuencias personales del trabajo en el nuevo capitalismo* (2000), habla también de la rutina y de cómo la sociedad moderna se rebela contra ésta, cuando en realidad no es tan mala como la pintan. Por su parte, Sennett sugiere dos vertientes respecto a la rutina, veamos:

a mediados del siglo XVIII parecía que el trabajo repetitivo podía conducir en dos direcciones diferentes: una positiva y fructífera, otra destructiva. [...] Diderot creía que la rutina en el trabajo podría ser como cualquier otra forma de memorización, un profesor necesario; [Adam] Smith, [...] creía que la rutina embotaba la mente. Hoy, la sociedad está del lado de Smith. (Sennett, 2000: 32).

La rutina, si bien es algo repetitivo, alienante y mecanizado, precisamente por esas características, es parte fundamental del *teukhein*, hablando en términos teóricos, y es gracias a ello que se instituyen significaciones imaginarias sociales. Por ejemplo, Sennett nos ilustra poniendo en el escenario al alumno y al maestro. Este segundo recurre a la memorización de los alumnos pero con el fin, por destacar uno, de que al poder recordar cierta información también sean capaces de comparar, analizar y pensar. Nos plantea Sennett, que dentro del ámbito laboral en el nuevo capitalismo, la rutina es lo peor que puede suceder. Dicho esto surge una interrogante, ¿qué consecuencias trae consigo el desaparecer lo rutinario? Parece ser, por lo que dice el sociólogo, que la flexibilidad, que a su vez implica la desaparición de la rutina, trae consigo la incertidumbre y la falta de compromiso.

Pero ¿qué tiene que ver todo esto con la felicidad instituida a través de los libros de autoayuda? La rutina, contribuye a la felicidad únicamente si es bien empleada según Lozano, de ser así podemos verla como parte del magma de significaciones sociales de la felicidad. Lo anterior respecto nuestro referente análisis y lo que ahí se muestra pero, la rutina se instituye de un modo en los libros de autoayuda, de otra manera en la escuela y de otra en el trabajo. En los libros de autoayuda así como se instituye la rutina bien empleada, “una rutina saludable” (Lozano, 2015), también se instituye que existe otra que no es deseable. Podemos observar a la lógica de conjuntos actuar al separar y reunir, en este caso, prácticas deseables e indeseables que hacen ser a la rutina saludable a la rutina de la que debemos tomar distancia si queremos ser felices.

En el capítulo anterior se dijo que las instituciones, entre tanto, satisfacen y crean necesidades. La felicidad como institución en este sentido satisface la necesidad de bienestar, social, físico (salud) y, agregamos, bienestar de la mente o lo que ahora tiene el nombre de salud mental. Crea necesidades como puede ser el consumo de determinados productos o, de acuerdo a lo que nos interesa, de libros donde puedan hallar los pasos y las instrucciones necesarias para ser felices, entre muchas otras necesidades que pueden surgir. Pues bien,

Hernández-Cancino, nos dice que para ser felices hay que controlar el hedonismo que llevamos dentro por medio de dos pasos: 1) preguntarse si lo que se quiere comprar realmente es una necesidad y 2) preguntarse si se tiene la posibilidad económica para adquirirlo (Hernández, 2017). El autor sugiere que debemos abstenernos de consumir de manera exacerbada sólo porque la mercadotecnia nos hace creer que al comprar lograremos satisfacer nuestras necesidades.

Hasta aquí podemos decir que la institución de la felicidad por medio de los libros de autoayuda consta de ser una persona sana: comer adecuadamente y hacer ejercicio; se debe aprovechar el tiempo como más nos convenga y para ello saber decidir bien así como aprender de fallas y aciertos; decidir con base a los valores, en especial los universales; y seguir rutinas saludables a la vez que se rechazan las que no lo son así como controlar el consumo de productos.

### **3.5. Congruencia y socialización**

“La congruencia entre lo que digo, pienso y hago, da felicidad. [...] De niños, por naturaleza, somos sinceros y viviríamos más felices si creciéramos así.” (Lozano, 2015: 228, 230) Estas dos frases resaltan en el capítulo “¡Digo lo que siento!: ¿Honestidad o imprudencia?” donde Lozano dice que para ser felices hay que ser congruentes entre lo que decimos, hacemos y pensamos además de ser honestos, decir la verdad pero saber en qué momento sí puede ser dicha, lo que es la prudencia. Con las dos frases expuestas hacemos notoria una contradicción implícita. Los niños no saben en qué momento, dónde y cómo decir la verdad, son imprudentes por naturaleza hasta que poco a poco se les va normalizando, institucionalizando, socializando, educando. Coincidimos en que la sinceridad debe ir de la mano con la prudencia sin embargo, no podemos asegurar del todo que ambas sean parte de la felicidad en todo momento, sin embargo, para Lozano así lo es por lo que agregaríamos un elemento más al magma de significaciones que instituyen la felicidad por medio de libros de autoayuda: congruencia y prudencia.

Demos otro paso en la definición de los principios que caracterizan a los

libros de autoayuda. Hemos dicho ya, que los libros a través de los cuales intentamos elucidar, plantean una serie de normas, valores, lenguaje, métodos y procedimientos de hacer cosas, y hacer frente tanto a la vida como al individuo mismo, así como todo lo anterior, la institución de la felicidad también hace -crea- determinados individuos. Claro ejemplo de esto es cuando, en los libros, se trata el tema de la socialización pues se dice en ellos de qué manera deben relacionarse los individuos unos con otros. Por ejemplo, Hernández-Cancino expone una serie de premisas que pueden ayudar a mejorar la capacidad de un individuo para relacionarse con otros, presentamos un breve resumen que elaboramos a modo de lista:

- 1) Estar consciente de tu estado emocional.
- 2) Emite juicios cuando te bases en hechos y sólo si te preguntan tu opinión.
- 3) Ve lo positivo y no sólo lo negativo de la situación.
- 4) Pon límites y sé firme.
- 5) Deja atrás el pasado, actúa en el presente.
- 6) Aléjate de las personas conflictivas.
- 7) Cuida lo que dices y lo que piensas. Sé discreto.
- 8) Respeta y tolera a los demás.
- 9) Trata los temas en el momento oportuno y sé asertivo.
- 10) Sé simpático y compasivo con ojos, corazón y mente.
- 11) Tómate un tiempo para ti.
- 12) Da sin esperar recibir.
- 13) Visualiza y medita las consecuencias antes de actuar.
- 14) Comunícate de forma asertiva: habla menos y escucha más.
- 15) Deja ir a aquellos que ya partieron.
- 16) Perdona y sigue tu camino.
- 17) No envidies, mejor motívate y sé agradecido.

## 18) Convive con tu familia y amigos.

La lista pretende hacer un individuo capaz de establecer relaciones sociales basadas en la armonía y el amor, según Hernández, puesto que ello es parte de la felicidad. Nos hace recordar y afirmar la tesis de Fernando Ampudia de Haro (2006) en su artículo *Administrar el yo: literatura de autoayuda y gestión del comportamiento y los afectos* en donde asemeja los manuales de conducta, analizados por Norbert Elias, con los libros de autoayuda. Sin duda compartimos la idea de que las relaciones sociales son un elemento imprescindible para poder permanecer en un estado de bienestar, llámese felicidad, bienestar emocional, o como mejor convenga. Lo interesante es ¿por qué la gente adulta, o los jóvenes adultos, buscan que alguien les diga cómo comportarse? Podríamos decir, desde una lectura simple, que buscan parte de la educación que no obtuvieron en la institución familiar o escolar e incluso buscar guía en algo o alguien podría ser necesario, como primer paso para ser autónomos, o todo lo contrario. No obstante, debe haber más elementos de análisis para comprender tal hecho.

Siguiendo en la misma sintonía, relaciones sociales, Edgar Lozano escribe respecto al matrimonio y da otra lista de pasos para ser feliz, esta vez son 7 reglas básicas con las cuales y con su cumplimiento, dice el autor, habrá más posibilidades de que el matrimonio sea estable y dure “para siempre”. Esto es importante para la finalidad de los libros de autoayuda en tanto que, para este autor, la persona con la que se decide compartir nuestra vida constituye gran parte de nuestra felicidad (Lozano, 2015). Antes de plantear las reglas pone sobre la mesa la realidad actual en la que el matrimonio, como institución -cabe señalar-, cada vez ha ido perdiendo más valor. Son menos quienes deciden casarse y los que deciden hacerlo lo hacen a sabiendas de que no importa si no funciona o no se convencen, existe la posibilidad del divorcio.

Las reglas básicas según Lozano en *Por el placer de vivir*, son las siguientes:

1. *Querer y dejarse querer.* Tener la firme convicción de que hay que alimentar y expresar el amor con detalles. [...] Dejarse querer es aceptar

las manifestaciones de afecto de nuestra pareja, [...] no tienen que ser de la misma forma en que nosotros las expresamos.

2. *No a las discusiones innecesarias y sin sentido.* Hay que evitar volvernos “hipersensibles”, reaccionando en forma impulsiva ante cualquier provocación. No olvides la frase: *¿qué prefieres, tener la razón o ser feliz?*
3. *Recordar tres palabras clave.* Estas palabras son *paciencia, prudencia y entendimiento.*
4. Borrar diariamente la “lista de agravios”
5. Ser oportunos. Saber cuándo, dónde y cómo resolver los pendientes y los problemas que se van presentando.
6. *La comunicación como bandera.* Saber comunicar correctamente y oportunamente lo que se siente.
7. *Disfrutar día con día.* Recordar que la felicidad está en saber lo que se quiere, luchar por eso y disfrutar juntos el camino. (Lozano, 2015: 182-186)

Estas reglas básicas son instituidas como parte de la felicidad, formando parte del magma de significaciones de ésta con el nombre de la institución del matrimonio. Es decir, agregamos otra significación a lo que se postula como la felicidad según libros de autoayuda: la socialización en forma de matrimonio. Lozano, páginas antes de la lista de reglas, también plantea algunas preguntas que según él, son importantes plantear antes de llegar a hacer un contrato nupcial por lo que aseguramos éste es un elemento más y uno importante dentro de lo que los libros de autoayuda instituyen. ¿Será que también interesa reforzar la institución del matrimonio y con ello la familia?<sup>65</sup> Por supuesto que cada institución, como ya lo vimos, implica ciertas normas (entre otros elementos) por ende, si se desea reforzar la institución del matrimonio y de la familia, en los libros de autoayuda- será bajo determinadas normas y de la mano del *legein y teukhein*.

### **3.6. Finanzas y trabajo**

¿Qué más parece ser imprescindible en los libros de autoayuda? Es curioso que muchos de ellos, desde el título y por supuesto, en su contenido, hablen de finanzas. Pues bien, éste es un eslabón más. Lo que dice Hernández-Cancino al

---

<sup>65</sup> Es interesante hablar sobre este tema -el matrimonio- ya que en México se presenta un fenómeno particular; tiene un alto índice en matrimonios entre menores de edad, lo cual nos hace pensar que esa puede ser una razón por la cual se tipo de orientación, o mejor dicho, normalización primero para tomar la decisión y segundo para vivir con ello. Esto segundo en el sentido de saber todo lo que conlleva la institución del matrimonio. Con datos extraídos de El Universal (García, 2017), en el Foro de Matrimonio Infantil: Dimensiones, Causas y Efectos, se habló sobre el conteo de 2015 donde 300 mil adolescentes entre 12 y 17 años de edad se encontraban casados. Tal hecho es algo que la ONU ha pedido a México erradicar.

respecto es que se debe cuidar el dinero, ganar más, gastar menos, ahorrar e invertir. La economía, según estos libros, forma parte de la felicidad y se dan consejos prácticos acerca de cómo cuidar, ganar, gastar, ahorrar e invertir. Para poder mejorar o alcanzar una meta económica, nos dicen que lo primero que necesitamos es tener las ganas de lograrlo así como diseñar un plan basado en estrategias que permitan controlar nuestra situación económica. El plan que se debe hacer necesita como antecedentes que se evalúen y determinen tres aspectos: 1) Confeccionar un “Estado de situación financiera” donde sean claros los montos de inversión, obligaciones y capital patrimonial. 2) Determinar el monto de los ingresos obtenidos y los egresos de un periodo delimitado. 3) Dilucidar las causas principales que contribuyen al estado de situación financiera en el que te encuentres. (Hernández, 2017)

El orden que sugiere Hernández respecto a lo financiero es claro y por supuesto que hablar de lo económico en la sociedad actual es un tema importante. No podría faltar como parte de la felicidad puesto que de un modo u otro, si se le da la organización y relevancia, da cierta tranquilidad y estabilidad a los individuos, a pesar de ello, cabe aclarar que sólo es una significación más dentro del magma.

Al mismo tiempo y de la mano con el tema de lo financiero está lo laboral. Muchos de los libros de autoayuda se orientan en dar consejos que optimicen las relaciones laborales y promuevan “la eficacia” en el trabajo. Edgar Hernández dice que el problema de los individuos respecto a su estado financiero no es que gasten mucho sino que hay una falta de ingreso. ¿Salarios bajos? Sí, es una realidad que se vive a diario en México pero ¿qué se dice sobre esto en los libros de autoayuda?, ¿qué consejos prácticos se dan respecto a este tema? Según Hernández decidirnos a ser felices -siguiendo sus instrucciones- tiene que ver con cuánto ganas en tu trabajo. Si ganas poco debes analizar la razón por la cual no cuentas con un trabajo bien remunerado o, en su defecto, la razón por la cual no tienes trabajo. Para ello el autor plantea las siguientes preguntas:

1. ¿He sido conformista y no he tenido la audacia suficiente para buscar un trabajo mejor remunerado?



2. ¿Soy capaz y competente en el trabajo?
3. ¿Soy eficaz y eficiente en mi labor?
4. ¿Trabajo el tiempo necesario?
5. ¿Doy mi mayor esfuerzo, con diligencia y cuidado en mi trabajo?

Contestar con sinceridad a estas interrogantes, te dará la respuesta para saber por qué no ganas más dinero y, a su vez, te señalará lo que necesitas hacer para mejorar tu productividad laboral y obtener una mayor retribución. (Hernández, 2017: 151, 152)

Nos cuestionamos, respecto a las preguntas arriba planteadas por Hernández, si la razón por la que no se tiene un trabajo bien pagado va más allá del entusiasmo y la audacia del individuo para buscar un trabajo bien remunerado, ¿he sido conformista y no he tenido la audacia suficiente para buscar un trabajo mejor remunerado?, nosotros respondemos a eso: qué tal si no hay oportunidad para ese individuo en un trabajo bien remunerado o no hay un trabajo bien remunerado. ¿Soy capaz y competente en el trabajo? Si más allá de lo capaz y competente que pueda ser un individuo las condiciones del país no dan para una remuneración adecuada para una vida sin carencias en cuanto a alimento y vivienda (lo indispensable). ¿Soy eficaz y eficiente en mi labor? Si a pesar de la eficacia y eficiencia no hay modo de obtener ese trabajo bien remunerado ya sea por la infraestructura del país u otro factor determinante. ¿Trabajo lo necesario? Cuánto hay que trabajar para que sea el tiempo necesario y qué es lo que se deja de lado por hacerlo. Esto contradice o imposibilita de algún modo lo dicho antes por los libros de autoayuda; la salud; aprovechar el tiempo; aprender de las adversidades; decidir bien, etc.

Uno de los consejos que da el autor, seguido de la lista de preguntas es que el individuo se capacite, que tome cursos para actualizarse de acuerdo a lo que las empresas requieren y que tenga una actitud positiva, proactiva así como el valor de hacer lo necesario, cueste lo que cueste, para obtener esa remuneración. ¿Cueste lo que cueste, incluido el bienestar o la felicidad misma? Resulta algo paradójico que en esa búsqueda, construcción, actividad o decisión de ser felices, ésta se encuentra en riesgo.

