

**UNIVERSIDAD ANDINA SIMÓN BOLÍVAR**  
**SEDE ECUADOR**  
**COMITÉ DE INVESTIGACIONES**

INFORME DE INVESTIGACIÓN

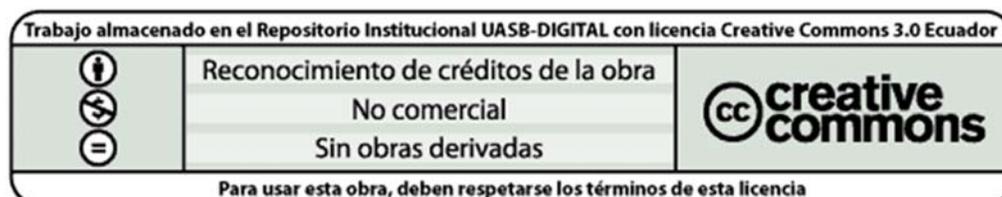
**La literatura de autoayuda: el discurso de autogobierno o la sumisión  
del sujeto en el capitalismo**

INVESTIGADOR RESPONSABLE

Leonardo Xavier Brito Alvarado

Quito – Ecuador

2019



## **Resumen**

La literatura de autoayuda se ha convertido en una verdadera industria cultural que cada día gana lectores gracias a sus consejos prácticos destinados a conseguir logros profesionales, familiares e individuales para ser felices en la vida. Sin embargo, detrás de esta literatura se esconde una serie de gramáticas enfocadas a crear una serie de dispositivos manipuladores de la subjetividad bajo los postulados de una esfera de la autonomía y libertad individual.

Esta investigación pretende entrecruzar diversas miradas comunicacionales y sociales sobre la literatura de autoayuda, para ubicarla como un espacio narrativo que deviene en autobiografías, experiencias personales y consejos prácticos, seduciendo a los lectores dentro de un marco civilizatorio neoliberal.

La tesis central es ¿Cómo la literatura de autoayuda moldea las subjetividades de los lectores dentro de una lógica neoliberal? Creando sujetos dóciles aptos para el desempeño afectivo, familiar y laboral dentro de las sociedades neoliberales.

### **Palabras Clave**

Autoayuda, subjetividad, gubernamentalidad, poder pastoral, neoliberalismo

### **Datos del Autor**

Profesor titular agregado I de la Carrera de Comunicación, Universidad Técnica de Ambato. Licenciado en Comunicación Social, Universidad Central del Ecuador, Magíster en Comunicación, UASB-Ecuador, Magíster en Antropología, FLACSO- Ecuador.

## TABLA DE CONTENIDO

<b>Resumen</b> .....	2
<b>TABLA DE CONTENIDO</b> .....	3
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b> .....	3
<b>Introducción</b> .....	4
<b>1. La literatura de autoayuda, como gramática de autogestión y control de la subjetividad</b> .....	8
<b>1.1. Poética de la autoayuda</b> .....	8
<b>1.3 Una ética del cuidado del sí</b> .....	14
<b>1.4 De la sociedad disciplinaria a la sociedad del emprendedor</b> .....	17
<b>2. La industria cultural de la felicidad</b> .....	28
<b>2.1 La industrialización de la felicidad y el éxito.</b> .....	28
<b>2.2 La cultura del narcisismo, una distinción de época</b> .....	31
<b>2.3 La economía del éxito, la industria cultural de la autoayuda</b> .....	35
<b>3. Sobre los datos y otras cosas más</b> .....	43
<b>3.1 Inicio</b> .....	43
<b>3.2 De los datos</b> .....	47
<b>Bibliografía</b> .....	53

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Etapas del género de autoayuda. ....	30
<b>Tabla 2.</b> Retóricas de la autoayuda.....	37
<b>Tabla 3.</b> Líderes en ventas de libros de autoayuda anglosajona. ....	40
<b>Tabla 4.</b> Líderes en ventas de libros de autoayuda española: .....	40
<b>Tabla 5.</b> Los libros más vendidos en Ecuador. ....	42
<b>Tabla 6.</b> ¿Conoce este tipo de literatura?.....	48
<b>Tabla 7.</b> Asignatura en la que se leyó este tipo de literatura.....	49
<b>Tabla 8.</b> Autores y obras citadas.....	50
<b>Tabla 9.</b> ¿Cambiaría este tipo de literatura? .....	50

## Introducción

Por eso decimos que la verdadera literatura de la era moderna es el manual de instrucciones.

David Cronenberg

Desde los años veinte en Estados Unidos comenzaron a circular una serie de libros enfocados en alcanzar el éxito laboral y familiar. En primera instancia pretendieron masificar el ideario del “sueño americano” sobre una vida llena de oportunidades dentro de una lógica capitalista protestante.

La “Gran Depresión” económica (1929), que afectó a este país, permitió consolidar a estos libros como herramientas útiles para que los ciudadanos puedan encontrar alternativas a los diversos conflictos ocasionados por esta crisis (depresión, ansiedad, pérdida de trabajo, problemas familiares, entre otros).

Los libros que dieron inicio a la masificación de la autoayuda son: “Las leyes del éxito” (1925), “Piense y hágase rico” (1937) de Napoleon Hill y “Cómo ganar amigos e influir en las personas” (1936) de Dale Carnegie. No obstante, la narrativa de autoayuda tiene su génesis en el año de 1859 cuando aparece el concepto “self-help” presente en el libro “El cielo ayuda a quienes se ayudan”, del médico y reformador escocés Samuel Smiles. Este concepto estaba destinado a cultivar hábitos para generar autoconfianza en los lectores. El “self-help” se encuentra vinculado a la subjetividad que aparece en el horizonte epistemológico y político contemporáneo como un escenario complejo y lleno de disputas sobre el cuerpo y la mente de los lectores. La literatura de autoayuda se encuadra en una sistematización de fórmulas de éxito tendiente a crear una esfera de libertad y productividad, que pretende crear un ideario empresarial.

De una forma indirecta la literatura de autoayuda, desde finales de la década de los setenta, fue abordada por las Ciencias Sociales que la encasilló como un producto cultural característico de la sociedad del consumo. Sociólogos como Christopher Lasch (1979)<sup>1</sup>, Richard Sennet (1977)<sup>2</sup>, Erving Goffman (1981)<sup>3</sup>, Anthony Giddens (1991,

---

<sup>1</sup>La Cultura del narcisismo.

<sup>2</sup>El declive del hombre público.

<sup>3</sup>Forms of Talk.

1995)<sup>4</sup> y Nikolas Rose (1991)<sup>5</sup> dieron los primeros pasos para la reflexión de esta literatura como un discurso que pone en debate el éxito de la modernidad. Hoy los trabajos de Eva Illouz (2006, 2008)<sup>6</sup>, Arlie Russell Hochschild (2003)<sup>7</sup>, Ulrich Brockling (2015)<sup>8</sup> y en América Latina, Vanina Papalini (2015)<sup>9</sup>, entre otros, han trazado marcos comprensivos, críticos y metodológicos para entender a esta literatura como un mecanismo de control sobre la subjetividad dentro del sistema neoliberal.