Lo anterior nos permite confirmar que a través de los libros de autoayuda se

hace responsable al sujeto de todo lo que le acontece incluso de manera externa, es decir, de manera específica en cuanto al trabajo, si no se tiene un “buen” ingreso nos debemos cuestionar qué estamos haciendo mal como trabajadores. Respecto a lo anterior podemos observar desde Lipovetsky (2007), un acercamiento a este aspecto. La precarización del empleo, nos dice, y la desregulación del mercado de trabajo va en crecimiento trayendo consigo sentimientos de inseguridad, incertidumbre, inquietudes y dudas, no sobre el mercado laboral o el mismo sistema, sino sobre uno mismo. “Abandonado a sus propias fuerzas, el individuo emancipado vive como un asunto personal lo que es una realidad socioeconómica [...] lo que antes se vivía como un destino de clase se vive hoy como una humillación, una vergüenza individual.” (Lipovetsky, 2007: 160)

Con todo lo anterior prosigamos, pues podemos resumir en un conteo los pasos a seguir para tener o mantener un trabajo con una buena paga. Se necesita primero, siguiendo con Hernández-Cancino, tener una actitud positiva y proactiva, o sea, ser servicial, comprometido, trabajar en equipo, y esforzarse en todo lo que se requiera; segundo, tener conocimientos especializados, experiencia, habilidades y ética, esto es adaptarse competitivamente al avance tecnológico y de especialización que tu área de trabajo necesite; tercero tener control y administración del tiempo, en este punto nos parece interesante ahondar más. El autor dice, como ya habíamos mencionado antes, que el tiempo y su dedicación a lo que se debe es parte fundamental para la felicidad y con relación al trabajo es similar pues se debe aprovechar lo mejor posible para poder realizar las tareas y actividades encomendadas en tiempo y forma. Nos recomienda Hernández

Para que seas productivo dentro del tiempo disponible para trabajar es esencial ser ordenado y poco conversador, ya que el desorden y el exceso de charla en el trabajo llevan al desperdicio del tiempo y, por ende, a la ineficiencia en el desempeño laboral. (Hernández, 2017: 119)

Relacionado con el no hablar mucho podemos estar o no de acuerdo pero lo que nos parece importante destacar es cómo estas prácticas son posiblemente instituidas y hacen a los individuos de tal modo que al menos dentro del ámbito

laboral saben y ponen en práctica que “van a trabajar no a hacer amigos”, por ejemplo, y cómo esto repercute en el sentido de los lazos o vínculos que puede haber dentro de un trabajo; por lo que podemos leer no son recomendables para el rendimiento del trabajador pero a su vez esto ocasiona que no pueda haber una comunidad y mucho menos una organización entre trabajadores, así hay menos posibilidades de que éstos puedan externar inquietudes y pedir cambios. Resulta conveniente para el mantenimiento de estructuras ya dadas. Continuemos con el conteo; cuarto, trabajar dentro del orden, muy relacionado con lo anterior, el autor escribe que una persona ordenada puede hacer que el tiempo y su esfuerzo sean más productivos y recomienda establecer medidas para mantener el orden; quinto y último, plantearse objetivos, metas y hacer un plan de acción todo con respecto al trabajo, claro está.

### **3.7. El arte de vivir el momento**

Otro aspecto importante del cual se habla en los libros de autoayuda y podríamos sumarlo al magma de significaciones que se instituyen como felicidad es, usando los términos empleados por César Lozano (2015), “el arte de vivir el momento: el aquí y el ahora”. Esto, según el autor se logra una vez que nos re-eduquemos para recuperar o fortalecer la capacidad de asombro y la capacidad de admiración así como estar conscientes de lo que hacemos en el momento; terminar siempre lo que iniciamos; pensar en el pasado como una lección, sin añoranza de que vuelva y únicamente dedicar el tiempo que se crea conveniente a pensar en el futuro. En un capítulo posterior el autor, todavía hablando del disfrutar y vivir el presente, menciona una característica de nuestra realidad actual: se vive con prisa. Esto y el comparar con otros momentos y otras personas imposibilita disfrutar el aquí y el ahora, por ende, imposibilita la felicidad por lo que Lozano hace tres recomendaciones: 1) Hacer consciente el momento y disfrutar lo que realizas. 2) No hacer comparaciones excepto si éstas te hacen sentir mejor, por ejemplo, dice Lozano “cuando sufrimos por alguna carencia, por algo que luchamos mucho y no se concretó, vemos quien tiene problemas mayores. [...] En cuestión de sufrimiento siempre habrá quien nos supere.” (Lozano, 2015: 162) 3) Compartir y servir a los demás, “los buenos momentos se disfrutan mucho más

cuando se comparte. [...] Ser serviciales siempre incrementará el nivel de felicidad.” (Lozano, 2015: 162, 163). Al ser serviciales con los demás le damos sentido a nuestro presente, agrega el autor, compartir con otras personas lo que hacemos y lo que somos también contribuye a nuestra felicidad pero hay un riesgo si el compartir se convierte en fincar nuestra felicidad en una persona por lo que es preciso plantearse tres preguntas. ¿Qué me motiva?, ¿quién me motiva? y ¿para qué me motivo?

“Permitir que la incertidumbre se apodere de tu presente, te impide la posibilidad de disfrutar cada instante que es irrepetible.” (Lozano, 2015: 279) Es lo que se dice dentro de un capítulo que trata sobre aprender a vivir sin preocupaciones y esto se logra, explicita el autor, teniendo fe y confiando en “el Creador” así como repetirse una y otra vez que eso que preocupa no ocurrirá y sustituir ese pensamiento preocupante por uno deseable.

Podemos notar que se hacen visibles aspectos importantes que hacen a los individuos de una determinada manera y esto se refleja en su manera de hacer frente a la vida y a sí mismos. Por ejemplo, se prefiere vivir el momento sin pensar en lo que fue y en lo que puede ser a menos que el pasado sea tomado como enseñanza y el futuro pensarlo sólo cuando se considere conveniente; reconfortarse sabiendo que alguien se encuentra en una situación peor a la nuestra; ser serviciales (agregaríamos que esta es una característica predominante en los mexicanos); tener a alguien con quien compartir nuestra vida pero sin verter todo el sentido de ésta en el otro y tener fe y confianza en “el Creador” para vivir sin incertidumbres y poder disfrutar del presente.

Finalmente adicionamos una significación más a la felicidad según los libros de autoayuda: el control de la ira. Siguiendo con César Lozano (2015), la ira es común en los individuos hoy en día y es un impedimento para ser feliz. El enojo está socializado como un método para conseguir cosas y resolver asuntos pero lo que ocasiona son más problemas e infelicidad. Son 4 tipos de enojos más frecuentes, todo esto leyendo a Lozano. El enojo con uno mismo es común y trae consigo enfermedades que impiden la felicidad -nuevamente vemos la asociación

de la felicidad con la salud-, problemas de autoestima que se ven reflejados en el comportamiento con los otros. El enojo con el mundo exterior surge cuando no somos capaces de aceptar la realidad, cuando queremos influir en otros esto nos hace sufrir y no ser felices. El enojo por comparación, el “deberías de ser” provoca envidia y hacen dudar al individuo de él mismo lo que conlleva a la infelicidad. El autor presenta el cuarto tipo de enojo que es el que se da por suposición. No es claro cómo es este enojo pues no se ahonda ni se explica, pero se habla de la “inteligencia emocional”<sup>66</sup> que consiste en controlar o en “no dar rienda suelta” a las emociones, en este caso a la ira y para ello César Lozano da otra serie de pasos para lograrlo. Pero primero recomienda evaluar con cinco preguntas si se tienen problemas con el modo de manifestar la ira.

1. ¿Te enojas más de dos veces al día?
2. ¿Tu enojo dura más de quince minutos?
3. ¿Manifiestas tu enojo de forma explosiva? ¿Avientas cosas, pateas puertas, gritas?
4. ¿Generalmente te arrepientes de lo que dices o haces cuando te enojas?
5. ¿La gente que te rodea te ha mencionado sobre tus arranques de cólera y ha delimitado su distancia contigo? (Lozano, 2015: 212)

Parece ser que el tema de la inteligencia emocional es importante en los libros de autoayuda pero en general es un término que, si bien se ha empleado desde hace ya varios años, es usado de manera muy notoria hoy en día por los individuos, en particular en el ámbito psicológico. Pareciera que tiene que ver con un autocontrol que debe ser empleado si, de acuerdo con las preguntas, tienes problemas de ira al no saber cómo manifestarla o más que eso no sabes controlarla y otros individuos lo perciben y se apartan de ti por esa razón. En un capítulo posterior del que acabamos de comentar, se presentan las razones por las cuales nos enojamos. Con una serie de relatos, Lozano, explica que la ira es ocasionada por otros, por lo tanto, son otros individuos quienes complican nuestra existencia y perjudican nuestra felicidad pero nosotros somos quienes damos pie a

---

<sup>66</sup> Tal término es acuñado a Daniel Goleman (psicólogo estadounidense) en su libro *Inteligencia Emocional* (1995). Goleman dice que la inteligencia emocional se organiza en torno a cinco capacidades que son: conocer las emociones y sentimientos propios; saber manejarlos; tener la capacidad de reconocer nuestras emociones y sentimientos; crear nuestra propia motivación y gestionar las relaciones. (Goleman, 2017)

que lo hagan por darles relevancia en nuestras vidas.

¿Qué hacer una vez que has detectado que tienes problemas de ira? Los consejos prácticos para encontrar la felicidad continúan y ahora dan respuesta a esta pregunta pues la ira, como ya se mencionó, es un impedimento para que los individuos sean felices. El autor da una serie de pasos para lograrlo y éstos son, primero, identificar la causa: se debe analizar por qué ha surgido tal sentimiento y si fue ocasionado por algo o por alguien. Segundo, se recomienda una técnica de respiración para relajarse: se trata de inhalar profundamente y exhalar despacio tres o cuatro veces seguidas para que poco a poco, gracias a la oxigenación, puedas controlarte. Tercero, si no se logra un autocontrol entonces, se sugiere alejarse del entorno dónde la ira surge con frecuencia. El cuarto paso consta de enfrentar a la persona que provoca enojo pero de una manera “asertiva” lo que significa, dice Lozano, decir lo que siento a la persona correcta de la manera correcta y en el lugar correcto (Lozano, 2015). Por último, un paso para controlar la ira es hacer ejercicio ya que éste ayuda a tranquilizarse. Recordemos que ya se había hablado sobre la importancia del ejercicio dentro de la salud y en este capítulo aparece nuevamente en el magma de significaciones de la felicidad.

Ahora bien, retomando lo visto a lo largo del presente capítulo, y de acuerdo con la investigación de Béjar, encontramos algo fundamental en los libros de autoayuda con respecto a la propuesta de Elias sobre el proceso de civilización. Primero, recordemos que el proceso de civilización lo es en tanto que implica cambio social de larga duración donde hay un avance en la limitación de los impulsos. Al dar lectura a libros de autoayuda con determinado contenido (desde una perspectiva específica) podemos observar que en su mayoría los consejos, instrucciones o imperativos que ahí aparecen, guían al sujeto a limitar cada vez más tanto impulsos como conductas. Esta limitación, propia de la civilización y por supuesto de la actualidad, transforma los comportamientos y la forma de relacionarse entre sujetos, se individualiza a los hombres y mucho de lo que se considera o consideraba como público se convierte en un asunto íntimo, aunado a ello se separa tanto física como simbólicamente a los hombres al punto de crear

un “muro invisible” (retomando una expresión del propio Elias) entre los individuos, esto último siguiendo a Béjar (2011).

Hagamos un recuento de aquello que forma parte de los libros de autoayuda y hacen de la felicidad una institución. La institución norma, media, regula y hace a los individuos de determinada manera, éstos tienen un lenguaje específico, herramientas, métodos y procedimientos con los cuales se guían en la vida y se enfrentan a otros individuos y a ellos mismos. Teniendo esto presente podemos leer en los libros de autoayuda *Decídete a ser feliz. Una guía para lograrlo* Edgar Hernández-Cancino y *Por el placer de vivir* de César Lozano, que la felicidad como institución imaginaria es conformada por lo siguiente: ser una persona sana y esto es comer adecuadamente y hacer ejercicio; se debe aprovechar el tiempo como más nos convenga y para ello saber decidir bien así como aprender de fallas y aciertos; decidir con base a los valores, en especial los universales; seguir rutinas saludables a la vez que se rechazan las que no lo son; controlar el consumo de productos innecesarios o inaccesibles; ser honestos y prudentes; establecer relaciones sociales basadas en la armonía y el amor; tener un matrimonio estable y duradero; en cuanto a lo financiero: cuidar el dinero, ganar más, gastar menos, ahorrar e invertir; tener un empleo bien remunerado; vivir el momento; controlar la ira; tener fe y no preocuparse por el futuro.

## **Capítulo IV. La felicidad instituida a partir de los libros de autoayuda**



*La felicidad tal vez consista [...] en creer que creemos lo increíble.*  
Benedetti

El objetivo del presente capítulo es elucidar en torno a los libros de autoayuda. Castoriadis llama elucidación al “trabajo por el cual los hombres intentan pensar lo que hacen y saber lo que piensan.” (Castoriadis, 1983: 11). Es decir, lo que nos proponemos para este capítulo es pensar lo que se hace respecto a la felicidad y saber lo que se piensa de ésta en los libros de autoayuda. Se busca pensar a través de las prácticas concretas que se plantean en los libros *Decídete a ser feliz. Una guía para lograrlo* (2017) y *Por el placer de vivir* (2015) y saber qué se piensa acerca de la felicidad para con ello dar cuenta de cómo es instituida. Para poder dar paso a este último capítulo, es necesario recordar qué es una institución imaginaria, cómo funge dentro de la sociedad y qué tiene que ver tanto con la felicidad como con los libros de autoayuda.

Como lo hemos mencionado desde el inicio, es notable que el hablar de felicidad desde diferentes disciplinas implica diferentes acepciones de ésta pero cada una de ellas, al final, logra definir su propio concepto de felicidad, instituyendo así prácticas que harán sujetos felices. Al referirnos al instituir queremos dar a notar el carácter de normalización u homogenización que tiene cualquier institución.

Recapitulando, recordemos que la institución se conforma de normas, valores, herramientas, lenguaje, métodos y procedimientos que hacen ser sociedad a una sociedad puesto que une y da identidad; la institución es aquello que da sentido a un individuo como ser social histórico puesto que da sentido de pertenencia por medio de las normas así como una distinción entre individuos y sociedades. Asimismo, la sociedad da sentido a eso que es lo histórico social. La institución dicta y regula las conductas de los individuos así como permite que exista cierto orden tanto a nivel psíquico (lo individual, lo instituyente) como a nivel social (lo conjuntista identitario, lo instituido). La institución satisface y crea necesidades; es creada por los individuos y creadora de éstos. Permite que exista un entendimiento entre los individuos y por supuesto una sobrevivencia en el

mundo social así como una identificación y distinción entre sujetos y entre sociedades (*legein* y *teukhein*). Recordemos también que la institución es imaginaria no porque esto sea un reflejo o algo ficticio, sino todo lo contrario; es imaginaria en tanto que es fuente de creación de figuras, formas e imágenes; es decir que es creadora de la realidad misma. La institución imaginaria de la sociedad está ligada de manera directa con lo simbólico en tanto que es su vehículo hacia el mundo histórico-social. No olvidemos que, como se mencionó con antelación, lo simbólico y la institución se complementan y necesitan el uno al otro y ambos siempre recurren y existen en y por lo imaginario.

Cada institución se conforma de su propio magma de significaciones imaginarias, con esto queremos decir que cada institución (desde la sociedad como una de las instituciones primeras, hasta la felicidad como institución segunda) tiene algo que las sostiene, da cierto orden y las mantiene en pie. Ese algo son las significaciones imaginarias sociales y lo imaginario social instituido.

Repartimos este último capítulo en tres apartados para poder ir tejiendo lo que se nos presenta en los libros de autoayuda, como fragmento de realidad, con el marco teórico. Primero veremos cómo se presenta la felicidad en los libros de autoayuda desde la lógica conjuntista identitaria, es decir, en términos de *legein* y *teukhein*. Distinguiamos el imaginario social instituido de la felicidad y las significaciones imaginarias de ésta para, posteriormente, exponer a la felicidad como institución imaginaria de la sociedad.