La convergencia de estos autores se encuadra, mayoritariamente, en los parámetros desarrollados por Norbert Elias en “El proceso de la civilización” (1939) y Michel Foucault en el “Poder pastoral” (1977) y la “Gubernamentalidad” (1978).

En cuanto a la literatura de autoayuda como industria cultural, no basta ubicarla desde la perspectiva de Theodor Adorno y Max Horkheimer (1994) hay otros enfoques más cercanos al contexto ecuatoriano y latinoamericano como los expuestos por: Néstor García Canclini (1993)<sup>10</sup>, Jesús Martín-Barbero (1999)<sup>11</sup>, Carlos Monsiváis (2000)<sup>12</sup>. Que no abordan a la autoayuda de manera directa, sino que brindan pistas sobre los consumos mediáticos.

La industria cultural, en el siglo XXI, ha dado paso a un espectáculo y entretenimiento donde la meta es pasarla bien, sin complicaciones, y esa es la promesa de la literatura de autoayuda.

El éxito de esta literatura bien pudiera encasillarse como una marca distintiva del declive de los valores civilizatorios propuestos por la modernidad: la ilustración, madurez y la idea progresista de la sociedad “que concibió a la cultura en tres esferas: la ciencia, la moralidad y el arte. Estas esferas se validaban, respectivamente, por medio de la verdad, el deber y la belleza” (Díaz 2009, 17). Amparados en los postulados de una ideología de progreso de la humanidad, estas esferas, en muchos casos, han sido reemplazados por el individualismo, el narcisismo, la levedad crítica, la mimetización de

---

<sup>4</sup> Modernidad e identidad del yo: el yo y la sociedad en la época contemporánea.

La transformación de la intimidad: sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas

<sup>5</sup> Governing the Soul.

<sup>6</sup> Intimidades congeladas.

La salvación del alma moderna. Terapia, emociones y la cultura de la autoayuda.

<sup>7</sup> La mercantilización de la vida íntima.

<sup>8</sup> El Self emprendedor. Sociología de una forma de subjetivación.

<sup>9</sup> Garantías de felicidad.

<sup>10</sup> El consumo cultural en México.

<sup>11</sup> El consumo cultural en América Latina.

<sup>12</sup> Aires de familia. Cultura y sociedad en América Latina.

la autogestión delineada por el poder pastoral de hacer la vida más productiva y eficiente consolidando un “marketing de sí mismo”.

En este sentido, existe una amplia bibliografía que expone la fragilidad crítica del sujeto contemporáneo. Entre los más representativos, podemos citar, Zigmunt Bauman (1991)<sup>13</sup>, (1999), David Harvey (2004)<sup>14</sup>, Michel Maffesoli (2012)<sup>15</sup>, (2003), Michel Onfray (2006)<sup>16</sup>, Peter Sloterdijk (2005)<sup>17</sup>, Gianni Vattimo (1983, 1989)<sup>18</sup> y Slavoj Žižek (2004)<sup>19</sup>.

De esta manera, asistimos a un proyecto político y cultural de sometimiento del sujeto por medio de una gramática que pretende crear un sujeto libre para reinventarse y replantearse su vida que, sin embargo, esconde una forma de esclavitud moderna mediante un capitalismo del sometimiento silencioso y aceptado del sujeto.

### **Sobre metodología**

Metodológicamente la investigación se divide en dos fases. La primera parte de una revisión teórica que explorará desde una lectura especializada (antropología, comunicación, semiótica y sociología cultural) esta literatura que permitió analizar a la retórica expuesta en los textos de autoayuda que delinear las formas de vida de los lectores.

De tal forma, estos libros comparten relatos sobre una interioridad de los sujetos en tiempos donde el agotamiento del Estado de Bienestar ha entrado en crisis, por ello estos relatos buscan que los sujetos concreten una vida llena de armonía, felicidad y bienestar. En este punto, el análisis de esta literatura implica la utilización de “recursos y estrategias que permiten deconstruir el discurso como una expresión en la que se articulan sistemas signícos para producir significados” (Pardo 2012, 43). Que orientan las formas de actuar en la vida social.

---

<sup>13</sup> Intimations of Postmodernity.  
Modernidad Líquida.

<sup>14</sup> La condición de la posmodernidad.

<sup>15</sup> El ritmo de la vida. variaciones sobre el imaginario posmoderno.

<sup>16</sup> La fuerza de existir. Manifiesto hedonista.

<sup>17</sup> En el mundo interior del capital: Para una teoría filosófica de la globalización.

<sup>18</sup> El pensamiento débil.

La sociedad transparente.

<sup>19</sup> La Revolución Blanda.

La segunda fase gira sobre la etnografía que, en el presente trabajo, exploró lo más cercano posible los usos y utilidades otorgadas por los lectores. El trabajo etnográfico se realizó en una escuela de Comunicación Social de una Universidad pública.

Se priorizó la descripción de los hechos en su contexto real para lo cual las entrevistas y encuestas fueron fuentes primarias, tratando de ser equitativo en el género de los estudiantes. El método de selección estuvo determinado por la técnica denominada —bola de nieve— que supone una identificación de un grupo pequeño de individuos con determinadas cualidades propicias para esta investigación que pretendió, escuchar y dejar hablar desde las subjetividades de los lectores con la intencionalidad de que sus aportes sean “versiones de un mundo” como lo ha sostenido Donna Haraway (1995).

## **1. La literatura de autoayuda, como gramática de autogestión y control de la subjetividad.**

### **1.1. Poética de la autoayuda**

Esta literatura forma parte de un conjunto de bienes culturales destinada a sofocar diversos conflictos sociales que agobian a los sujetos. Por lo que, “la autoayuda trata la dimensión subjetiva como fundamento de un cambio vital individual, orientado a una finalidad específica: superar el dolor, la angustia, influir en las personas, desarrollar ciertas capacidades, liderar grupos humanos” (Papalini 2013, 164). Todo esto se consigue gracias a una gramática prometedora de felicidad y éxito.

Como ejemplo “Cómo ganar amigos e influir en las personas”, ante todo, es un manual para conseguir éxito personal y laboral, donde se conjugan consejos prácticos y nociones científicas como: la legitimación, la autonomía y la libertad que seducen a los lectores; entre los postulados más representativos de este libro son:

1. Salir de una rutina mental y concebir ideas y visiones, para descubrir nuevas ambiciones.
2. Hacer amigos de forma rápida.
3. Aumentar la popularidad.
4. Lograr que los demás piensen como usted.
5. Aumentar su influencia, prestigio y habilidad de lograr que las tareas se realicen.
6. Saber proceder ante las quejas, evitar discusiones y preservar las relaciones humanas afables y agradables.
7. Convertirse en un mejor orador y ser más jovial.
8. Despertar entusiasmo entre sus asociados.

Otro ejemplo es el libro “El Tao de la física”, de Fritjof Capra (1975), que concilia una religiosidad orientalista y la física cuántica. La finalidad es regular las conductas y emociones de los lectores para solucionar psíquicamente los malestares cotidianos. Entre las retóricas utilizadas constan.

“a) el uso de la segunda persona del singular y el «nosotros» inclusivo; b) la repetición redundante de las que son tenidas como ideas centrales) la ejemplificación de acuerdo con casos reales y testimonios personales; d) el diagnóstico interactivo a través de diferentes test a disposición del lector y e) la atribución a ese mismo lector de la capacidad última para modificar sus pautas conductuales y emocionales” (Ampudia 2010,14).

Para Giddens (1997) la autoayuda pretende gestionar la forma de vida contemporánea por medio de ejercicios reflexivos que “[...] siempre parten de un proceso inicial de autoobservación mediante el cual se conmina a la persona a que adquiera conciencia acerca de su modo de actuar, su pensamiento, sus sentimientos y sus sensaciones corporales” (Giddens 1997, 94).

Helena Béjar (2011) argumenta que esta literatura presentan una serie de códigos gramaticales agrupados en dos ideas: a) la autosuficiencia y gobernabilidad sobre las acciones personales; y b) una serie de códigos normativos de convivencia social.

La autoayuda al enfocarse en problemas cercanos y cotidianos de los lectores como: la baja autoestima, pérdida de un familiar cercano, un amor no correspondido, falta de sociabilidad y bajo rendimiento laboral, evoca un pacto entre el relato, el escritor y el lector, cuyo fin es crear un código social de comportamiento.

Una de las formas para el éxito de esta literatura es su estructura gramatical sencilla: 1) victimización de la persona que es infeliz y necesita de encontrar la felicidad, 2) concienciación que induce a los lectores a cambiar su vida mediante la autoayuda convertida en una guía a seguir, 3) empoderamiento de los consejos presentes para lograr cambios internos y externos, y por último, 4) resolución positiva cuando el cambio ha llegado a los lectores.

La autoayuda se configura como un “discurso del déficit”, y como sostiene Kenneth Gergen (1994) ha conllevado a que las acciones de la vida se encuentran “patologizadas” por la necesidad de recurrir a recetas de salvación.

Para Illouz (2007), esta literatura forma parte de un amplio abanico cultural destinado a la autogestión de la vida basada en el control de las emociones y los sentimientos, y entre sus características se pueden anotar:

a) Poseer una historia reconocible y aceptada por los lectores, b) todos los ejemplos deben ser positivos y llenos de energía espiritual para evitar cualquier argumento filosófico que dificulte la comprensión por parte del lector, y c) crear la ilusión de la autogestión para poder solucionar los problemas sociales, dejando de lado las opiniones de los especialistas. La autoayuda al convertirse en una alternativa a las terapias psicológicas tradicionales utiliza una gramática dócil para fortalecer el Yo.

De acuerdo a Axel Honneth (2004, 467) esta situación se ha convertido en una emergencia del vacío argumental de los sujetos, lo superficial y la falta de utopías

políticas son las formas de vida contemporánea, dando paso a una sociedad individualista y hedonista que responde a los intereses de un Yo consumista.

Esta literatura posee un efecto “collage” tendiente a diversificar las formas de pensar y vivir la cotidianidad de una manera sencilla y sin preocupaciones, lo que Giddens (1997) denomina como los “dilemas del yo”. Para Illouz (2010, 12) la burocratización de las actividades sociales, el narcisismo y la construcción de un falso Yo moldean la vida moderna.

Estos “dilemas del yo” constituyen una característica sobre el debilitamiento del poder estatal como autoridad ética y moral que, en primera instancia, podrían pensarse como un triunfo de la autonomía y libertad individual. Que, sin embargo, ha llegado a convertirse en una política de control sobre el pensamiento y vida de los lectores.

Siguiendo a Elias la literatura de autoayuda se ha convertido en un nuevo manual de buenas costumbres, que pretende modificar los comportamientos de los sujetos para normalizar sus conductas privadas y públicas, bajo el imperativo de la autosuficiencia, autodependencia e individualización desembocando en una transición del heterocontrol al autocontrol de las emociones, acciones, sentimientos e impulsos.

Hoy, los manuales de buenas maneras ya no ambicionan como antaño la elaboración de un programa completo del ser humano, sino que se limitan a ofrecer un repertorio de conductas prácticas adecuadas a los diferentes escenarios sociales en los que se desenvuelve la persona. Sus contenidos son eminentemente prácticos, dejando de lado consideraciones psicológicas tan presentes y abundantes en épocas pasadas (Ampudia 2006, 51).

La autoayuda no se dirige a la búsqueda de un nuevo sujeto, sino a delinear formas de normalizar sus conductas; tratando de eliminar situaciones censurables y controvertidas de la vida. Las estrategias gramaticales de la autoayuda están llenas de metáforas que crean la ilusión de conocimiento útil para el cambio de vida. Como ejemplo Bejar (2015) hace referencia al uso metafórico del viaje constituye una invitación a la transformación de los sujetos, de esta forma el viaje se convierte en un compromiso lleno de optimismo.

Gramaticalmente la autoayuda en un primer momento puede ser vinculado a lo que Leonor Arfuch (2005) ha propuesto como “espacio biográfico”, una “narración de la propia vida como expresión de la interioridad y afirmación del sí mismo” (Arfuch 2005,

33). Este espacio narrativo parte de lo vivencial como eje de lectura tendiente a conducir reflexiones y prácticas tendientes a buscar un auto reconocimiento del sí.

Para Papalini (2007, 5) entre el “espacio biográfico” y la autoayuda existe una línea pedagógica de corte moralista sobre un relato salvador que genera una identificación entre el “Yo” y el “Tú”, gracias a la presencia de una narración que teje ciertas realidades sociales.

La autonomía y autenticidad son dos formas de entender la subjetividad moral, hijas del proceso de individualización que libera al yo de los vestigios de la heteronomía de la sociedad tradicional, por lo que ambos comparten el supuesto de un sujeto con la capacidad de seguir principios autoimpuestos (Souroujón 2009, 94).

De esta forma, la autoayuda es una construcción del poder amparado en la racionalidad política neoliberal que concibe a los sujetos como capaces de autogobernarse. En consecuencia, esconde ciertos valores y características históricas fundantes de las sociedades actuales. “[...] este concepto de autoayuda está relacionado con hacer y tomar control del destino de uno, y este aspecto, sin duda, ayudó a moldear lo que llamamos la auto-identidad [...]” (Mur 2009, 127).