#### **4.1. La felicidad en términos de *legein* y *teukhein* en los libros de autoayuda**

Primero, retomemos dos categorías esenciales para proceder a elucidar ent torno a lo planteado en los libros de autoayuda: *legein* y *teukhein*. Por un lado, hablar de *legein* es hablar del representar/decir, es la capacidad del individuo y de la sociedad de nombrar al mundo social-histórico y por supuesto a todo lo que lo conforma, entre ello está la felicidad. Por otro lado, recordemos que *legein* es “distinguir-elegir-poner-reunir-contar-decir” (Castoriadis, 1989: 99) y llevando esto al tema de la felicidad, se entiende que es la manera en la que tal concepto se

representa en el mundo de lo social ya sea de manera material o simbólica. *Legein* es aquello que se dice acerca de la felicidad y lo que se reúne dentro de tal concepto; se representa nombrando y designando, se distingue, se elige, se pone, se contabiliza y se dice aquello que hacen los individuos para ser felices o lo que debe ser la felicidad, es decir, lo que se instituye como felicidad.

Retomemos dos preguntas planteadas en nuestro segundo capítulo respecto al *legein* y *teukhein* ¿la felicidad es un imposible posible?, es decir ¿la felicidad es algo que se fabrica? La felicidad se fabrica con prácticas concretas como alimentarse adecuadamente, ir periódicamente al médico, consultar a nutriólogos y ejercitarse. Tales prácticas son *teukhein*, puesto que es un hacer social: “reunir-adaptar-fabricar-construir [...] dar existencia como... a partir de... de manera adecuada a... con vistas a...” (Castoriadis, 1989:158).

Primeramente, como vimos a lo largo del capítulo anterior, en los libros de autoayuda *Decídete a ser feliz. Una guía para lograrlo* (2017) y *Por el placer de vivir* (2015) la felicidad o un individuo feliz se representa y se nombra como alguien saludable; como aquel que decide y es capaz de llevar una vida sana. Un individuo feliz es un individuo sano o, viceversa, un individuo sano es un individuo feliz. Esto anterior lo mencionamos para iniciar con la elucidación puesto que los libros revisados ponen mucho énfasis y coinciden en este sentido.

Teniendo en cuenta lo anterior respecto a *legein* y *teukhein* así como el tema de la salud, podríamos decir entonces que, en términos del *legein*, recordando el esquema de separación y reunión al que recurre, una persona feliz se distingue por tener las posibilidades económicas para llevar una vida sana: se dice -se nombra- a un individuo como alguien feliz si cumple con determinadas prácticas (hacer social: *teukhein*): hacer ejercicio, comer de acuerdo a lo que indique un nutriólogo como lo adecuado y hacer un hábito el ir al médico. En cuanto al *teukhein*, recordemos que, para poder crear-fabricar algo, además de tenerlo en la imaginación, se deben distinguir los elementos que pueden, y los que no, ser utilizados para la construcción. Así pues, lectores de libros de autoayuda pueden nombrarse felices si cumplen con aquello que autores como Hernández-

Cancino y Edgar Lozano, eligen-ponen-cuentan y dicen como felicidad. No olvidemos que *legein* y *teukhein* se necesitan el uno al otro puesto que cuando *legein* nombra y designa, *teukhein* da forma a eso que se ha dicho/nombrado/designado y viceversa pues también se necesita que sea nombrado y designado eso que se ha fabricado.

Un punto clave dentro de la vida sana hoy en día es la medicalización y su vínculo con la felicidad es notable desde lo que el mercado nos presenta en espectaculares y comerciales de farmacéuticas hasta lo que podemos encontrar dentro de libros de autoayuda. ¿Por qué aceptaríamos una vida llena de pastillas, tratamientos médicos sino es para evitar el dolor y procurar los placeres, para “ser felices”? La sociedad actual es una sociedad normalizadora, esto siguiendo a Edgardo Castro (2012), y con ello entendemos que se busca la adecuación de individuos a determinados modos de vida. Es por ello que sostenemos que la felicidad y la búsqueda o espera de ésta normaliza prácticas, instituye modos de vida. Se nombra felicidad a prácticas propias de un individuo sano. Nos parece importante destacar este aspecto de la salud y cómo se liga de manera directa con la felicidad pues más allá del cuidado que una persona haga de sí misma, refleja los modos de vida que distinguen por lo menos a las sociedades occidentales donde se privilegia a la juventud y se vende todo tipo de producto o medicamento que ayude a prolongar la vida, te haga sentir más joven, tengas un cuerpo ejercitado y consumas alimentos orgánicos.

Además de llevar una vida sana, con todo lo que esto conlleva según los libros de autoayuda elegidos para esta tesis, un individuo puede decirse y nombrarse feliz, puede distinguirse y separarse de aquellos que son infelices, si es exitoso. Dicho de otro modo, en términos de *legein*, sabiendo de antemano que su operación central es la *designación* el “esto se llama” (Castoriadis, 2013) la felicidad también depende del éxito y, Edgar Lozano (2015) le llama exitoso al

individuo que sabe lo que quiere, pone su mejor esfuerzo para lograrlo y disfruta del camino de la búsqueda del, hoy en día, tan deseado éxito.<sup>67</sup>

César Lozano (2015) nombra y designa a la ira como una fuente de infelicidad, como aquello que no permite el paso a la felicidad y según él lo ideal es agregar inteligencia emocional para erradicar la infelicidad producto de emociones desagradables como lo es la ira. Puedes nombrarte feliz si eres inteligente emocionalmente y esto, por supuesto, consta de determinadas prácticas que a su vez son designadas y nombradas como tal (inteligencia emocional) según determinados sujetos. Para Lozano, la inteligencia emocional es controlar las emociones. ¿Cuáles son las prácticas en concreto, cuál es el *teukhein*, cómo se construye o fabrica la inteligencia emocional? ¿Cómo controlar las emociones? El autor de *Por el placer de vivir* (2015) únicamente plantea una serie de preguntas<sup>68</sup> de las cuales podemos deducir que parte del *teukhein*, que forma parte del *legein* que es la inteligencia emocional, es el autoconocimiento. Tiene sentido pues ¿cómo controlar algo que no se conoce? Aunado al tema agregamos que la inteligencia emocional, concebida originalmente por Daniel Goleman (2017), incluye en términos de *teukhein* la creación de motivación propia y gestión de las relaciones.

Para que el actual decir y hacer en torno a la felicidad pueda subsistir, es necesario que también se procuren sus contrarios. En el momento histórico-social que nos tocó vivir, observamos con mayor frecuencia, en palabras de Freud, un malestar en la sociedad, o múltiples malestares y afecciones que provocan o aportan mayor fuerza al discurso de la “necesaria” búsqueda de la felicidad haciendo que se volqué más bien en un mandato hacia todos los individuos. Producto del sistema bajo el que vivimos han aparecido cada vez más malestares tanto físicos como emocionales y con ellos mil y un maneras de sanarlos. Aunque bien sabemos esta sanación siempre trae consigo nuevas enfermedades o

---

<sup>67</sup> Por los títulos que pueden verse comúnmente en librerías como Gandhi o Sanborns así como los puestos ambulantes en la Ciudad de México, es notorio que los libros de autoayuda vinculan de manera directa y sólida a la felicidad con el éxito. Asimismo esta palabra pareciera estar cada vez más dentro del lenguaje cotidiano.

<sup>68</sup> Véase apartado 3.8. El arte de vivir el momento.

malestares. Pues bien, lo que aquí sugerimos es que al ser la felicidad un nuevo imperativo, se presentan las soluciones como cualquier producto que el mercado tiene para lo que se nos ocurra. Los libros de autoayuda así como ser la solución, van creando e instituyendo (en términos de Castoriadis), lo que debe ser la felicidad, pero estos mismos promueven y alimentan a los problemas que supuestamente se quieren resolver, como la depresión y ansiedad, el individualismo y el desapego. Siendo factores que obstaculizan la felicidad, o así se promueven en los libros de autoayuda, no se erradican del todo, por el contrario, los alimentan puesto que ¿no son estos mismos lo que de algún modo mantienen y sostienen los modos de vida para que prevalezca el capitalismo? La paradoja que implica la felicidad como imperativo se hace presente al pensar alrededor de esta problemática pues, tanto el desapego e individualismo como la ansiedad y depresión, son “males a erradicar” pero no dejan de estar presentes, no pueden ser erradicados si son parte de lo que se necesita para dar vida y mantener vivo al sistema y a la felicidad misma: la felicidad que se exige; la felicidad que se dice qué es y cómo debe ser; la felicidad que se instituye.

La felicidad como institución imaginaria de la sociedad puede ir desde promesas en campañas políticas, productos en el mercado o estilos de vida puesto que norman y orientan conductas así como homogenizan individuos y distinguen a otros tantos. La depresión o apatía parecen ser parte del día a día y esto además de afectar de manera individual trae repercusiones al sistema económico, por ello no es mera coincidencia que tanto Estados (por medio de encuestas y políticas públicas) como empresas (con conferencias, cursos o los propios textos de autoayuda) se preocupen e intervengan. Estos sentimientos se convierten y son problema, además de personales, que interfieren en la vida económica y política de toda sociedad. Siendo así, cómo no va a ser la felicidad un imperativo cultural hoy en día. Se anhela la felicidad, se anhela la confianza en uno mismo, la autorrealización y el éxito pero cada uno de estos términos también se instituyen: las prácticas que dan significado a cada uno de estos anhelos se dicen y se instituyen o normalizan en la vida cotidiana por medio de, y gracias a, diversas herramientas, una de ellas, sostenemos que son los libros de autoayuda.

Hablando específicamente los libros de autoayuda podemos observar que proporcionan pasos a seguir para lograr la tan codiciada, pero determinada, felicidad. Dentro de los libros que se abordaron en el capítulo anterior de esta tesis, además de nombrar feliz a un individuo si éste es sano y exitoso, también se posibilita nombrar feliz (*legein*) a aquel que sabe ahorrar dinero, invertir, gastar menos y, por supuesto, ganar más (*teukhein*). El trabajo y las finanzas se encuentran dentro de lo que se designa y se fabrica como felicidad. Primero; no puedes ser feliz si no tienes un trabajo donde obtengas una buena remuneración económica; sin ese trabajo no hay dinero y por ende no tienes las posibilidades de costear una vida feliz ya que, como vimos párrafos antes, el ser sano implica ir al médico con frecuencia, consultar a nutriólogos respecto a tu alimentación y hacer ejercicio (esto solo por mencionar lo primero y más notorio en los libros de autoayuda). Aunque, cabe resaltar que hoy en día el Estado<sup>69</sup> también posibilita tales elementos para aquellos individuos que no cuentan con los recursos o una fuente de ingresos que les permita acceder de manera particular al médico, nutriólogo, psicólogo y/o entrenador particular para ejercitarse o simplemente pagarse un gimnasio (la implementación de “gimnasios urbanos” es notable). Es interesante mencionar en este punto que el Estado juega un papel fundamental dentro de la felicidad como institución imaginaria, y en general, nos atrevemos a decir que influye de sobremanera en el imaginario social que se tiene de la felicidad.

El Estado, como veremos dentro de este mismo apartado, cuenta de manera particular con técnicas de medición para la felicidad lo que le ayuda a

---

<sup>69</sup> En cuanto a salud existen instituciones públicas a las que puede tener acceso el mexicano aun cuando éste no cuente con un empleo o su empleo no lo provea de tal “prestación”, hablamos del Seguro Popular. Puedes afiliarte por el simple hecho de ser mexicano (contar cualquier identificación oficial y por supuesto con documentación oficial que avale tu existencia –CURP/Acta de nacimiento-) y ser residente de la Ciudad de México (poder dar cuenta de ello con cualquier comprobante de domicilio). En esos mismos lugares también cuentan con nutriólogos y actividades físicas a las cuales puedes tener acceso por cantidades mínimas o incluso gratuitas. Asimismo, respecto al tema de la salud mental (ansiedad y depresión), salud física, problemas de nutrición, adicciones, embarazos en adolescentes y prevención del suicidio, el gobierno de la Ciudad de México creo en 2015 una institución llamada Hospital de las Emociones que se dedica a brindar atención gratuita a individuos de entre 12 y 29 años de edad. (Gobierno de la Ciudad de México, 2018)

saber si sus políticas han servido para mantener a su población con un nivel de vida que se considera como bueno, adecuado o de calidad, tema que vinculan directamente o asemejan con la felicidad. Es decir que el Estado plantea significaciones imaginarias sociales sobre la felicidad, las mide y tiene que ver con políticas públicas. Recordemos que toda institución imaginaria está siempre sujeta a lo histórico social. Nuestra sociedad, ahora, es una sociedad “sana”, o mejor dicho una sociedad que cuida o se preocupa por la salud: la sociedad de hoy busca y procura alargar la vida de la población.

Lo anterior no es casualidad y por supuesto que es una situación multifactorial. Con ello queremos decir que la búsqueda o pretensión por alargar la vida tiene que ver, entre varias cosas quizá, con la productividad que el sistema reclama. Por un lado, se necesitan individuos sanos y con mayor esperanza de vida para que sigan produciendo, pensemos en esto y en la casi imposibilidad de jubilación. Asimismo, paralelamente, la vida sana y con ello las enfermedades, parecen ser elementos que nutren al capitalismo hoy, muestra de ello son tantas y tan variadas farmacias, tiendas naturistas, clínicas y gimnasios, y un sin fin de establecimientos y productos que alientan al consumidor a prolongar la juventud y retrasar la vejez y, por supuesto, la muerte. Asimismo la felicidad pareciera implementar necesidades específicas que, si bien no hacen un llamado explícito al consumismo exacerbado (como bien lo describió en su momento Lipovetsky), sí se exhorta a llevar un estilo de vida que bien podría favorecer y seguir alimentando al sistema bajo el cual vivimos. A continuación presentaremos argumentos que bien podrían ayudar a sostener lo dicho.

Por ejemplo, según Hernández-Cancino (2017), lo que se debe hacer, en cuanto al ámbito laboral para ser feliz (*teukhein*), es capacitarse y actualizarse por medio de cursos según lo que requiera la empresa donde el individuo trabaje, así como ser ordenado; tener un plan de acción y administrar su tiempo: aprovecharlo en el trabajo pero no en entablar charlas con los compañeros. De este modo, la felicidad se presenta como institución al orientar las conductas, se dice qué y cómo debe comportarse un individuo en el trabajo para ser feliz. No descartamos



que dichos consejos puedan ser útiles, pero reflexionemos sobre ello. ¿Esas conductas además de favorecer al trabajador (si es que lo hacen) ayudan a que la empresa se mantenga productiva y sin problemas?

Retomando nuestro marco teórico, podemos decir que tanto *legein* como *teukhein* son creadores de instituciones y por supuesto de sujetos. Se instituye la felicidad por medio de designar prácticas concretas como parte de ella, esto crea sujetos “felices” pero éstos lo son porque cumplen con tales prácticas que han sido designadas como lo que te debe hacer feliz. Queremos dar a entender que este deber cada vez parece ser más como un intento de obligar a... Se trata de normalizar prácticas, reunir y distinguir tanto lo que se dice de la felicidad como lo que se hace por y para ella. La felicidad es conjuntista identitaria en tanto que *legein* y *teukhein* están presentes y se homogeniza a los individuos felices a la vez que se les distingue de aquellos que no lo son por no cumplir con el esquema de reunión que se expresa dentro de los libros de autoayuda.