## **1.2 Del poder pastoral a la Gubernamentalidad, la subjetividad en disputa**

En las sociedades contemporáneas prima el deber del sí mismo, y donde la autoayuda se encasilla dentro del “Poder pastoral”<sup>20</sup>. Michel Foucault al realizar la genealogía del poder pastoral lo ubica como una construcción judeo-cristiana que se ha extendido hacia el Estado moderno liberal. Para Foucault el pueblo hebreo se guía bajo el mandato de un solo Dios, como lo hace un pastor con su rebaño; el pastor busca el bienestar de cada integrante del rebaño. La idea del poder pastoral poco a poco se fue introduciendo en la estructura del Estado moderno occidental. El poder pastoral posee cuatro características que contrastan con el pensamiento político griego desde donde se había planteado la estructura política de los Estados moderno:

1. El pastor ejerce el poder sobre un rebaño más que sobre un territorio. [...] Dios da, o promete, una tierra a su rebaño.
2. El pastor reúne, guía y conduce a su rebaño. [...] basta con que el pastor desaparezca para que el rebaño se disgregue; o

---

<sup>20</sup> Categoría desarrollada por Michel Foucault y que aparece por primera vez en el curso “Seguridad, territorio y población” dictado entre 1978-1979 en el Collège de France. Se refiere al surgimiento de un “arte de gobernar a la población.

dicho en otros términos, el rebaño existe gracias a la presencia inmediata y a la acción directa del pastor [...].

3. El papel del pastor consiste en asegurar la salvación de su grey. [...] No se trata únicamente de salvar a todos, a todos en conjunto, cuando se aproxima el peligro, sino que es más bien una cuestión de benevolencia constante, individualizada y orientada a un fin. [...] constante, ya que el pastor vela por la alimentación de su rebaño; cotidianamente satisface su sed y su hambre. [...] individualizada, ya que el pastor vela para que todas sus ovejas, sin excepción, sean recuperadas y salvadas. [...] el ejercicio del poder es un “deber”. [...] la benevolencia pastoral está mucho más próxima de la “abnegación”. Todo lo que hace el pastor lo hace por el bien del rebaño. Tal es su preocupación constante. Cuando sus ovejas duermen él vela (Foucault 1996, 182-183).

Desde el siglo XVI el poder pastoral fue reemplazado por una gubernamentalidad proveniente del Estado, una racionalidad política propia de la modernidad tendiente a garantizar una población disciplinada y obediente, especialmente, dentro del mercado laboral y sexual. En este sentido:

El gobierno liberal surge críticamente en relación con el poder estatal excesivo y omnipresente. Su ámbito no es el topos geométrico del territorio sino el espacio profundo y tridimensional constituido por los procesos biológicos que conforman la «población», los procesos económicos que conforman la producción y el «mercado», y los procesos culturales y civilizatorios que componen la «sociedad civil». El Estado debe adoptar las medidas necesarias para permitir que la economía, la población y la sociedad civil se autogobiernen a partir de su propia legalidad interna (Vásquez 2005, 85).

El concepto de gubernamentalidad permitió a Foucault explorar cuatro dominios históricos: el poder pastoral; los programas de gobierno: razón de Estado, Estado de policía, cameralismo/mercantilismo; la racionalidad gubernamental del liberalismo, y la gubernamentalidad neoliberal.

De acuerdo a Peter Miller y Nikolas Rose (2008) existen dos dimensiones para el análisis de la gubernamentalidad como un dispositivo de control sobre el accionar de los sujetos. La primera dimensión se enfoca hacia programas políticos destinados a construir ciertos problemas públicos y de esta forma trazar líneas políticas para su solución. Esta dimensión forma parte de un discurso basado en la intervención de las decisiones adoptadas por los sujetos. Por tanto, la Gubernamentalidad pretende hilar un solo discurso

para satisfacer las demandas sociales al establecer una relación entre los dispositivos de saber – poder propuesto por Foucault.

La segunda dimensión se encuadra en las tecnologías de intervención que puede entenderse como una forma empírica de Gubernamentalidad que pretende realizar una serie de “ensamblajes de personas, técnicas, instituciones, instrumentos para conducir la conducta” (Miller, Rose 2008, 16).

Esta dimensión se ejecuta bajo parámetros de vincular determinados actos de cálculos en un lugar de acciones “dicha vinculación se constituye gracias a un proceso de traducción, esto es “[...] cuando un actor o fuerza logra requerir o contar con una forma de pensar o actuar de otro, basándose en una red, no por dependencias legales o institucionales, sino porque han venido a construir sus problemas de manera aliada y su destino se encuentra de alguna manera vinculado” (Miller y Rose 2008, 34).

La noción de gubernamentalidad se ha convertido en categoría útil y conflictiva para reflexionar las concepciones sobre las identidades, que son configuradas a partir de:

- a) Una masificación de las representaciones de la subjetividad tanto en el espacio físico como virtual.
- b) Reorganización de los espacios y tiempo de convivencia social.
- c) Nuevas formas de comunicación mediadas por artilugios tecnológicos que moldean las formas de escritura, oralidad y convivencia.

Desde la gubernamentalidad Foucault reflexiona a las subjetividades como formaciones “reticulares” que tejen diversas formas de poder dentro de las sociedades como: las instituciones, los lenguajes, las políticas públicas, las fuerzas policiales y militares, lo judicial y diversas prácticas de disciplinamiento con las que se pretende atender a la pluralidad del régimen del poder-saber contemporáneo.

Los dispositivos planteados por Foucault producen una ontología de poder-saber que provoca una redefinición de los discursos y efectos sobre la verdad, por medios de una configuración de lenguajes que atrapan a la razón, inaugurando una etapa de relaciones de poder-saber y con ella una subjetividad dócil y controlada. En este punto, la literatura de autoayuda se inscribe como un dispositivo moldeador dado a que:

[...] todo aquello que tiene, de una manera u otra, la capacidad de capturar, orientar, determinar, interceptar, modelar, controlar y asegurar los gestos, las conductas, las opiniones y los discursos de los seres vivos. No solamente las prisiones, sino además los asilos, el panoptikon, las escuelas, la confesión, las fábricas, las disciplinas y las medidas

jurídicas [...] pero también el bolígrafo, la escritura, la literatura, la filosofía, la agricultura, el cigarro, la navegación, las computadoras, los teléfonos portátiles y, por qué no, el lenguaje mismo (Agamben 2011: 257).

Para Giorgio Agamben los dispositivos, en este caso la autoayuda, permiten otorgar un sentido de vida a los lectores que funciona como un catalizador social mediante un orden discursivo tendiente a que los sujetos puedan realizar una reorganización de su vida. De esta manera, en las sociedades capitalistas dominadas por el gerenciamiento y la administración de la vida fortalece las condiciones para el fortalecimiento del “self” como una forma de dispositivos de actuación.

Por ello, la subjetividad como campo estratégico permite a los individuos exponer una inducción dirigida y planificada para que actúe de una forma controlada camuflada bajo un espejismo de autorrealización.

### **1.3 Una ética del cuidado del sí**

La comprensión de sí mismo parte del uso de técnicas y discursos científicos que Foucault denominó como “juegos de verdad”, donde se establecen formas de autoentenderse; aquí se ubican las disciplinas como la: economía, biología, medicina, entre otras, destinadas a moldear los comportamientos de los sujetos. El surgimiento de técnicas destinadas al cuidado del sí mismo bajo el imperativo ético de protección, de esta forma:

En la acepción clásica, el cuidado de sí no debe ser entendido como un consejo abstracto, o como una mera actitud, sino como una red extensa de obligaciones y servicios regulados que hacen al individuo en sí y en tanto parte de un colectivo del que participa y sobre el que se vuelve responsable (Papalini 2007, 43).

La ética del cuidado de sí conlleva una serie de “prácticas reflexivas y voluntarias por las que los hombres no sólo se fijan reglas de conducta, sino que buscan transformarse a sí mismos, mortificarse en su ser singular y hacer de su vida una obra que presenta ciertos valores estéticos y responde a ciertos criterios de estilo” (Foucault 2006, 14). De acuerdo a este precepto, los sujetos construyen operaciones aparentemente libres con la finalidad de alcanzar la felicidad y sabiduría. Estas formas se establecen bajo una serie de tecnologías.

1. Tecnologías de producción, que permiten producir, transformar o manipular objetos o recursos necesarios para la reproducción humana.
2. Tecnologías de sistemas de signos, que permiten aprender sentidos, símbolos o significaciones, mecanismos a través de los cuales los seres humanos se comunican.

3. Tecnologías del poder, que determinan la conducta de los individuos, los someten a cierto tipo de fines y consisten en una objetivación del sujeto para convertirlo en reproductor del orden establecido por el mismo poder.

4. Tecnologías del yo, que permiten a los individuos efectuar, por cuenta propia o con la ayuda de otros, cierto número de operaciones sobre su cuerpo y su alma, pensamientos, conductas o cualquier forma de ser, obteniendo así una transformación de sí mismos con el fin de alcanzar cierto estado de felicidad, pureza, sabiduría, moralidad (Foucault 1990, 48).

“Las tecnologías del Yo” en el neoliberalismo se ubican como un dispositivo regulador y controlador de los sujetos. “El cuidado de sí es el conocimiento de sí [...] pero es también el conocimiento de un cierto número de reglas de conducta o principios que son a la vez verdades y prescripciones. El cuidado de sí supone hacer acopio de estas verdades” (Foucault 2006, 102).

El dominio del sí tiene como finalidad controlar los cuerpos y mentes por medio de lecturas pasivas, conducentes a crear una subjetividad nómada y domada. De ahí, “las tecnologías del yo permiten a las personas efectuar por sí una serie de operaciones sobre sus ideas, sentimientos y comportamientos, provocando una transformación conducente a la obtención de un cierto grado o estado de bienestar o felicidad” (Foucault 1990,48).

Las “tecnologías del yo” se convierten en actos realizados con el fin de conseguir determinados fines como: la introspección y los autoexámenes de la conciencia. Para Rose (1990) los gobiernos liberales avanzados (neoliberalismo) utilizan los discursos de la autonomía y la libertad que promueven una serie de tecnologías de producción y regulación de la vida, para crear una simulación de autonomía y eficiencia tendientes a buscar el éxito empresarial de los sujetos.

Sin embargo, ni autonomía ni competencia social son bienes ordinarios y precisamente el éxito del complejo de autoayuda nos indica que son bienes de consumo rápido: apreciados, pero poco interiorizados. Y ahí está la clave. Es decir, más que fijarnos obsesivamente en el discurso debemos prestar atención al uso de la autoayuda. Y cada una de las manifestaciones de la autoayuda tiene características de uso específicas (Apodaka 2011, 1108).

En este sentido, la autoayuda se enfoca en crear una estructura de poder cultural dentro de un marco neoliberal que coloca al sujeto como una máquina de producción basada en valores, como: la autorrealización, la autonomía, y la responsabilidad.

Rose argumenta que esta literatura funciona como “tecnologías de subjetivación” que desde el siglo XIX determina el accionar de los lectores mediante una individualización controlada denominada “customización”, amparada en el discurso ético del cuidado de sí que propone la maximización del rendimiento laboral. Por tanto, la autoayuda pretende crear sometimientos corporales y mentales que ubica a los sujetos como acrílicos e irreflexivos. Los preceptos sobre el cuidado de sí mismo no es algo nuevo, desde la Grecia Antigua la “Epimeleia heautou” que constituía una regulación sobre las conductas de los sujetos, que hoy puede encasillarse en una ethopolítica, permitiendo comprender las actuales políticas sobre la vida.

En la política de nuestro presente, los sentimientos, la naturaleza moral o las creencias de las personas, grupos o instituciones, ha llegado a ofrecer el “medio” a través del cual la autonomía del individuo autónomo se puede conectar con los imperativos de buen gobierno. Si la “disciplina” individualiza y normaliza, y la biopolítica colectiviza y socializa, la “ethopolitics” se refiere a las técnicas de sí por las que los seres humanos deben juzgar y actuar sobre sí mismos para hacerse mejor de lo que son (Rose 2013, 27).

El concepto de ethopolítica reflexiona las diversas capacidades que poseen los individuos para actuar y juzgar sus diversas estrategias éticas y políticas para mejorar su vida, este nuevo ethos de existencia humana una forma de autogobierno que conecta con los imperativos del buen gobierno y de esta forma diseñar nuevas formas de conducta.

La ethopolítica parte de la Gubernamentalidad como dispositivo de seguridad encaminado a conocer, administrar y controlar las actividades y el tiempo de los sujetos, “una estética de la existencia, noción que remite a la tarea de ocuparse de la propia vida como si fuese una obra de arte para darle una forma bella” (Castro 2014, 136-137).

Para Rose (2013) la existencia de una economía política de la esperanza se convierte en un mecanismo de autocontrol sobre los sujetos. Por ello, la ethopolítica pretende la autorregulación de la vida para optimizar el rendimiento laboral en la economía neoliberal.

Esta aparente mayor autonomía encubre mecanismos complejos, que tienden a distribuir democráticamente los prejuicios de los caminos erróneos, con la consecuente socialización del fracaso, y a concentrar en unos pocos los beneficios del éxito [...]“Durante el período 1990-2010 las sociedades occidentales evidenciaron claros síntomas de un malestar de este tipo, que a nivel psicológico se denomina de manera imprecisa “estrés”, “depresión” o “angustia” y que

alcanza una extensión inédita sobre el conjunto de los hombres y mujeres de la sociedad (Papalini 2015, 23,24).

Los debates sobre la subjetividad y su control son muy diversos, entre los que se pueden citar las “tecnologías para el gobierno del alma” propuesto por Nikolas Rose y el “dispositivo psi” de Gilles Lipovetsky.