Respecto a lo anterior nos parece oportuno agregar que, fuera de los libros de autoayuda y como ya hemos mencionado, se nombra felicidad y se designan ciertas prácticas como felicidad de diferentes maneras, esto puede variar según quién y desde dónde lo enuncie. Un ejemplo de ello es el World Happiness Report (2017), del cual ya se habló en el segundo capítulo. Así como existe tal reporte, podríamos hablar de muchísimos otros que intentan medir la felicidad (como si esto fuera únicamente parte del mundo real-racional), designando a modo de rubros lo que ésta contiene o lo que la conforma. Por lo regular lo que se intenta saber por medio de ese tipo de reportes es si las políticas públicas dan, mantienen o mejoran la calidad de vida de los sujetos. El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) también cuenta con un reporte de este tipo; nombran a la felicidad (*legein*) como Bienestar Subjetivo (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2018). El Bienestar Subjetivo es la autoevaluación que se pretende hagan los individuos respecto a sus vidas y lo satisfechos o insatisfechos que se encuentran con ellas abarcando cuestiones específicas como lo laboral o lo familiar así como la intensidad y frecuencia en la que se presentan emociones

“positivas” y “negativas”. En términos de *legein* dentro de las mediciones que hace el Estado, se dice que un sujeto presenta un bienestar subjetivo alto (se nombra feliz a un individuo) si expresa satisfacción con su vida y emociones positivas con mayor frecuencia y con poca frecuencia, emociones negativas. Por el contrario, se nombra y se distingue a los individuos que expresan insatisfacción con su vida y viven pocas emociones positivas y frecuentes negativas, como infelices o se dice que su bienestar subjetivo es bajo.

Es interesante cómo este tipo de encuestas, ya sean nacionales o internacionales, están presentes y denotan un interés en algo tan particular y a la vez tan general como lo es la felicidad que si bien puede pensarse que es una cuestión que tiene que ver más con el individuo en su singularidad no deja de ser un tema histórico-social.

La felicidad como institución, aun cuando sea instituida por y desde diferentes ámbitos, tiene su expresión de manera semejante puesto que no deja de ser parte de la realidad social. Dicho de otro modo, la felicidad instituida desde los libros de autoayuda o desde cualquier reporte de medición; políticas públicas; anuncios publicitarios; películas; novelas literarias o series, va a coincidir una con otra por el simple hecho de que es una institución y se encuentra en un momento histórico determinado. La realidad social en su multiplicidad no deja de ser una; no dejamos de ser una sociedad occidentalizada y por supuesto que eso se ve impregnado en cada una de las instituciones imaginarias de la sociedad.

Continuando con el tema de los reportes o *rakings*, nos parece oportuno hablar acerca de una encuesta reciente: *41 Encuesta Global Anual de Felicidad, Esperanza y Optimismo Económico de Gallup Internacional*<sup>70</sup>. En esta encuesta se trata de manera directa el tema de la felicidad; México figura entre los diez países más felices del mundo. En dicho reporte, además de medir la felicidad, también se mide la esperanza y el optimismo respecto al futuro en cuanto a lo económico. En ese aspecto México se encuentra entre los diez países más pesimistas en cuanto

---

<sup>70</sup> Encuesta realizada en el periodo de octubre a diciembre de 2017. (Gallup International, 2018)

a lo económico y como número cinco en la lista de los países con menos esperanza en que el año 2018 sea mejor que el 2017. Pero, ¿todo esto qué tiene que ver con la felicidad como institución imaginaria y con los libros de autoayuda? Primero recordemos que toda institución cuenta con lo conjuntista identitario como uno de sus componentes y esto es la definición de los elementos pertenecientes a un conjunto; llámese sociedad, felicidad, Universidad, etc. Tal definición de elementos también conlleva a la distinción, es decir que el principio de identidad (lógica conjuntista identitaria) pone los límites entre lo que forma parte y lo que no de un todo, designa lo que es externo o ajeno. Como hemos desarrollado en el capítulo dos y a lo largo del presente apartado, *legein* y *teukhein* son lo que permite que esto sea posible por medio del representar/decir y el representar/hacer. En la encuesta global la felicidad depende, según los analistas de dicha encuesta, del estilo de vida, la edad, el nivel educativo y los ingresos económicos. Es decir que de acuerdo con la encuesta mencionada, “se dice y se hace” a la felicidad dependiendo el estilo de vida, la edad, el nivel educativo y los ingresos económicos del individuo, pero ¿qué pasa con los libros de autoayuda?

Intentamos vincular lo que se dice y se hace respecto a la felicidad y lo que se dice y se hace en los libros de autoayuda. México se presenta como uno de los países más felices a nivel mundial sin embargo se enlista como uno de los más pesimistas y desesperanzados. Esto nos lleva a retomar uno de los decires - *legein*- que instituye a la felicidad o forma parte de las significaciones imaginarias que se presentan en los libros de autoayuda, hablamos de “el arte de vivir el momento”. César Lozano (2015) plantea que parte de la felicidad, es vivir el presente, el aquí y el ahora sin darle tanto peso al pasado ni al futuro. En términos de *legein* y *teukhein*, se nombra y se hace al sujeto feliz si éste es capaz de vivir y disfrutar el momento o lo presente, se designa como algo externo a la felicidad el pasado y el futuro. El hecho de que México sea uno de los países más felices aún cuando se muestre pesimista respecto al futuro y con poca o nula esperanza, acerca de este mismo, quiere decir que la relación que existe de la sociedad con el tiempo es una (al menos así puede verse en la encuesta y en los libros de autoayuda seleccionados). Que la falta de esperanza y la presencia del pesimismo

acerca del futuro no afecte en lo que se instituye como felicidad quiere decir que (en lo que respecta a *legein* y *teukhein* -lógica conjuntista identitaria-) los límites de lo que se nombra y se hace -lo que se designa y se fabrica- como felicidad dejan fuera al futuro. Los libros de autoayuda lo instituyen y los reportes de encuestas pueden ser reflejo de ello o viceversa.

“El *legein* es una *teuxis* (<<fabricación>>) y un *teukhos* o un *teukton* (útil, instrumento bien fabricado); el *teukhein* es una *lexis* (un <<decir>> bien articulado) y un *lekton* (un resultado de ese <<decir>> y ese <<decir>> como posible” (Castoriadis, 2013: 393). La felicidad como institución es posible en tanto que *legein* y *teukhein* son partícipes. Se fabrica o construye una determinada felicidad según su *legein* y según su *teukhein*; según lo que se dice y se hace alrededor o “en nombre” de la felicidad. Las significaciones que conforman a la felicidad son instrumentos que requieren y permiten un decir bien articulado. Para que pueda nombrarse algo como felicidad y que a su vez exista una representación de eso que se dice, es necesario que exista una designación clara de los elementos que forman parte, y los que no, del conjunto de significaciones de la felicidad. No olvidemos que la lógica conjuntista identitaria conlleva un elemento de suma importancia en las instituciones imaginarias: lo simbólico. Para que la felicidad pueda ser posible (fabricada) se necesita que los individuos la acepten como tal, debe haber un vínculo entre el individuo y la institución. Tal vínculo lo da lo simbólico. Tener carnet de alguna dependencia de salud es símbolo del derecho que se tiene a ésta; es símbolo del cuidado de la salud; símbolo de una ser una persona sana, entonces ¿el cuidado de la salud, ser una persona sana, es también símbolo de felicidad?

Lo simbólico no se reduce a lo real-racional, no es que todo lo simbólico pueda ser explicado como una función en la sociedad. Lo simbólico contiene y se contiene a sí mismo en lo imaginario. Si bien es cierto que el cuerpo necesita estar sano para poder sobrevivir y el hombre, en un contexto capitalista, necesita tener un trabajo y “ser productivo” ¿por qué un empleo bien remunerado puede considerarse símbolo de felicidad?, ¿por qué ser alguien que cuida de su salud es

símbolo de ser feliz? Lo que da sentido a los símbolos y a las significaciones que atribuimos está directamente relacionado con el tiempo histórico social. Que un libro de autoayuda, en el México actual, sea símbolo de felicidad o de un intento de ser feliz, o preocupación por conocer la felicidad se debe a normalizadora, sin embargo cada una de estas tiene mayor peso en lo que nos constituye como seres sociales de un momento determinado en la historia. Podemos decir que el individuo orienta y guía sus conductas siempre sujeto a algo, llámese institución educativa, familia, iglesia o cualquier otra instancia diferentes tiempos y espacios. Puede que alguna pierda un tanto de valor en determinadas comunidades pero el individuo siempre buscará o tendrá a que sujetarse. Buscamos que alguien o algo nos diga cómo hacer las cosas, cómo hacer frente a la vida y en la felicidad no está exenta. La inmediatez con la que hoy en día buscamos se hagan las cosas, los libros de autoayuda son opción al parecer guías o recetas el método y procedimiento preciso para ser alguien feliz.

Además de lo histórico-social a lo que estamos sujetos y que nos determina en cuanto a nuestras instituciones (la salud y los ingresos económicos importan hoy en día), está lo imaginario que permite dar sentido a eso. Vincular salud-felicidad, empleo-felicidad se da en tanto lo simbólico y, por supuesto, lo imaginario.

#### **4.2. Significaciones imaginarias sociales y el imaginario social instituido de la felicidad en los libros de autoayuda**

Castoriadis (2013) expone que los individuos fabricamos entidades que de algún modo se representan de manera concreta en el mundo histórico-social (entidades como dioses, democracias, Estados y -agregamos- la felicidad misma), esto se hace por medio del *teukhein*, como ya se mencionó en el apartado anterior. La felicidad es posible en tanto que se fabrica por medio de prácticas (hacer-social) pero para que tales prácticas tengan sentido y puedan nombrarse (*legein*) como felicidad, se necesita de un vínculo entre las significaciones imaginarias y lo social; tal vínculo es lo imaginario. Para que el individuo represente o lleve al plano de lo social lo que es la felicidad se necesita tanto de lo simbólico como de lo

imaginario, sabiendo que lo simbólico forma parte de lo imaginario y que lo imaginario toma como vehículo para expresarse a lo simbólico.

Las significaciones imaginarias de la sociedad, recordemos, son aquello por lo cual los sujetos existen como tales (como determinados sujetos). Los individuos del México contemporáneo son mexicanos en tanto que comparten, además de espacio geográfico y tiempo, costumbres y prácticas culturales, pero para que eso pueda ser compartido y entendido se necesita de significaciones imaginarias de la sociedad. Es decir, un mexicano se forma a partir de significaciones que le permiten relacionarse con otros y a su vez, esas significaciones permiten que la sociedad tenga cierto orden.

Es preciso recordar que, siguiendo con Castoriadis (2013), la institución permite que la psique sobreviva al momento de imponerle la forma social del individuo (la institución da a la psique un vínculo con lo social), al darle otra fuente y otra modalidad del sentido. Con lo anterior entendemos que por medio de la institución, se hacen individuos en el sentido de atribuir un carácter social al hombre pues, si bien, todo individuo es un ser social, ¿qué es lo que lo hace ser social? Castoriadis nos da una respuesta con lo que enuncia sobre las instituciones imaginarias.

Ese vínculo del individuo con lo social que permite que la psique sobreviva, eso que da sentido al individuo dentro de lo social y a lo social en sí mismo, son las significaciones imaginarias de la sociedad. Tengamos presente que un factor importante siempre será lo histórico-social; pues bien, el magma de significaciones imaginarias también está impregnado y formado a partir de lo histórico-social. Por dar un ejemplo, una significación imaginaria social del mexicano es su lenguaje. El lenguaje como la capacidad de expresarse y entenderse no sólo mediante comunicación oral o escrita en particular, tengamos presente ello, hablamos del lenguaje como la capacidad humana que permite entender, expresar, distinguir e identificar. Entonces, tomando como ejemplo al mexicano y su lenguaje como significación imaginaria, lo sostenemos como tal pues aun cuando hablamos español, al igual que la mayor parte de Latinoamérica, nuestro lenguaje tiene sus

propios neologismos y por otra parte, nos expresamos no únicamente por medio del habla sino a través de símbolos que son propios de nuestra cultura. Esa manera de expresarnos nos identifica entre mexicanos pero nos distingue de otras naciones, sociedades o comunidades.

La identificación y distinción entre individuos y entre sociedades se da debido a la postura que toma el magma de significaciones frente al mundo histórico-social. Esta postura, como ya lo vimos en el capítulo dos, es a lo que Castoriadis da el nombre de imaginario social. El imaginario social se presenta cuando el imaginario radical se lleva al mundo colectivo. Pero para que el magma de significaciones pueda posicionarse de determinada manera frente al mundo, para que surja un imaginario social, primero las significaciones imaginarias de la sociedad deben instituirse a partir de la lógica conjuntista identitaria, que se presentan en lo real-racional, es decir lo instituido o normalizado, así como a partir de lo simbólico y de lo imaginario.

Respecto a la felicidad podemos decir que ésta consta de determinadas prácticas, en este caso, según los libros de autoayuda. La felicidad es institución en tanto que las prácticas que la constituyen son normalizadas como lo que es - debe ser- la felicidad. Por ejemplo, ¿qué sucede si un individuo asocia a la felicidad con algo “anormal”, es decir fuera de la norma? El imaginario radical que es la primera instancia para toda institución, es donde se alberga todo lo instituyente, debe ser socializado. Un sujeto no puede atribuir significaciones en torno a la felicidad de manera arbitraria, si bien siempre hay un elemento simbólico-imaginario, estos siempre estarán atados a lo histórico social y por ende a la moral en curso.

Para que un individuo pueda nombrarse (*legein*) feliz, sus prácticas deben estar ligadas al momento histórico-social y por supuesto deben ser/estar normalizadas-instituidas. Por ejemplo, si un sujeto se dice ser feliz al cometer prácticas delictivas o ilícitas esto, además de no estar permitido es castigado y lo que se procura es que el individuo se ajuste a lo instituido. Imágenes y representaciones pasan por el imaginario radical pero éstas deben ir al plano de lo

social por medio de las significaciones imaginarias de la sociedad que son lo que existe en común en la sociedad; es lo que da sentido, pertenencia y cierto orden a la sociedad.

Teniendo presente lo anterior, insistimos en que el individuo feliz, según los libros de autoayuda, significa ser una persona sana; es aquel que sabe aprovechar el tiempo como más convenga y sabe decidir bien con base a los valores; aprende de fallas y aciertos; lleva a cabo rutinas saludables a la vez que se rechazan las que no lo son; controla el consumo de productos innecesarios o inaccesibles; es honesto y prudente; establece relaciones sociales basadas en la armonía y el amor; tiene un matrimonio estable y duradero; en cuanto a lo financiero: sabe cuidar el dinero, ganar más, gastar menos, ahorra e invierte; tiene un empleo bien remunerado; vive el momento; controla la ira; tiene fe y no se preocupa por el futuro. Cada uno de estos elementos conforma el magma de significaciones imaginarias de la sociedad y el imaginario social de la felicidad en los libros de autoayuda.

Es preciso volver a señalar que un magma de significaciones es aquello que da sentido a partir de la unión y solidificación de diferentes significaciones pero aún de manera separada cada significación tiene sentido por sí misma. Es lo que ocurre con las significaciones de la felicidad que se presentan en los libros de autoayuda. Si bien la salud forma parte del magma de significaciones imaginarias de la felicidad y le da tanto un sentido como una orientación, la salud tiene su propia significación y tiene sentido de manera singular. Es decir, la salud no solo se presenta en el mundo social como parte de la felicidad sino, y sobre todo en la actualidad, como un estilo de vida, como un requerimiento o como una necesidad primaria. Sin embargo, siguiendo con lo expuesto en los libros de autoayuda, ser un individuo sano significa alimentarse de acuerdo a lo que los nutriólogos recomiendan, hacer ejercicio e ir periódicamente al médico. Esas tres prácticas (*teukhein*) son parte del magma de significaciones de lo que es la salud y a su vez esas prácticas hacen al individuo feliz, son prácticas que se van instituyendo a partir de los libros de autoayuda.