De acuerdo a Rose las tecnologías del alma se establecen en la subjetividad mediante la implementación de una serie de mecanismos discursivos procedentes de los conflictos entre la vida íntima y los entornos hostiles. “Nuestras personalidades, subjetividades y relaciones no son cuestiones privadas, esto significa que no son objetos del poder. Por el contrario, están intensamente gobernadas” (Rose 1990, 10). Hoy cualquier organización pública y privada se inmiscuye en la vida de los sujetos implicando el control administrativo de sus acciones productivas con la finalidad de lograr los objetivos corporativos.

Las tecnologías humanas incluyen la organización calculada de las fuerzas y capacidades junto a otro tipo de fuerzas – naturales, biológicas, mecánicas- y artefactos –máquinas y armas- en redes funcionales de poder. Dentro de tal composición se reúnen elementos que, a primera vista, puede pensarse que pertenecen a distintos órdenes de la realidad: diseños arquitectónicos, equipos y dispositivos tecnológicos, profesionales, burocracias, métodos de cálculo, inscripciones, procedimientos de reforma y similares (Rose 1990, 12).

Estas tecnologías manipulan los idearios, placeres y deseos. “Se comienza a gestar una cultura del autogobierno a través del cual la sociedad inculca a sus miembros la noción de autoresponsabilización como forma de alcanzar un estado de bienestar” (Rutelland 2013, 19).

Mientras para Lipovetsky (2002, 53) desde los años sesenta se ha construido un escenario de “sensibilidad terapéutica” en remplazo a la sensibilidad política, la auto-superación personal y la conversión pública de la vida privada (sexualidad, amor y problemas familiares) donde la intervención de los textos de autoayuda se hace presente como recetas de superación.

#### **1. 4 De la sociedad disciplinaria a la sociedad del emprendedor**

A partir de la década de los setentas asistimos a un proceso de cambio que Foucault denominó diagrama de poder, una especie de mapa controlador sobre las relaciones de fuerzas en las sociedades.

El diagrama de poder precedente es el llamado por Foucault “disciplinario”. Éste se caracterizaba por una expansión de las técnicas disciplinarias a lo largo de todo el tejido social. De esta manera se buscaba garantizar un “bienestar general” basado en la *integración social y la re-adaptación* de los que no lograban adecuarse a los parámetros de normalidad (Bruno y Luchtenberg 2006,1).

La particularidad de este diagrama es que se enfoca a un ejercicio anatómo-político sobre el control corporal y mental de los sujetos, y para lo cual se necesita una distribución espacial y temporal para calcular y maximizar el trabajo, delineando una

Responsabilidad social recae en el ciudadano y, hasta cierto punto, en la iniciativa privada. En este contexto surge un discurso que hace uso de conceptos relacionados con la participación ciudadana, la autogestión, la solidaridad social, entre otros, para promover la idea de que el ciudadano debe hacerse cargo de los huecos dejados por el Estado (Ortiz 2016, 28).

Situación que Gilles Deleuze (2006) denominó como “sociedades de control” donde aparece una nueva forma de manipulación social, dado que “en la sociedad contemporánea, marcada por cambios rápidos y constantes, imperan ciertas técnicas de poder cada vez menos evidentes, pero más sutiles y eficaces, pues permiten ejercer un control total en espacios abiertos” (Sibilia 2006, 26).

Por ello, estas sociedades producen subjetividades y cuerpos normalizados y aptos para el desempeño laboral. El discurso neoliberal no solo plantea un mercado comercial y una redistribución de la riqueza mediante mecanismos de libre comercio, sino que intenta crear una influencia cultural tendiente a taladrar las subjetividades de los individuos para que acepten las nuevas dinámicas sociales basadas en el esfuerzo y en el individualismo con el fin de alcanzar el éxito.

Situación que ha desembocado en que el rol social del Estado se debilite a favor de una ética individualista y empresarial conducente a una libre competencia entre los individuos, implicando un rechazo a la intervención estatal en cualquier aspecto de la vida privada y pública de los sujetos.

La exigencia de maximizar los recursos personales no significa, como puede parecer a simple vista, una exaltación del logro material y de la ganancia económica. Para enriquecer espiritualmente al propio yo, para obtener beneficio y equilibrio afectivos en la familia o en el trabajo, para dar forma a un estilo de vida auténticamente personal, es necesario hacer de la propia vida una vida de empresa. Un desempleado, por ejemplo, ya no será considerado «en paro»,

sino trabajando sobre sí mismo para aumentar su empleabilidad (Vásquez 2005, 91).

Los sujetos en el neoliberalismo desarrollan determinadas capacidades para asumir roles de competencia, por ello los consejos de la autoayuda tienden a moldear ideas y comportamientos, evidenciando una pérdida del poder ético y moral de los Estados. En tal sentido, los roles sociales se basan en preceptos del gerenciamiento. “Las consecuencias palpables son las condiciones de trabajo que demandan no solo un segmento del tiempo laboral, sino un compromiso total. El desgaste y la demanda de energías emocionales e intelectuales son mucho mayores” (Papalini 2013,175).

Hoy se ha establecido una forma de gobierno que ofrece libertad subordinada a la gestión empresarial. “El liberalismo plantea simplemente lo siguiente: voy a producir para ti lo que se requiera para que seas libre. Voy a procurar que tengas la libertad de ser libre. Gobernar bajo esta máxima requiere de la renuncia consecuente a cualquier medida, que pudiera ponerle cadenas a la mano invisible del mercado” (Brockling 2015, 94).

El gerenciamiento ha traído una serie de cambios en el orden de la interacción social, así tenemos que “ahora son las organizaciones las que dan a cada individuo su estatus social. El éxito social de una persona está íntimamente ligado a su profesión, es decir, a los mecanismos de orientación y de selección determinados por el aparato educativo, la empresa y la administración” (Aubert, De Gaulejac 2017, 29).

De esta forma, existen un ethos empresarial neoliberal destinado a remodelar los pensamientos de acuerdo a la iniciativa, la competitividad y el placer de asumir riesgos.

Situación que Deleuze (2006) denominó “espacio abierto”, en términos de que persigue la autorregulación de la vida. Por consiguiente “en el neoliberalismo se parte de que todos los individuos, aun los que se encuentran en las márgenes de la sociedad, tienen la capacidad de incrementar su capital humano” (Castro 2015, 53).

Esto permite a los sujetos crear un “marketing de sí mismo” adquiriendo estrategias de convivencias y conductas ideales para el mercado laboral cada vez más abrasivo y competitivo. La literatura de autoayuda en el neoliberalismo parte de una gramática destinada a la “autogestión” que reemplaza a las políticas públicas de los Estados como: la responsabilidad social, justicia social, entre otros; dando paso a lo que Gilles Lipovetsky (2002) ha denunciado como hiperindividualización del sujeto que no asume un directo compromiso social y político, formando una época narcisista, individualista y empresarial, por ello:

El Estado ya no gobierna directamente los procesos económicos, biológicos o culturales; se dedica a preservar el funcionamiento autónomo de los mercados ya existentes o a estimular la construcción de mercados allí donde no existen (v.g. en el ámbito de la salud, la educación, la atención a minusválidos y ancianos, e incluso la policía, las prisiones y el ejército), facilitando de este modo la libre circulación de los flujos de bienes y servicios a escala mundial (Vázquez 2005, 96).

El emprendedor se configura como una performatividad de actuaciones que se sujetan a un orden de saber y poder donde se disputan diversos espacios de dominación. La gramática del self emprendedor “aparece como proyecto reflexivo que se somete, solo o con el apoyo de asesores, terapeutas, *coaches* u otras autoridades, a un permanente *self-monitoring*, para ajustar, cada vez más y nuevamente, la trayectoria de su vida. Aquí las chances de la autorrealización van de la mano con los riesgos del fracaso” (Brockling 2015, 39).

Hoy habitamos un mundo determinado por los eslóganes de “tú puedes ser quién quieras ser” una invitación a crear un vida ideal, exaltando las diversas cualidades y potenciales de crecimiento individual. La autoayuda permite construir un mundo perfecto donde el individuo se convierte en su propio hacedor de vida, que podría entenderse como una solución a la problematización de cuestiones fundantes de la cotidianidad. En este sentido, “la formación encuentra su nuevo punto de anclaje. Formar a alguien, ahora, parece ser formarlo para que él mismo se forme” (Grinberg 2009: 298)

El neoliberalismo exige la liberación de la vida gracias a una gramática individual que Foucault (1990) describió como la disputa por el “saber oficial”, una relación de “juegos de verdad” sobre el aprendizaje y la adquisición de habilidades necesarias para la adaptabilidad social “así como la subjetividad es necesariamente *embodied*, encarnada en un cuerpo; también es siempre *embedded*, embebida en una cultura intersubjetiva” (Sibilia 2008, 20).

La economía neoliberal apunta a una vida social basada en la lógica de competencia empresarial, “se trata de hacer del mercado, de la competencia, y por consiguiente de la empresa, lo que podríamos llamar el poder informante de la sociedad” (Foucault 2012, 186).

El neoliberalismo busca que los sujetos se encuadren en una condición de vulnerabilidad frente al poder económico empresarial, y para enfrentar esta desventaja

deben desplegar una serie de mecanismos de protección, muchos de ellos, provenientes de la autoayuda. Así tenemos el principio de ser “empresario de sí mismo”, basado en el emprendimiento para estar comprometido con los intereses empresariales. Esta utilidad y compromiso se mimetizan con la consecución de logros personales y profesionales.

Para consolidar esta idea se necesita ciertas habilidades personales, dado que un sujeto desprovisto de “competencias” carecerá de *capitales* necesarios para “entrar a jugar” en los *campos laborables* (Bourdieu, Wacquant, 2005). Por ello, el discurso del emprendimiento posee una gramática de éxito.

Cualquier interrogante planteado a la noción de felicidad debe escrutar, fundamentalmente, los itinerarios que la anuncian como destino final. Promesa, aspiración, meta; la felicidad aparece como un bien asequible. Ofrecida y explicada a través de sus causas, la dicha parece pertenecer al “territorio común” entre autores y los lectores de libros de autoayuda, forma parte de los sobrentendidos (Papalini 2015, 29).

El neoliberalismo al permitir el apareamiento de una forma de gobierno de sí mismo produce una subjetividad mediada por el ideario empresarial del emprendimiento. “En ese marco, se despliegan dispositivos disciplinarios que individualizan las multiplicidades buscando crear condiciones subjetivas, las formas de autonomía, de autorregulación y autocontrol, necesarias para gobernar” (Saidel 2016, 134).

El empoderamiento de la autogestión confluencia una “dramatización y stress. Envejecer, engordar, afearse, dormir, educar a los niños, irse de vacaciones, todo es un problema, las actividades elementales se han vuelto imposibles” (Lipovetsky 2002, 47).

La economía neoliberal exige a los sujetos un alto rendimiento laboral en el sentido de productividad, donde la reflexión y crítica, en muchos casos, no fundamenta la eficacia. Por ello, la autoayuda desempeña un papel en las formas de accionar de los sujetos, como un mecanismo de control de la subjetividad.

Los sujetos compitan en un mercado sin regulaciones, creando una ética del cuidado del sí mismo que es controlado por el poder económico gracias a la implementación de dispositivos destinados al control del sujeto que privilegian la competitividad. Por ello, “uno asuma sus riesgos como un empresario de sí mismo, que es su propio capital, su propio productor, la fuente de sus ingresos y por ende responsable de su éxito o su fracaso” (Saidel 2016, 138).

Bajo estos postulados la autoayuda opera sobre “las relaciones sociales son disueltas por un utilitarismo pernicioso que aprueba una falta de compromiso con las instituciones sociales y legitima una identidad narcisista y superficial “(Illouz 201, 13).

Dardot y Laval (2014) describe que las condiciones de subjetividad en las sociedades post industriales se encuentran atravesada por narrativas obsoletas, de ahí se exige una subjetividad moldeada por dispositivos discursivos sustentadas en miradas empresariales o de emprendimiento, creando un “neosujeto” caracterizado por la maleabilidad, docilidad e inseguridad.

El sujeto emprendedor es aquel inmerso por completo en un contexto de competencias. Los fundamentos del enfoque educativo y los estándares laborales forjan hombres preparados para competir con tal dedicación que la subjetividad de los individuos emprendedores resulta estrechamente vinculada con la actividad que desempeñan (Miranda 2017, 6).

La motivación por que los sujetos se convierten en emprendedores y gestores de su vida es la continuación de una independencia amparada en el individualismo sin intromisión del poder del Estado. Por tanto, “trabajar para empresas como si trabajaran para ellos mismos, aboliendo de este modo todo sentido de alienación e incluso cualquier distancia entre los individuales y las empresas que los emplean” (Dardot, Laval 2014, 167). La cotidianidad de los emprendedores gira sobre la idea de una exigencia personal para aumentar el rendimiento laboral y alcanzar los objetivos empresariales.

La autoayuda crea en los lectores una ilusión de gobierno propio, no en vano las idas más recurrentes son: la ambición, iniciativa, el vigor y autoestima para sobresalir en un mundo empresarial.

El sujeto empresarial, liberado de tradiciones y estructuras colectivas, es responsable de forma ilimitada. La libertad se ha convertido así en una obligación que debe ejercerse; la normatividad a la que son sometidos los sujetos contemporáneos consiste en la estimulación intensiva del rendimiento singular (Miranda 2017, 15).

A diferencia del sujeto industrial que se centraba en la producción, circulación, acumulación y consumo, el sujeto empresarial se enfoca en el trabajo exhaustivo-satisfacción-consumo y acumulación para lo cual debe tener una capacidad de autogestión.