Asimismo, vimos en el capítulo tres que un sujeto que sabe aprovechar su tiempo es aquel que lo pasa haciendo lo que le conviene pero ¿qué es eso que le conviene? “Lo congruente para ser feliz es aprovechar el tiempo al máximo e invertirlo en lo que más nos conviene [...] debes decidir y actuar en tiempo y forma [...] haz hoy para disfrutar mañana.” (Hernández, 2017: 27) Como vimos en el capítulo anterior de esta tesis<sup>71</sup>, Hernández-Cancino (2017) señala que el trabajo y su vínculo con la felicidad tiene que ver con el tiempo pues se debe trabajar el tiempo necesario para que sea bien remunerado y así ser un individuo feliz. Dicho de otro modo, se puede nombrar *-legein-* a un individuo feliz si éste sabe aprovechar su tiempo y ese aprovechar el tiempo tiene que ver con “trabajar el tiempo necesario”, así como con “hacer hoy para disfrutar mañana”. No negamos que tener un buen trabajo te hará sentir bien, al menos la estabilidad y seguridad de contar con un sueldo y tener algo que hacer da tranquilidad pero no podemos reducir al individuo a eso, por ello nos preguntamos, ¿aprovechar el tiempo es trabajar hoy todo lo que se pueda para disfrutar en un futuro? Pero ¿no será más atormentador o contradictorio pensar en ese futuro y en cuánto tiempo llegará, pensar y esperar a que ese día en el que puedas disfrutar y descansar? ¿Te debe hacer feliz trabajar más de 30 años para esperar un día, por fin, poder disfrutar de lo obtenido? Es decir, ¿se trabaja por la felicidad, en nombre de ésta, aunque por lo pronto ese mismo trabajo te haga infeliz? Es paradójico que en nombre de la felicidad se hagan tantas cosas que la ausentan más. Quizá ese sea su modo de estar en la modernidad: la felicidad se presenta precisamente por su ausencia.

Aunado al tema del trabajo, agregamos una significación más a lo que los libros de autoayuda instituyen como felicidad: la especialización. Pero antes recordemos a Castoriadis, a partir de Jiménez, para intentar dar forma y ordenar lo ya mencionado. “Hay significaciones imaginarias sociales centrales desde donde una sociedad genera su ordenamiento. [...] Lo que las sociedades hacen es presentificar esas significaciones imaginarias sociales centrales, por medio de múltiples significaciones particulares” (Jiménez, 2005: 109, 110). Una vez dicho lo

---

<sup>71</sup> Véase apartado 3.6. Finanzas y trabajo.

anterior, no podemos afirmar que la felicidad sea una significación central, sin embargo, como significación particular dentro de la sociedad occidental, está conformada por varias y diferentes significaciones particulares que a su vez forman parte de un magma que instituye a la felicidad de cierto modo.

Ahora bien, mencionábamos que parte del magma de significaciones que da sostén a la felicidad, es el tiempo y el trabajo: aprovechar -administrar y controlar tu tiempo- entre otras cosas, en trabajar de manera eficiente “el tiempo que sea necesario”. Esto como un condicionante de tener o no un trabajo bien remunerado. El tiempo bien aprovechado, digámoslo así, es una significación imaginaria particular que da un sentido y una dirección a la felicidad aun cuando tiene sentido por sí misma dentro de la institución primera que es la sociedad. Entendiendo a ésta como la sociedad occidental bajo la cual se rige México. Al mismo tiempo, trabajar el tiempo necesario significa ser un sujeto feliz (una significación particular más) pero para tener un trabajo bien remunerado (significación que conforma a la felicidad) se necesita también de cierta especialización. “El conocimiento especializado y la experiencia laboral, al igual que la actitud positiva, son fortalezas que promueven el trabajo eficiente y la posibilidad de obtener una mejor retribución económica.” (Hernández, 2017: 116) La especialización, experiencia laboral y una actitud positiva son significaciones particulares puesto que dan un sentido a la sociedad en general, al trabajo bien remunerado y a la felicidad -sujetos felices- en particular.

Siguiendo con aquello que conforma al magma de significaciones que se instituye como felicidad encontramos que el matrimonio también forma parte de tal. Regresando a la lectura que se hizo de *Por el placer de vivir* (2015) encontramos que una significación imaginaria que se tiene de la felicidad es el matrimonio bien planificado. El matrimonio (como institución y como significación) consta de diversas significaciones, normas, métodos y procedimientos para hacer del matrimonio lo que es. El matrimonio, nos dice Lozano (2015), debe ser una decisión bien tomada, con antelación y planificación. Preguntarse diversas cosas antes de decidir unir tu vida con la de alguien más (lo simbólico latente en esta

institución-significación). Ser un individuo feliz significa también estar casado pero únicamente si esto es porque el sujeto lo decidió después de pensarlo. Ambos autores plantean cómo se deben establecer relaciones sociales (desde el matrimonio hasta relaciones laborales). Éstas deben estar basadas en la armonía y el amor -relaciones personales-, cierta distancia -relaciones laborales- y lo estable y duradero -el matrimonio-. Es pertinente hacer una pausa en este punto para añadir que, como leímos en el artículo de Ampudia (2006), los libros de autoayuda sí se presentan o se asemejan a los manuales de comportamiento que Norbert Elias analiza en *El proceso de la civilización: Investigaciones sociogenéticas y psicogenéticas*. Esto nos parece interesante en el sentido de resaltar qué, quién y cómo está dictando el comportamiento de los individuos para lograr determinada felicidad. Claro que todo ello como un proceso de civilización y cambio que siempre va de la mano con lo histórico-social.

De igual modo pudimos leer en los libros ya mencionados que la felicidad además de construirse (*teukhein*) de las significaciones: matrimonio duradero y estable, relaciones armónicas pero también distantes, salud, aprovechar tu tiempo y trabajo bien remunerado, también implica al aprendizaje. Esta significación se entrelaza directamente con otras significaciones como la especialización y capacitación en el trabajo. No pretendemos, de ningún modo, reducir lo que es el aprendizaje, lo planteamos como se postula en los libros de autoayuda: el aprendizaje del dolor y la enfermedad y el aprendizaje de lo que se requiera en el ámbito laboral. Pero ¿qué se aprende?, ese aprendizaje -el que sea que los libros de autoayuda tengan por entendido- ¿hace sujetos felices? Más allá de intentar comprobar algo, más allá de estar o no de acuerdo con lo que se dice y se piensa acerca de la felicidad en los libros de autoayuda, hay que añadir al magma de significaciones de la felicidad el aprendizaje. En este sentido, digamos que la educación (en lo general y potente que es hablar de ella) es una institución en sí misma y también una significación imaginaria central, siendo el aprendizaje una significación particular. La felicidad significa aprender y aprender significa ser feliz. La educación fabrica (*teukhein*) individuos felices. ¿Será así? Habría que preguntarse qué se enseña y qué se aprende. Por otro lado, este punto nos hace

pensar en la actual demanda hacía las universidades y a ciertas carreras. De manera general podemos plantear que se ve a la escolarización (sobre todo a nivel superior) como parte de lo que nos hará felices pero por supuesto que no toda carrera logrará el cometido de hacer sujetos felices, sólo (así pareciera) se obtendrá dicha felicidad si la profesión/carrera es una de aquellas que hoy en día dan estatus y son bien remuneradas.

Retomemos y vayamos nuevamente a la teoría: “un magma [de significaciones] es aquello de lo cual se puede extraer (o, en el cual se puede construir)” (Castoriadis, 2013: 534). Es decir que si hablamos del magma de significaciones que constituye a la felicidad como institución imaginaria de la sociedad, hablamos que de ahí derivan conjuntos e incluso subconjuntos identitarios. La felicidad, en un sentido conjuntista identitario, construye-crea individuos sanos, trabajadores, licenciados, ingenieros, doctores. La moda (o estilo de vida) *fitness* o los oficinistas así como estudiantes en carreras de alta demanda podrían ser un claro ejemplo de ello así como el ser vegetariano, vegano u cualquier variación o subconjunto en estilos de vida saludables. Para aterrizar en un solo ejemplo, nos referimos a la moda *fitness* como ese grupo (conjunto) de personas que entrena a diario alguna actividad física y cuida de su alimentación de manera rigurosa procurando dar forma atlética a su cuerpo; vegetarianos que se nombran (*legein*) de tal modo porque no incluyen carne y pescado en su alimentación y se distinguen (*legein*) de los veganos debido a que estos segundos no incluyen en su dieta ningún alimento de origen animal.

Hablamos de conjuntos y subconjuntos en tanto que a partir del magma de significaciones que da forma a la felicidad, se distinguen y se identifican individuos por sus preferencias y prácticas en torno a la salud, en este caso, pero lo mismo sucede si pensamos en la felicidad vinculada con la educación pues siendo un aspecto tan amplio podemos plantearla a través de conjuntos y subconjuntos desde la lógica conjuntista identitaria: la educación interferirá en tu felicidad, según los libros de autoayuda, el aprendizaje te hará feliz. Nosotros agregamos por lo observado y experimentado, que se plantea al nivel de escolaridad como parte de

la felicidad pero no basta con entrar a la universidad, hablando de ésta como un gran conjunto, sino que se bifurca en variables que te harán mayor o menormente feliz: qué estudias y dónde estudias como subconjuntos. Podemos ver que entonces las significaciones imaginarias también implican una lógica conjuntista identitaria pero no solo eso sino que el elemento simbólico no deja de estar presente al igual que lo imaginario.

¿Cómo es que todas estas significaciones son entendidas o vividas por sociedades o grupos sociales enteros y no solo por un individuo? Esto es lo que Castoriadis llama imaginario social instituido. Señalemos que “no podemos comprender a una sociedad sin un factor unificante que proporcione un contenido significado y lo teja con las estructuras simbólicas” (Castoriadis: 2013, 258). No podemos entender, por ejemplo, a la sociedad mexicana si no identificamos que existe algo en común entre los individuos pertenecientes a tal sociedad y al mismo tiempo, ese algo, es lo que distingue a la sociedad mexicana de otras sociedades. Este factor unificante no es lo real ni lo racional, no nos referimos únicamente a un aspecto geográfico, no se trata tampoco de un factor que sea unificante en tanto que responda a necesidades en el sentido biológico sino a un factor creador y que responde a necesidades más bien sociales.

El imaginario radical es socializado por medio de las significaciones imaginarias de la sociedad y se unifica o solidifica, por así decirlo, en lo que Castoriadis llama imaginario social instituido.

El imaginario social instituido de la felicidad, es hablar de algo más general, no solamente de aquello que se instituye en, y por medio de, los libros de autoayuda. La felicidad en cuanto al imaginario social en México contemporáneo, digamos que si bien se ve reflejado (producto de lo imaginario) en los libros de autoayuda, no se reduce a lo dicho en ellos. Es aquello que se vive y se entiende, se hace y se piensa (*legein* y *teukhein*) a nivel sociedad (macro), no sólo y únicamente a nivel subconjunto (microsocial).

Por lo tanto, de acuerdo a lo que pudimos extraer y elucidar de los libros de autoayuda, el imaginario social instituido de la felicidad tiene que ver con la salud, el empleo, el tiempo presente, el aprendizaje, el matrimonio, lo financiero y la fe. Nos enfocamos en estos conjuntos, en tanto *legein* y *teukhein*, puesto que, si bien, se instituyen en los libros de autoayuda como la felicidad, también son rasgos de la sociedad mexicana y conforman lo que se piensa y práctica como felicidad.

Es prácticamente impensable -generalizando de manera arbitraria pero por lo observable hoy en día- un individuo feliz si no está sano, si no tiene “un buen empleo” o por lo menos un empleo realmente “bien pagado”; no puede ser creíble que un individuo sea feliz si se preocupa por el mañana o tiene presente su pasado (valga la expresión); es impensable un individuo feliz si éste, a determinada edad, no está casado o si su matrimonio terminó en divorcio (por supuesto que esta significación ha ido cambiando cada vez de manera más notable sin embargo sigue estando presente en algunas generaciones). No se concibe a un individuo feliz si no logró entrar a la Universidad o al menos no cursó hasta educación básica. Si no tuvo un proceso de escolarización ¿se le puede llamar feliz? Un sujeto que no sabe cuidar o no gasta su dinero en lo que se instituye como “necesario” o en lo que está de moda, ¿cómo puede ser feliz? Y asimismo, en la sociedad mexicana, hoy en día, ¿cómo pensar o creer que alguien es feliz si no tiene fe? Fe no sólo en una deidad, no esa fe cristiana, una fe en las instituciones imaginarias sociales como los bancos, las escuelas, los hospitales, etc. La fe como esa esperanza y creencia en algo que no se puede ver; esa fe tan ligada a lo imaginario.

Lo imaginario social instituido está enlazado e impregnado tanto de esa lógica heredada, lo conjuntista identitario, como de lo simbólico y lo imaginario. El imaginario social instituido sí da oportunidad de ver que es aquello que une a una sociedad, si se quiere ver como generalidad, da pie a pensar en elementos por separado pero también en esos elementos como parte de un todo. Las significaciones imaginarias de la sociedad pueden ser pensadas, entendidas y

tener sentido por sí mismas pero por supuesto que también dan forma y sentido a otras significaciones y al imaginario social así como a la institución.

No dejemos de lado que parte de la institución es el imaginario radical, éste como la primera instancia del imaginario social, como lo previo y lo que lo constituye. Es la posibilidad de un mundo otro<sup>72</sup>. En lo que respecta a la felicidad, abre la posibilidad de hacer sujetos felices por su autonomía y vínculo con la comunidad, pero también por cualquier significación, claro si es normalizada, valoralizada, expresada, fabricada y nombrada -instituida-.

### **4.3. Felicidad: Institución Imaginaria de la Sociedad**

De inicio debemos saber, de acuerdo con lo expuesto a lo largo de la tesis, que la institución de la sociedad es institución de las significaciones imaginarias sociales y como tal, debe dar sentido a todo lo que pueda presentarse tanto en la sociedad como fuera de ella. La institución establece y debe establecer lo que es cada cosa particular, toda relación y por supuesto todo conjunto de cosas (lógica conjuntista identitaria), asimismo establece lo que contiene y aquello que hace posible la totalidad de las relaciones y de los conjuntos; la institución establece el mundo histórico-social (Castoriadis, 2008). Recordemos ahora que la institución únicamente puede existir si los individuos (fabricados por ella) la hacen existir. Insistimos en este círculo de creación pues nos parece importante señalar que el individuo no es inherente a la sociedad ni la sociedad al individuo.

En el caso de la felicidad como institución segunda-transhistórica podemos decir que el individuo fabrica a la felicidad a la vez que esa felicidad hace a los individuos de determinada manera. Esto tiene que ver, no dejemos de lado, con lo histórico-social. El tiempo en el que vivimos determina tanto el hacer social (*teukhein*) como la forma en la que nombramos (*legein*) es hacer al mundo mismo, a su vez, el hacer social siempre está relacionado con el saber y ambos son producto de lo histórico social. La felicidad, si bien no es particular del siglo XXI, por decir algo, las significaciones imaginarias que la componen hoy por hoy, sí son

---

<sup>72</sup> Nuevamente, como en el segundo capítulo, hacemos referencia a la expresión utilizada por Michel Foucault.

propias del tiempo histórico-social en el que vivimos, como muestra podemos enunciar una característica: ser políticamente correcto en cuanto a cuidar lo que se dice y lo que se piensa así como el respeto y tolerancia por los demás<sup>73</sup>. Estos elementos se presentan por Hernández-Cancino (2017) como constitutivos de la felicidad y a nuestro parecer son también características de los individuos en la actualidad, esto sin descartar que a lo largo de la historia hayan sido formadores de sujetos, pero sí afirmando que en la actualidad se presentan como parte de lo que se tiene que hacer (*teuhkein*) para ser felices. La felicidad tiene que ver con las prácticas y los saberes que sean característicos en su momento histórico-social; es por ello que puede ser vista como institución segunda-transhistórica.

La felicidad desde los libros de autoayuda, puede ser vista, pensada, analizada y planteada como institución imaginaria de la sociedad puesto que normaliza conductas y prácticas, tales como hacer ejercicio, ir al médico y comer bien. Se asocia más a la felicidad con gozar de buena salud pero incluso podemos decir que esa salud tiene sus propias condiciones, no basta con hacer ejercicio y alimentarse bien, ese ejercicio y la buena alimentación deben estar instruidos por expertos, deben estar instituidos. En los libros de autoayuda revisados, pudimos observar que además de dar gran relevancia al tema de la salud, también se resalta el hecho de recurrir y dejar en manos de otros estos aspectos que podrían pensarse como personales. Lo normal hoy en día es que acudas al médico porque si optas por la auto-medicación o dejar que fluya una enfermedad, no estás cuidando de ti. Por citar un ejemplo, no es normal que se le pueda llamar feliz o se le vea feliz a alguien diagnosticado con cáncer que ha decidido no llevar tratamiento alguno, incluso si es un tratamiento “alternativo”.

Por otra parte agreguemos que la felicidad es institución en tanto que normaliza la relación sujeto-tiempo: se vive el presente disfrutándolo, sólo se toma algo del pasado si es para aprender. El modo en el que nos relacionamos con el tiempo tiene que ver con la asociación que hacemos de éste con la felicidad, la importancia que damos a lo que se vive en el presente y la poca o nula relevancia

---

<sup>73</sup> Véase apartado 3.6. Congruencia y socialización.



del pasado en nuestras acciones tienen que ver con cómo esto nos conduce o no a lo que se aspira como felicidad. Seamos más claros, en el libro *Decídete a ser feliz. Una guía para lograrlo* (2017), se plantea que para ser feliz, hay que aprovechar nuestro tiempo en lo que más nos conviene y parte de ello es en el trabajo. Hay que trabajar durante el tiempo que sea necesario para ser un buen candidato a un buen empleo y con ello ser feliz. El tiempo para los individuos felices, según los libros de autoayuda, es el hoy y en el hoy lo importante es trabajar sin importar que la vida se vaya en ello. Es importante aclarar que al hablar del tiempo, en lo que respecta a los libros de autoayuda y lo que ahí se plantea, es hablar del modo en el que se vive, es decir, hablamos de las prácticas que giran en torno lo que se tiene que hacer (el deber ser) para existir, socialmente hablando. Aquél que vive trayendo a su memoria constantemente el pasado o pensando en el futuro es nombrado como depresivo, infeliz, el que añora o como el ansioso o el que se angustia por algo tan incierto como el futuro.

La felicidad normaliza la importancia del trabajo y la puesta de la vida en éste, siendo el tiempo del que se habla el paso de nuestra vida. Se identifica a los individuos felices como aquellos que son capaces de tomar lecciones del pasado pero sólo centrarse en el presente, a la vez que se distingue, se diferencia, a aquellos individuos como incapaces de ser felices si éstos dan mayor peso o importancia al pasado o futuro.

Del mismo modo definimos a la felicidad como institución porque también tiene que ver con valores y éstos están presentes en la vida social en tanto que se introducen como reguladores de conductas. Desde la lectura que se hizo de los libros de autoayuda, notamos que se instituyen valores específicos que se presentan como herramientas para ser felices, o mejor dicho, para hacer individuos felices. Lozano (2015) y Hernández (2017) dicen que se debe ser prudente, oportuno, inteligente, tener buen juicio y ser congruente para ser feliz. Se postulan valores como la honestidad, la honradez, el amor, el honor, la justicia, el respeto, la paz, la solidaridad, la valentía, la tolerancia y la confianza, como parte del magma de significaciones de la felicidad y por ello decimos que la

felicidad es institución en tanto que esos valores dictan y dirigen el actuar de los individuos. ¿Quién se llama feliz si no es honesto, si no hay amor en su vida o no es tolerante? Podríamos decir que muchas personas pero no bajo lo instituido por medio de los libros de autoayuda.

La felicidad, a través de los libros de autoayuda, instituye de qué manera involucrarse con los demás individuos: se debe ser prudente, debe existir armonía y amor. No se debe envidiar, debes ser agradecido, convivir con familia y amigos, saber perdonar y dejar ir, ser asertivo: hablar menos y escuchar más<sup>74</sup>. Debes meditar consecuencias antes de actuar, dar sin esperar recibir nada a cambio, ser empático y compasivo, ser respetuoso y tolerante. Los libros de autoayuda instituyen la felicidad procurando, cultivando y regulando las conductas de los individuos. Si quieres ser feliz también debes cuidar lo que dices y lo que piensas: tienes que ser discreto. Aléjate de personas conflictivas, deja el pasado atrás, pon límites y ten firmeza, ve lo positivo de las situaciones. Para ser feliz, se dice en los libros de autoayuda, tienes que emitir tus juicios únicamente cuando te bases en hechos y sólo si alguien más pide tu opinión. Para ser feliz debes tener conciencia de cual es tu estado emocional<sup>75</sup>.

Pero, retomemos a Castoriadis y acentuemos que para que todo lo dicho pueda tener valor y sentido sobre las conductas de los individuos y sobre el hacer social, se requiere tanto de lo simbólico (para dar significado, sentido y/o funcionalidad) como de lo imaginario que es aquello que aunque no tenga funcionalidad existe, lo hacemos existir. Es decir, ¿qué no puede vivir -en términos de existencia- un individuo si no es feliz? Al menos no feliz como lo determinan los libros de autoayuda. Por supuesto que puede pero sería, quizás, una vida apartada un determinado grupo o conjunto social, lo que lo haría ser excluido de un grupo o una sociedad determinada pero perteneciente a otra sociedad o conjunto.

---

<sup>74</sup> Véase apartado 3.5. Congruencia y socialización.

<sup>75</sup> Para mayor referencia, véase en el capítulo tres de esta tesis.

Un individuo que no es feliz, según el imaginario social, es excluido de la sociedad: es el anormal. Si bien, al ser excluido se incluye en otro conjunto, podríamos decir que ese conjunto va a buscar la normalización del sujeto. No puede existir individuo sin institución y en el caso de la felicidad, hoy en día y hablando más allá de los libros de autoayuda, aquel que se dice infeliz (o no feliz) se somete a una serie de instituciones que procuran normalizarlo (hacerlo feliz), instituciones que pueden ir desde la religión, la educación (en su más amplia acepción), la familia o incluso la industria (en términos de lo comercial, la empresa capitalista).

“La institución es una red simbólica, socialmente sancionada, en la que se combinan, en proporción y relación variables, un componente funcional y un componente imaginario.” (Castoriadis, 2013: 212) Es decir, no es que la felicidad como institución cumpla única y específicamente con una función que permita que la sociedad lleve su curso y que sin ella la existencia de la vida social se vea anulada. Si bien, la felicidad cumple con funciones como satisfacer y crear necesidades, también es institución en tanto que cuenta con componentes imaginarios que van más allá de lo que es o no es funcional. Podemos decir que, en este sentido la felicidad como red simbólica, socialmente sancionada, es funcional por mantener un cierto orden en la sociedad, este orden en tanto formas de vida.

El componente imaginario de la felicidad está en todo aquello a lo que le damos un sentido y una significación aun cuando aquello no nos posibilita la vida en términos biológicos. Podemos observar en los libros de autoayuda ambos componentes. Por un lado se habla del cuidado de la salud como una de las significaciones sociales de la felicidad al cual pensamos como parte del componente funcional ya que permite la vida en sentido biológico pero también en un sentido de forma o estilo de vida. La felicidad en tanto salud es funcional al responder a una necesidad biológica pero a su vez crea necesidades como tener que ir con expertos para que sean ellos quienes se hagan cargo de lo que atañe a la salud de un individuo. Por otra parte el componente imaginario de la felicidad

está en aquellos aspectos a los que les damos un sentido y una significación en un sentido simbólico que escapa de lo real-racional.

Retornando a lo expuesto en los libros de Hernández (2017) y Lozano (2015) y tomando como ejemplo a la rutina en el sentido en el que se plantea: un sentido, podríamos pensar, positivo cuando se trata de implementar hábitos que influyan en el rendimiento escolar y uno negativo si la rutina no tiene que ver con dichos hábitos, lo cual encontramos un tanto ambiguo, no obstante, lo que interesa por ahora es especificar el componente imaginario dentro de las significaciones que hacen -instituyen- a la felicidad. Se puede pensar al componente imaginario en el planteamiento que se hace acerca de la rutina pues, preguntémonos ¿qué no se puede vivir con o sin rutinas? En un sentido general podríamos decir que la rutina siempre está presente, queramos o no, pero más allá de que tenga una funcionalidad dentro de la sociedad, la rutina adquiere, en términos valorativos, una significación “buena” o mala” según lo que el imaginario social tenga instituido y no necesariamente esa significación tiene un aspecto funcional.

Destaquemos que la felicidad como institución permite expresar y entender lo que una sociedad crea/hace/fabrica como necesidad y de qué manera se responde ante dichas necesidades. En términos generales, la felicidad como institución y como elemento de análisis y elucidación, da la oportunidad de conocer los elementos que la componen en tanto funcional e imaginario; se puede saber a qué necesidades responde, cuáles crea y cómo éstas definen al individuo.

El hombre no puede existir sino definiéndose cada vez como un conjunto de necesidades y de objetos correspondientes, pero supera siempre estas definiciones y, si las supera [...], es porque salen de él mismo, porque él las inventa (no en lo arbitrario ciertamente, siempre está la naturaleza, el mínimo de coherencia que exige la racionalidad, y la historia precedente) porque por lo tanto, él las *hace* haciendo y haciéndose, y porque ninguna definición racional, natural o histórica permite fijarlas de una vez por todas. (Castoriadis, 2013: 2018)

Es decir, a partir de los libros de autoayuda como herramienta que instituye la felicidad, podemos dar cuenta de cómo es pensada la felicidad y qué se hace respecto a ella. Las prácticas que surgen para encontrar, conocer o vivir la

felicidad pueden responder a ella como una necesidad en sí pero a la vez, es a partir de esas prácticas que los individuos y las instituciones crean nuevas necesidades así como nuevos modos de responder a tales necesidades. La institución satisface y crea necesidades pero también es o da las herramientas, los métodos y procedimientos para hacer frente a tales necesidades en particular y a la vida misma en general. El individuo inventa -fabrica- la felicidad al tiempo que crea las maneras de llegar a ella. No olvidemos que lo que nos hace seres sociales también tiene que ver con el círculo de creación: las instituciones nos hacen lo que somos y nosotros hacemos a esas instituciones. Empero, esta condición poética tanto del individuo como de la institución, si bien es arbitraria al inventarse y reinventarse, no debemos olvidar que está siempre sujeta a lo histórico-social.

La institución, recordemos, contiene y se contiene a sí misma en lo conjuntista identitario *-legein y teukhein*: el decir social y el hacer social- así como en lo simbólico y en lo imaginario. La institución en su condición poética, crea y es conformada por significaciones imaginarias. Las significaciones imaginarias hacen ser a las instituciones lo que son y a los sujetos, individuos con determinadas características. Que la felicidad en los libros de autoayuda esté compuesta por la salud, la relación del sujeto con el tiempo y el aprendizaje de las adversidades, el decidir bien con base en los valores en turno y la congruencia, la rutina, la socialización, finanzas, trabajo y el arte de vivir el momento, fabrica individuos que toman una posición ante la vida, individuos que hacen frente a otros individuos y a sí mismos pero de una manera definida por cada una de las significaciones imaginarias de la felicidad. Retomemos aquí el carácter de sanción que tiene la institución. Al hacer referencia a una sanción no precisamente se trata de un castigo o una condena que tenga que ver con lo jurídico, sino, como lo mencionamos al hablar de la institución como norma, se trata, en términos generales, de toda consecuencia que se derive de una conducta que vaya fuera de lo instituido o normalizado. De modo que la felicidad, con las significaciones imaginarias que la instituye a través de los libros de autoayuda, sanciona a los individuos que no cumplan con alguna de esas significaciones. En términos

concretos: los mismos sujetos se auto-sancionan o sancionan a otros al no llevar a cabo lo que se dicta como felicidad y tal sanción o consecuencia puede ser la exclusión o quizás depresión al no poder “ser feliz” con lo que se supone debería ser parte de la felicidad.

De la felicidad como institución, a través de los libros de autoayuda, se extraen conjuntos y subconjuntos (lógica conjuntista-identitaria), se nombra y designa (*legein* y *teukhein*) lo que es y lo que no es la felicidad, lo que se hace y lo que no se debe hacer para llegar a ella. Es feliz el que es exitoso: el individuo que sabe lo que quiere, se esfuerza por lograrlo y disfruta ese esfuerzo. Es feliz el inteligente emocional: el que se conoce y controla sus emociones. Es feliz aquel que puede asombrarse, el que termina lo que empieza y vive el presente. Es feliz el individuo trabajador pero ordenado, con objetivos y metas bien planteadas y un plan para lograrlas, el que no se distrae y se enfoca únicamente en dar lo mejor (y lo máximo) en esfuerzo y tiempo: el que se capacita constantemente, el que se especializa. Un individuo trabajador que tiene buena actitud es el que puede ser nombrado como feliz. Se nombra al individuo feliz si su trabajo es bien remunerado y esos ingresos son bien invertidos, se debe gastar menos, ahorrar.<sup>76</sup> Pero, como mencionamos en el párrafo anterior, la institución al ser norma conlleva una sanción y de acuerdo con esto aquel individuo que, por ejemplo, no sea capaz de ser ordenado en el trabajo o no de lo máximo de sí en tiempo y esfuerzo, no puede ser llamado feliz por los demás y difícilmente él mismo podrá considerarse feliz porque por más que se sea individual, estamos hechos por y somos la sociedad. La sanción radica justo ahí, en el no ser nombrado como feliz (exclusión) o no poder considerarse o autonombrarse como alguien feliz. ¿Cómo no sentir una crisis cuando no logras acatar aquello que, se dice, es la felicidad? O visto desde otro punto, ¿cómo no estar en crisis si aun haciendo todo lo que se dice que es o te lleva a la felicidad el sujeto no logra identificarse y nombrarse como feliz?

---

<sup>76</sup> Nos referimos a lo visto en los libros *Decídete a ser feliz. Una guía para lograrlo* (2017) y *Por el placer de vivir* (2015). Véase, en esta tesis, capítulo 3. Libros de autoayuda en México y su noción de felicidad.

Siguiendo a Castoriadis (2008), la institución de la sociedad no puede encubrir totalmente el caos desde el punto de vista de los individuos. Es decir, la institución aun siendo norma y valor, no es universal en el sentido de generalizar o tener un alcance totalitario sobre los individuos. Si bien, una institución imaginaria de la sociedad logra dar cohesión e identidad entre los sujetos en tanto que dicta normas, no es por homogeneizar por completo que logra subsistir sino que los individuos anormales -infelices para fines de esta tesis- juegan un papel esencial al permitir la existencia de la institución siendo ejemplo de lo que no se debe ser al tiempo que permite que exista con quién y de quién distinguirse.

La diferencia es elemental y constitutiva en cada institución y en cada sociedad para su propia existencia. La felicidad como institución imaginaria no es la excepción. Vayamos nuevamente a los libros de autoayuda, Lozano (2015) plantea como una razón de la infelicidad al fracaso y de acuerdo con esto podemos hablar de cómo la diferencia o lo anormal permite que lo normal sea instituido. Las significaciones que se instituyen como la felicidad o parte de ésta, adquieren valor cuando se presenta el elemento simbólico y este elemento como aquello que denota su presencia por su ausencia. Es decir que, en el caso de la felicidad, y el éxito como una de sus significaciones, hay institución porque existe lo anormal, aquello que el individuo no quiere llegar a ser.

Un primer paso para lograr ser o hacer algo es saber qué es lo contrario a eso para no serlo o hacerlo. Para ser feliz se sabe que no se debe ser lo opuesto (triste o infeliz) y Lozano lo deja claro al plantear al fracaso (opuesto de éxito) como uno de los principales obstáculos para la felicidad. “Fracaso ¿no se te hace una palabra muy agresiva y determinante? Tan determinante es que puede ser la razón fundamental de la infelicidad por mucho tiempo, inclusive para siempre.” (Lozano, 2015: 21) No olvidemos que toda institución, toda sociedad y todo individuo, está sujeto a lo histórico-social y hablar de fracaso como la razón fundamental de la infelicidad, adquiere un sentido determinado dentro de la sociedad mexicana y para los individuos hoy en día. Se identifica al fracasado, siguiendo con Lozano (2015), como aquel que no obtiene lo que esperaba o

deseaba y para que un individuo pueda ser feliz no debe ser fracasado, esto se logra cuando se entiende al fracaso como aprendizaje. Para normalizar al fracaso se debe aprender de él, para que se instituya como éxito y el individuo sea feliz, se tiene que aprender.

Con el paso del tiempo incrementa la proliferación de libros de autoayuda, cursos de *coaching*, cursos de superación personal y un sin fin de métodos, herramientas y procedimientos para llegar a ser feliz. La institución de la felicidad evoca imágenes de lo que se debe ser y lo que no. Hablamos de imágenes como producto de lo imaginario; el imaginario social instituido de la felicidad produce imágenes que se asocian con ésta. Una persona que luce saludable, ¡seguro es feliz! Y qué decir de las personas con un puesto de trabajo bien pagado o de aquel que ya está casado, el que viaja, el que logró entrar a la universidad, etc. No basta con que por medio de los libros de autoayuda se instituyan prácticas, sino que también todo eso debe ser visto por los demás.

No podemos dejar pasar que en la actualidad el peso y la influencia que tiene la imagen (como lo visual, lo que se percibe) sobre el actuar de la sociedad en general y el individuo el particular es evidente. La imagen como producto de lo imaginario tiene un papel importante dentro de la felicidad como institución pues en la sociedad actual no es suficiente con ser feliz o, mejor dicho, no es suficiente con hacer lo que se tiene que hacer para ser feliz si todas esas prácticas como formas de vida no son visibles para los otros. De nada sirve hoy en día mantenerse saludable, haciendo ejercicio o comiendo balanceadamente, si no lo comparte vía facebook, por ejemplo.

Por otra parte cabe precisar que lo histórico-social no deja de estar presente en toda institución, en toda práctica y por supuesto en todo imaginario social. Que la felicidad tenga que ser visible para los otros es propio del tiempo en el que estamos viviendo, la importancia de demostrar lo que se hace y lo que se es tiene que ver con el momento que se está viviendo. Asimismo, no olvidemos que, volviendo con Castoriadis, las instituciones desde la lógica heredada como el funcionalismo, responden a necesidades y agregamos que las crea pero dichas



necesidades no son siempre ni en todos lados las mismas pues lo histórico-social nos mueve y nos hace. Desde una visión funcionalista, podemos decir que la función que tiene una institución, más allá de satisfacer necesidades, crearlas y ser parte de un todo, tiene que ver también con la implementación de formas de vida.

Las instituciones son ciertamente funcionales en tanto que deben asegurar necesariamente la supervivencia de la sociedad considerada. Pero ya lo que llamamos <<supervivencia>> tiene un contenido completamente diferente según la sociedad que se considere; y, más allá de este aspecto, las instituciones son <<funcionales>> en relación a unos fines que no se desprenden ni de la funcionalidad, ni de su contrario. (Castoriadis, 2013: 219)

La funcionalidad se somete a las instituciones y no al revés. La felicidad como institución somete a la funcionalidad al normalizar prácticas que a su vez crea necesidades. Un ejemplo de ello, que hemos retomado de manera insistente, es el de la salud. Para ser feliz se necesita estar sano y de ahí surgen necesidades como ir al gimnasio, al nutriólogo, al psicólogo, con el psicoanalista, etc., estas necesidades son las que hacen funcionar y ser a la sociedad actual lo que es.

Nos interesa destacar, antes de culminar, que la felicidad es una institución imaginaria de la sociedad en tanto que la lógica conjuntista identitaria, lo simbólico y lo imaginario se conjugan. Es importante que no pensemos a estos elementos de forma jerarquizada, horizontal o vertical; se conjugan y conviven, digamos, a modo de bucle. Una institución es norma, es sanción, método, procedimiento, es lenguaje y son valores, una institución es lo simbólico y lo imaginario, da identidad: es *legein* y *teukhein*, es lo instituido y lo instituyente, es magma incesante de significaciones. La institución imaginaria de la sociedad es lo real-racional y lo imaginario pero este imaginario, recordemos, no como lo ficticio o lo que no pertenece a la realidad, sino todo lo contrario, lo imaginario como aquello que crea/fabrica a la realidad misma.

# **Conclusiones**

Como conclusión general podemos decir que la felicidad, y en particular vista desde los libros de autoayuda, es una institución imaginaria de la sociedad puesto que es y funge como norma al validar haceres y decires; es norma y valor en tanto que media, regula, orienta o direcciona y determina las acciones y prácticas de los individuos por medio de sanciones ya sean morales o incluso jurídicas.

La felicidad como institución imaginaria de la sociedad se refleja incluso en el lenguaje ya que permite la expresión y comunicación entre sujetos y sociedades así como también permite que exista un orden dentro del caos que es la sociedad y los propios sujetos. Se transmite y se comparte (como lenguaje) lo que es y lo que no es la felicidad. Es institución en tanto que se presenta como herramienta ya que facilita las prácticas que la conforman y a su vez, como procedimiento y método, puesto que dicta el modo de enfrentar situaciones, personas y a la vida misma. En el caso de la felicidad, específicamente a través de los libros de autoayuda, pudimos observar que se comunican y transmiten valores y significaciones que de cierto modo dan sentido y ordena la sociedad, al menos en lo que respecta a lo que se nombra como felicidad.

Rescatamos, asimismo que la institución, desde el pensamiento de Castoriadis, no descarta la visión económico funcional, lo que hace es ampliar lo que ya se ha dicho puesto que la institución más allá de ser una organización que debe cumplir con funciones establecidas dentro de la sociedad (funcionalismo) y una instancia que se dedica a reproducir parámetros de una clase dominante (marxismo), es también creadora de necesidades y de funciones, es creada por individuos y creadora de éstos así como de sociedades. De igual modo, hallamos similitud con la institución desde Berger y Luckmann al ser la que norma y orienta las conductas de los individuos.

Por lo anterior afirmamos que la felicidad como institución responde a necesidades que la misma sociedad crea, por ejemplo, la sociedad actual crea necesidades como un mejor rendimiento del trabajador: los libros de autoayuda, respondiendo a tal necesidad, postulan prácticas que “llevaran al sujeto a la felicidad”, el individuo deberá ser ordenado y no hablar durante el trabajo para que

éste sea mejor pagado y con ello dar un paso hacía la felicidad, pero el anhelo por hallar la felicidad es el mismo que hace a los sujetos crear la necesidad de ser el mejor en el trabajo y dar valor a éste aun cuando la vida pase mientras él es productivo. Es decir, una institución responde a necesidades al tiempo que las crea, ya sea la misma institución u otra.

Por otra parte, la institución puede ser primera o segunda; es decir que puede ser que en torno a ella giren otras instituciones que le den sentido pero que existan por ella o al revés. La institución que da sentido a otra y existe por ella es segunda, hay dos tipos de instituciones segundas y son las transhistóricas (aquellas que están siempre presentes pero cambian de acuerdo al tiempo y al espacio social) y las específicas (instituciones que tienen un rol central dentro de la sociedad). En este sentido, hemos ubicado a la felicidad como una institución segunda transhistórica.

Para que la institución exista como tal se requiere que sea socializada y esto se da por medio de elementos clave: la lógica conjuntista identitaria, el *legein*, el *teukhein* y lo simbólico. La lógica conjuntista identitaria, recordemos, es aquello que da identidad a los individuos que se relacionan dentro de un tejido de significaciones, es decir dentro de la sociedad misma. La lógica de conjuntos proporciona identidad entre grupos y subgrupos con ayuda del *legein*, que es el representar/decir, el nombrar el mundo social–histórico por medio del esquema de separación.

El *legein* pone en marcha el elegir-poner-reunir-contar y decir objetos o elementos que son los que conforman un conjunto. En los libros de autoayuda podemos observar que en términos del *legein*, se elige-pone-reúne-cuenta y dice lo que se nombra como felicidad. Asimismo es necesario remitirnos al *teukhein* que es el representar/hacer del mundo histórico social, es la creación, el dar forma, llevar a lo concreto lo que es nombrado y ha nacido de la imaginación. El *teukhein* es lo que fabrica y da forma, son las prácticas mismas: el hacer social. De este modo, la felicidad en los libros de autoayuda se presenta como prácticas concretas que giran en torno a la salud (hacer ejercicio y comer bien), al trabajo

(capacitarse y actualizarse por medio de cursos), etc. Son esas prácticas las que se nombran (*legein*) como felicidad o como parte de ella.

La institución también se socializa y expresa en y a través de lo simbólico ya que por medio de ello es que se establece un vínculo con las significaciones. Lo simbólico responde tanto a lo real-racional como a lo imaginario. Para que la felicidad pueda ser posible (fabricada y nombrada) se necesita que los individuos la acepten como tal, debe haber un vínculo entre el individuo y la institución. Tal vínculo lo da lo simbólico. En este punto es necesario precisar que lo simbólico no se reduce a lo real-racional, no es que todo lo simbólico pueda ser explicado como una función en la sociedad. Lo simbólico contiene y se contiene a sí mismo en lo imaginario. Tomemos como ejemplo dos de las significaciones imaginarias que se nombran y practican como parte de la felicidad y que destacan en ambos libros consultados: la salud y el empleo. Si bien es cierto que el cuerpo necesita estar sano para poder sobrevivir y el hombre en un contexto capitalista necesita tener un trabajo (un buen trabajo que sea bien remunerado) así como “ser productivo”, estos dos elementos requieren de lo simbólico y de lo imaginario para que sean vistos y pensados como parte de la felicidad. Lo simbólico como aquello que se hace presente por su ausencia y lo imaginario como aquello que, siguiendo a Alejandro Paya (2005), estimula la acción del hombre. Por ejemplo: sin trabajo o sin salud, ¿es posible que alguien se nombre o nombre a otro como feliz? En este mismo tono agregamos que un libro de autoayuda, en el México de hoy, es símbolo de felicidad o de un intento por ser feliz, o por lo menos preocupación por la felicidad.

Se entiende por lo imaginario a la creación indeterminada de formas, imágenes, figuras; es la creación de la nada. Lo imaginario es la capacidad del hombre y de la sociedad para evocar imágenes, esto se logra gracias a lo simbólico por medio del representar/decir y el representar/hacer (*legein* y *teukhein*). Pero antes de que exista lo que ya vimos es el imaginario social instituido, existe una primera instancia que es el imaginario radical y es ahí donde se alberga todo lo instituyente, lo anormal que debe ser socializado/normalizado.

Cuando se trata de la felicidad, un sujeto no puede construir un magma de significaciones en torno a ésta de manera arbitraria, puesto que aunque existe un elemento simbólico-imaginario, siempre se estará atado a lo histórico social y por ende a la moral en curso.

Para que un individuo pueda nombrarse (*legein*) feliz, sus prácticas (*teukhein*) deben estar ligadas al momento histórico-social y por supuesto deben ser/estar normalizadas-instituidas. En el caso de lo que se presenta en los libros de autoayuda *Decídete a ser feliz. Una guía para lograrlo* Edgar Hernández-Cancino y *Por el placer de vivir* de César Lozano, pudimos dar cuenta de que instituyen como felicidad las siguientes prácticas: ser una persona sana y esto es comer adecuadamente y hacer ejercicio; se debe aprovechar el tiempo como más nos convenga y para ello saber decidir bien así como aprender de fallas y aciertos; decidir con base en los valores, en especial los universales; seguir rutinas saludables a la vez que se rechazan las que no lo son; controlar el consumo de productos innecesarios o inaccesibles; ser honestos y prudentes; establecer relaciones sociales basadas en la armonía y el amor; tener un matrimonio estable y duradero; en cuanto a lo financiero: cuidar el dinero, ganar más, gastar menos, ahorrar e invertir; tener un empleo bien remunerado; vivir el momento, controlar la ira; tener fe y no preocuparse por el futuro.

Es menester considerar que para que el imaginario radical pueda ser llevado a la vida social, es necesario que sea instituido por medio de significaciones. Esas significaciones imaginarias de la sociedad son las que instituimos en la vida cotidiana; son aquellas que en su conjunto, como magma, dan un orden al mundo social histórico. Las prácticas enlistadas en el párrafo anterior son conjuntos, son “decires y haceres” y forman parte del magma de significaciones de la felicidad, de lo que se instituye como felicidad en los libros elegidos.

Resaltemos y aclaremos que el imaginario social, no es reflejo ni fantasía, no es fantasma ni imagen de. El imaginario social permite que lo anterior se produzca pero además de eso, el imaginario social instituido es aquello que hace

que la psique sobreviva y lleva al imaginario radical al plano social. Hace que exista una continuidad en la sociedad reproduciendo formas para regular la vida del hombre en sociedad. El imaginario social es la postura que toma un magma de significaciones frente al mundo, es la institución del magma de significaciones en una sociedad. Tales significaciones se instituyen a partir tanto del mundo lógico y racional como del mundo imaginario y del simbólico.

Es preciso reiterar que la institución, en este caso la de la felicidad, posibilita la sobrevivencia de la psique de los individuos ya que ésta (la felicidad) tiene su origen en el imaginario radical pero por supuesto para que sea socialmente aceptado se requiere que, como institución, sea normalizada; para que la felicidad llegue a ser social y tenga sentido dentro de ésta, se necesita de ciertas significaciones.

Por otro lado, no olvidemos que las significaciones dependerán de lo histórico-social y crearan individuos y modos de vida específicos. El tiempo histórico-social juega un papel importante dentro de la creación de instituciones, de individuos y de la sociedad misma. Lo que se instituye y normaliza en la sociedad actual determinara cada una de las instituciones primeras y segundas: la occidentalización que impregna los modos de vida hoy en día en la sociedad mexicana, influyen en lo que se acepta y lo que no como parte de la felicidad, siendo los libros de autoayuda un buen referente para ver la realidad social.

Podemos resumir que hablar de felicidad hoy en día sigue siendo una cuestión multidisciplinaria, no obstante, encontramos un común denominador: en nombre de la felicidad se postulan y/o reproducen prácticas específicas que permiten la existencia de un orden determinado dentro de la sociedad. La felicidad como derecho, como mercancía, anhelo u objetivo, parece tornarse en un imperativo pues se exige al individuo que sea feliz bajo los términos que se exponen por medio de diversas herramientas. Dicho de otro modo, se instituye la felicidad por medio de prácticas y se instituyen prácticas en nombre la felicidad, por ello ésta puede ser planteada como institución imaginaria, en términos de Castoriadis. Hemos encontrado que para ser feliz o para instituir la felicidad, se

requiere de guías que van desde psiquiatras, los propios psicólogos, “entrenadores”, o los libros de autoayuda. Estos últimos muestran una felicidad con instrucciones de uso para todos por igual (Lipovetsky, 2007).

Dentro de las prácticas que se instituyen como parte de la felicidad en los libros de autoayuda destacamos que guían las acciones y el pensar de los sujetos por medio de legitimaciones, esto se direcciona, en la mayoría de casos, hacia el autocontrol, la auto realización, el “yo” exacerbado, la individualización y la carga de responsabilidad de lo que le sucede al individuo, incluyendo su felicidad y la imposibilidad de ésta. En las prácticas que se instituyen como felicidad a través de los libros de autoayuda predomina que “lo importante es cambiar uno mismo”, se presenta la felicidad y sus obstáculos como algo personal o privado, se lleva al sujeto a un estado de lucha consigo mismo pero en completa pasividad con lo externo, con las causas principales de los “obstáculos” o los problemas reales que lo privan de lo que se supone es la felicidad. Por ello podemos concluir que los libros de autoayuda al ser flujo o instituir la felicidad reproducen o permiten los modos de vida propios del capitalismo “tardío” o posmodernidad.

A fin de cerrar el presente trabajo, puedo decir que éste contribuye de manera particular a mi crecimiento personal y académico, siendo fruto de horas, días y meses de lectura, reflexión e incluso crítica y autocrítica, dejando en mí aprendizajes teóricos pero sobre todo inquietud por seguir pensando desde la sociología y otras ramas afines lo que es la sociedad hoy en día. Recordando a un profesor quien hacía referencia a las investigaciones que valían la pena cuando lograban alejarnos de nosotros mismos, pienso que mi trabajo, más allá de su extensión, limitaciones y/o alcances, valió la pena en tanto que logró extraviarme y encontrarme en algunos puntos pero en otros tantos cuestionarme más y más. No sólo respecto a la felicidad sino incluso de manera general acerca de las significaciones que atribuimos o creemos atribuir a universales y cómo esto guía lo que hacemos y lo que somos.

Me atrevo a decir que esta tesis aporta a la sociología, y a las ciencias sociales en general, la posibilidad de pensar a la felicidad desde conceptos y



categorías que, si bien, pueden clasificarse como propias de la filosofía o del psicoanálisis, no escapan del ámbito social y por ende, de lo que a la sociología le interesa. El intento por clarificar lo que para Castoriadis es una institución y el imaginario social, así como recuperar la lógica conjuntista identitaria, *legein* y *teukhein*, es importante puesto que bien pueden ser herramientas de análisis dentro de nuestro ámbito. Pienso que el tema de la felicidad, aunque ya ha sido tratado y sigue siendo trabajado desde muchas disciplinas y con diversos enfoques, en esta tesis es singular en lo que respecta al referente de análisis al que acudí y a la teoría de la cual me apoye.

Fue de mucha ayuda poder delimitar un tema tan grande como lo es la felicidad al elegir los libros de autoayuda. En lo que respecta al uso del marco teórico, se pudo profundizar más o converger y ahondar desde otras disciplinas o mejorar la mirada sociológica pues, sin duda alguna, son posibilidades que Castoriadis da al ser su teoría tan amplia y rica. En este sentido se abren nuevas preguntas por indagar, algunas de ellas son: si es que existe una relación directa entre lo que se instituye como felicidad y la política ¿cuál es tal relación?, ¿qué relación hay entre la educación y la felicidad, ambas como institución imaginaria? y ¿podríamos vincular el tema de la autonomía con la felicidad? De ser así, ¿cuál y cómo se daría tal vínculo?

Asimismo, agrego quedaron categorías por aprovechar o profundizar en cuanto a la teoría de Castoriadis, como lo son el lenguaje y la autonomía. No obstante, estas faltas y las preguntas pendientes abren la posibilidad de crear futuras investigaciones lo cual, cabe resaltar, es de mi completo interés. Recordando y parafraseando a Nietzsche, cierro diciendo que, así como el final de una melodía no es su meta, el final de esta tesis no es *la meta*.

## **Referencias consultadas**

- Alvarado, Gloria (1995). "La institución: una categoría a reconstruir" en *Nómadas*, núm. 2, Universidad Central Bogotá, Colombia.
- Alvarado, José (2016) "¿Derecho a la felicidad?" en *Dikaion*, vol. 25, núm. 2, pp. 243-265. Universidad de La Sabana Cundinamarca, Colombia.
- Ampudia, Fernando (2006). "Administrar el yo: literatura de autoayuda y gestión del comportamiento y los afectos" en *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, núm. 113, pp. 49-75 Centro de Investigaciones Sociológicas Madrid, España.
- Anzaldúa, Raúl (2017). "Socialización, poder y violencia: reflexiones teóricas" en *Argumentos*, vol. 30, núm. 84, pp. 121-143 Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco Distrito Federal, México.
- Arpini, Adriana (2012). "Propuestas en torno a la investigación en Humanidades y Ciencias Sociales. Indagaciones sobre el humanismo" en *Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales - Universidad Nacional de Jujuy*, núm. 42, pp. 11-19 Universidad Nacional de Jujuy Jujuy, Argentina.
- Barragán, Ahmad (2013). "Aproximaciones científicas al estudio de la felicidad: ¿qué podemos aprender de la felicidad?" en *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, vol. 15, núm. 2, pp. 7-24 Universidad Intercontinental Distrito Federal, México.
- Berger, Peter. Luckmann, Thomas (1991). *La construcción social de la realidad*. Amorrortu, Madrid.
- Béjar, Helena (2011). "Códigos de conducta, argumentos y valores en la literatura de consejos" en *Papeles del CEIC*, núm. 1, pp. 1-34. Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea Vizcaya, España.
- Canavire, Vanina (2013). "Escenas de lectura e industria cultural: el caso de los libros de autoayuda" en *Comunicación y Sociedad*, núm. 19, pp. 41-60. Universidad de Guadalajara Zapopan, México.
- Cancino, Leonardo (2011). *Aportes de la noción de imaginario social para el estudio de los movimientos sociales* en "Polis, Revista de la Universidad Bolivariana", vol. 10, núm. 28. Universidad de Los Lagos Santiago, Chile

- Castoriadis, Cornelius (2006). *Figuras de lo pensable*. FCE, México.
- \_\_\_\_\_ (2011). *Historia y Creación. Textos filosóficos inéditos (1945-1967)*. Siglo XXI, México.
- \_\_\_\_\_ (1983). *La institución imaginaria de la sociedad I*. Tusquets, Barcelona.
- \_\_\_\_\_ (1989). *La institución imaginaria de la sociedad II*. Tusquets, Barcelona.
- \_\_\_\_\_ (2013). *La institución imaginaria de la sociedad I y II*. Tusquets, México.
- \_\_\_\_\_, Mermet, Daniel. Paz, Octavio. Finkielkraut, Alain. Donnet, Jean-Luc. Varela, Francisco. Connes, Alain (2002). *La insignificancia y la imaginación. Diálogos*. Minima Trotta, Madrid.
- \_\_\_\_\_ (2008). *Los dominios del hombre: Las encrucijadas del laberinto*. Gedisa, Barcelona.
- Castro, Edgardo (2012). *Diccionario Foucault. Temas, conceptos y autores*. Siglo XXI, Argentina.
- Cristiano, Javier (2011). *Estructuración e imaginario: entre Giddens y Castoriadis* en "Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales", vol. LVI, núm. 213, pp. 9-25 Universidad Nacional Autónoma de México Distrito Federal, México.
- \_\_\_\_\_ (2011). *Habitus e imaginación* en "Revista Mexicana de Sociología", vol. 73, núm. 1, pp. 47-72 Universidad Nacional Autónoma de México Distrito Federal, México.
- Davies, William (2016). *La industria de la felicidad*. Malpaso, Barcelona, España.
- Esquivel, Sigifredo (2012). "Castoriadis: Prometeo trágico se ha sublevado" en *Reflexiones Marginales*. Número 33. Recuperado de <http://reflexionesmarginales.com/3.0/cornelius-castoriadis/> [Consultado el 17 de julio de 2018].
- Ferrater Mora, José (1999). *Diccionario de filosofía*. Ariel, Barcelona.

- Flores, Luis; Sobrero, Viviana (2011). “Subjetividad y política: consecuencias para el discurso educativo” en *Estudios Pedagógicos*, vol. XXXVII, núm. 2, pp. 315-327 Universidad Austral de Chile Valdivia, Chile.
- Font, Nicolás (2018). “El Índice de la Felicidad Nacional Bruta como complemento ante las limitaciones de los modelos socio-económicos tradicionales: El caso del Reino de Bután” en *Journal de Ciencias Sociales*. Año 6 N° 10, pp. 121-132. Universidad de Palermo, Argentina.
- Freud, Sigmund (2016). *El malestar en la cultura*. Alianza editorial, Madrid.
- Gallup International (2018). *Happiness, Hope, Economic Optimism*. Recuperado de [http://www.gallup-international.com/wp-content/uploads/2017/12/2017\\_Happiness\\_Hope\\_Economic-Optimism.pdf](http://www.gallup-international.com/wp-content/uploads/2017/12/2017_Happiness_Hope_Economic-Optimism.pdf) [Consultado el 30 de enero de 2018].
- García, Dennis (2017). *Reportan que 6.8 millones de mujeres se han casado antes de los 18 años en México*. Recuperado de <http://www.eluniversal.com.mx/nacion/sociedad/reportan-que-68-millones-de-mujeres-se-han-casado-antes-de-los-18-anos-en-mexico> [Consultado el 23 de noviembre de 2017].
- Garciandía, José; Rozo, Claudia (2006). “Terapia y felicidad ” en *Revista Colombiana de Psiquiatría*, vol. XXXV, núm. 2, pp. 184-209. Asociación Colombiana de Psiquiatría Bogotá, D.C., Colombia.
- Ginberg, Silvia (2009). “Tecnologías del gobierno de sí en la era del gerenciamiento: la autoayuda entre el narcisismo y la abyección” en *Psicoperspectivas*, vol. VIII, núm. 2, pp. 293-308. Pontificia Universidad Católica de Valparaíso Viña del Mar, Chile.
- Gobierno de la Ciudad de México (2018), *Hospital de las emociones*. Recuperado de <http://www.cdmx.gob.mx/vive-cdmx/post/hospital-de-las-emociones> [Consultado el 28 de enero de 2018].
- Goleman, Daniel (2017). *Biography*. Recuperado de <http://www.danielgoleman.info/biography/> [Consultado el 22 de diciembre de 2017].

- Hernández-Cancino Q., Edgar (2017). *Decídete a ser feliz. Una guía para lograrlo*. Selector, México
- \_\_\_\_\_ (2017). *Semblanza*. Recuperado de <http://edgarhernandezcancino.com> [Consultado el 20 de noviembre de 2017].
- Hodgson, Geoffrey (2011). *¿Qué son las instituciones?* en “Revista Ciencias Sociales”, núm. 8, pp. 17-53 Universidad ICESI Cali, Colombia.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2018) *Bienestar subjetivo*. Recuperado de <http://www.beta.inegi.org.mx/proyectos/investigacion/bienestar/ampliado> [Consultado el 19 de enero de 2018].
- \_\_\_\_\_ (2017) *Modulo sobre lectura*. Recuperado de [http://internet.contenidos.inegi.org.mx/contenidos/productos/prod\\_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/nueva\\_estruc/promo/resultados\\_molec\\_fe\\_b17.pdf](http://internet.contenidos.inegi.org.mx/contenidos/productos/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/nueva_estruc/promo/resultados_molec_fe_b17.pdf) [Consultado el 20 de noviembre de 2017].
- Jiménez, Marco (2007). “Educación e identidades imaginarias. Un acercamiento a las significaciones imaginarias y a las identidades en educación” en *Horizontes de intelección en la investigación educativa: discursos, identidades y sujetos*. Seminario de Análisis de discursos educativos (SADE), Casa Juan Pablos, México.
- Jiménez, Marco (2012). Cornelius Castoriadis. “La subversión de lo imaginario” en *Reflexiones Marginales*. Número 33. Recuperado de <http://reflexionesmarginales.com/3.0/cornelius-castoriadis/> [Consultado el 21 de mayo de 2018].
- Jiménez, Marco. Valle, Ana María (2014). *Sociología y Educación. Imaginar la Universidad*. Juan Pablos Editor, México.
- Kohler, Johanna (2004). “Felicidad y modificabilidad cognitiva” en *Liberabit. Revista de Psicología*, núm. 10, pp. 68-81. Universidad de San Martín de Porres Lima, Perú.
- Lipovetsky, Gilles (2007). *La felicidad paradójica*. Editorial Anagrama, México.

- Lombana Villalba, Iván (2009). “Supuestos sociológicos y comunicativos que explican la decadencia de los valores debido al surgimiento del concepto de autoayuda” en *Signo y Pensamiento*, vol. XXVIII, núm. 55, pp. 247-263. Pontificia Universidad Javeriana Bogotá, Colombia.
- Lozano, César (2015). *Por el placer de vivir*. Aguilar, México.
- \_\_\_\_\_ (2017). *Semblanza*. Recuperado de <http://www.cesarlozano.com> [Consultado el 20 de noviembre de 2017].
- Malinowski, Bronislaw (1944). *Una teoría científica de la cultura*. Editorial Sarpe, Madrid.
- Mill, John Stuart (2014). *El utilitarismo*. Alianza editorial, Madrid.
- Marco Aurelio (2008). *Meditaciones*. Gredos, bolsillo, Madrid.
- Marín-Díaz, Dora Lilia (2015). “La clave es el individuo: prácticas de sí y aprendizaje permanente” en *Educação Unisinos*, vol. 19, núm. 2, pp. 168-174 Universidade do Vale do Rio dos Sinos São Leopoldo, Brasil.
- Moccia, Salvatore (2016). “Felicidad en el trabajo” en *Papeles del Psicólogo*, vol. 37, núm. 2, pp. 143-151. Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos Madrid, España.
- Morín, Edgar en Castoriadis, Cornelius (2002), *Epílogo*. Ediciones Coyoacán, México.
- Muñoz, Jacobo en Marx, Karl (2012), *Estudio introductorio*. Gredos, Barcelona.
- Murcia, Napoleón; Gamboa, Audin (2015). “Saber, manipulación y poder. La Universidad como Institución Social”, en *El Ágora USB*, vol. 15, núm. 1, pp. 115-128 Universidad de San Buenaventura Seccional Medellín Medellín, Colombia.
- Murga, María Luisa (2012). “La educación. Caos imaginario” en *Reflexiones Marginales*. Número 33. Recuperado de <http://reflexionesmarginales.com/3.0/cornelius-castoriadis/> [Consultado el 17 de julio de 2018].
- Oxford Dictionary. (2017), *Definición de autoayuda*. Recuperado de <https://es.oxforddictionaries.com/definicion/autoayuda>

- Papalini, Vanina (2007). “La domesticación de los cuerpos” en *Enl@ce: Revista Venezolana de Información, Tecnología y Conocimiento*, vol. 4, núm. 1, pp. 39-53 Universidad del Zulia Maracaibo, Venezuela.
- \_\_\_\_\_ (2010). “Libros de autoayuda: Biblioterapia para la felicidad” en *Athenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social*, núm. 19, pp. 147- 169 Universitat Autònoma de Barcelona Barcelona, España.
- \_\_\_\_\_ (2006) “Literatura de autoayuda: una subjetividad del Sí-Mismo enajenado” en *La Trama de la Comunicación*, vol. 11, pp. 331-342 Universidad Nacional de Rosario Rosario, Argentina.
- Payá, Víctor; Juárez, Alejandro; Jiménez, Marco (et. al.) (2005) *Institución, Imaginario y Socioanálisis*. Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Acatlán, México.
- Peredero, María (2012). “En busca de la felicidad. Los libros de autoayuda” en *Intersticios Sociales*, núm. 4, septiembre-febrero, pp. 1-31 El Colegio de Jalisco Zapopan, México.
- Ramírez, Beatriz (2016) “Deseo y formación en la creación social” en *Revista Interamericana de Educación de Adultos*, vol. 38, núm. 1, Centro de Cooperación Regional para la Educación de Adultos en América Latina y el Caribe.
- Séneca (2014). *Diálogos*. Gredos, Barcelona.
- Sennett, Richard (2000). *La corrosión del carácter. Las consecuencias personales del trabajo en el nuevo capitalismo*. Anagrama, Barcelona.
- Souroujón, Gastón (2009). “Los libros de autoayuda ¿el último vástago del romanticismo?” en *Ciencia, Docencia y Tecnología*, vol. XX, núm. 38, pp. 87-114. Universidad Nacional de Entre Ríos Concepción del Uruguay, Argentina.
- Tello, Nerio (2003). *Cornelius Castoriadis y el imaginario radical*. Campo de ideas, Madrid. España.
- Trujano Ruiz, María Magdalena (2013) “Del hedonismo y las felicidades efímeras” en *Sociológica*, vol. 28, núm. 79, pp. 79-109. Universidad Autónoma Metropolitana. Distrito Federal, México.



- Uribarri, Fernando (1996). *Zona Erógena*, Número 28, Buenos Aires.
- Valle, Ana María (2012). “Universidad: Institución Imaginaria” en *Reflexiones Marginales* Número 33. Recuperado de <http://reflexionesmarginales.com/3.0/cornelius-castoriadis/> [Consultado el 15 de julio de 2018].
- Villamil, Roberto (2012). “*La educación como significación imaginaria*” en *Reflexiones Marginales* Número 33. Recuperado de <http://reflexionesmarginales.com/3.0/cornelius-castoriadis/> [Consultado el 15 de julio de 2018].
- World Happiness Report. (2017). *World Happiness Report 2017*. Recuperado de <http://worldhappiness.report/ed/2017/> [Consultado el 15 de agosto de 2017].