El dispositivo de autoayuda para Dardot y Laval (2014) es la continuación de un aparato estatal de vigilancia y control destinado a conseguir un rendimiento/placer

mecanizado, es decir, el sujeto se ha objetivizado y ha perdido la capacidad de conciencia; creando una sociedad individualista, mecanizada y hedonista.

Byung-Chul Han (2012) ha desarrollado un acercamiento epistemológico sobre los cambios de paradigmas de control y poder. Sostiene que el paradigma establecido en el siglo XX fue el inmunológico, es decir, el conflicto entre un yo y un otro (externo) destinado a una sociedad disciplinaria donde la vigilancia para el cumplimiento de la ley fue estricto para evitar que el otro pueda extenderse y causar una alteración a la normalidad, Por lo consiguiente, “quien fracasa en la sociedad neoliberal del rendimiento se hace a sí mismo responsable y se avergüenza, en lugar de poner en duda a la sociedad o al sistema” (Han 2014, p, 18).

Mientras en el siglo XXI, sostiene Han, el paradigma imperante es el neurológico el enemigo ya no es el otro, sino que está dentro de uno mismo, situación que ha desembocado en una serie de enfermedades neurológicos/mentales que afecta el rendimiento laboral y con ello sentirse culpable de su fracaso.

Para desaparecer el sentimiento de culpa, Han argumenta que se debe recuperar la positividad para ser productivos, por eso el lema de hoy es “si se puede” se ha instaurado dentro de la cultura del emprendedor/auto-gestión y las metas a conseguir son: proyectos, motivaciones, iniciativas empresariales y de esta forma, “el poder capacita al yo para imponer sus decisiones sin necesidad de tener en consideración al otro” (Han 2016, 7).

La cultura del emprendedor/auto-gestión no posee límites, es un escenario donde “yo soy mi jefe” ha consolidado la auto-explotación laboral que crea una simulación de libertad que paradójicamente se convierte en la nueva cárcel del cuerpo y mente. “El sujeto del rendimiento, que se pretende libre, es en realidad un esclavo. Es un esclavo absoluto, en la medida en que sin amo alguno se explota a sí mismo de forma voluntaria. No tiene frente a sí un amo que lo obligue a trabajar” (Han 2014, p, 12).

Han argumenta que la sociedad del poder planteada por Foucault ha dado paso a una sociedad del hacer que es mucho más coercitiva debido al imperativo de que no hay límites para el hacer, esta característica procede del ámbito laboral neoliberal, situación que ha conducido a una explosión de enfermedades psíquicas.

Hoy, los libros de autoayuda, conferencias de coaching<sup>21</sup>, entre otros, se destinan a una orientación laboral y a una economía individual del éxito personal. Se ha dejado la

---

<sup>21</sup> “La palabra coaching viene del húngaro” kocsi”, una carreta especial con un sistema de suspensión más cómodo que toma el nombre de la ciudad húngara de Kocs. Este término pasó al alemán como “kutsche”,

culpa para convertirnos en sujetos insertados dentro de la responsabilidad empresarial y recomponer nuestro accionar y poner fin a los errores. “De ahí que términos como “winer” y/o “looser” hayan ganado la escena para describir, criticar o referenciar a una persona” (Grinberg 2009, 299).

La literatura de la autoayuda forma parte de una cultura organizacional basada en la gestión de recursos humanos, conformando una “ética comunicativa como el espíritu de la empresa” (Illouz 2010). Por ello, “la literatura de autoayuda acerca de la administración exitosa requiere incesantemente que uno se examine a sí mismo como si lo hiciera a través de los ojos de otro, sugiriendo así que uno adopta el punto de vista del otro para incrementar las propias posibilidades de éxito” (Illouz 2010, 121). Esta literatura se ha transformado en una forma barata de conseguir empleados comprometidos con los intereses empresariales y corporativos.

En los lugares de trabajo se hace creciente hincapié en el compromiso comunitario y psicológico, pero las tendencias económicas a largo plazo discurren en sentido contrario, hacia la atomización y la inseguridad. Tenemos, así, un modelo económico que atenúa los atributos psicológicos que, a la vez, precisa para su supervivencia. En este sentido más general e histórico, los gobiernos y los negocios han “creado los problemas que ahora están tratando de resolver (Davies 2015, 16).

En el neoliberalismo los sujetos son obligados actuar con reglas impositivas camufladas por discursos de libertad que son asumidos como propias, creando una supuesta autonomía para convertirse en un *management*, conduciendo a una nueva enajenación laboral procedente de uno mismo. “Hoy cada trabajador que se explota así mismo en su propia empresa” (Han 2014, p, 17). Con ello, se ha creado una autoproducción ilimitada para el beneficio empresarial.

Lo que se requiere del nuevo sujeto es que produzca cada vez más y goce cada vez más. La vida misma, en todos sus aspectos, se convierte en objeto de los dispositivos de rendimiento y de goce. Tal es el doble sentido de un discurso gerencial que hace del rendimiento un deber y de un discurso publicitario que hace del goce un imperativo (Dartod y Laval 2013, 360).

---

al italiano como “cocchio”, al inglés como “coach” y al español como “coche”. El Coaching transporta a las personas de un lugar a otro, es decir de donde están a donde quieren estar” (Sans 2012, 4).

Las empresas en este sistema económico se sostienen bajo una institucionalización de eficacia y competitividad, en este sentido, la autoayuda traza líneas de comportamiento para que los sujetos puedan desenvolverse de acuerdo a los intereses impuestos por las empresas.

Rose (1990) ha señalado que el éxito personal cada vez se acopla a las metas de las empresas. Por esto, la literatura de autoayuda puede ser comprendida como “un dispositivo de adecuación de la subjetividad a las exigencias actuales y como un primer recurso terapéutico para los malestares y las crisis que las nuevas condiciones de existencia producen” (Papalini 2015, 16).

Situación que ha desembocado, para Han (2012), en una sociedad que prioriza la positividad en reemplazo de la crítica, el individualismo por lo colectivo al crear sujetos competitivos y eficaces, pero tendiente a ser depresivos y fracasados “lo que enferma no es el exceso de responsabilidad e iniciativa, sino el imperativo del rendimiento, como nuevo mandato de la sociedad del trabajo tardo moderna” (Han 2012, 18-19). De esta manera, los sujetos deben emprender soluciones mediante el reacomodo de sus problemas y acciones, pero en beneficio empresarial.

Por ello, el sujeto debe constantemente reforzar la confianza en sí mismo, solo así podrá trazar una línea de mejoramiento empresarial, para lo cual despliega la calidad individual como clave para su entorno laboral “calidad se refiere a la necesidad a la que se somete el self emprendedor de comercializar de tal forma su capital humano que encuentre compradores para las habilidades y productos puestos a la venta” (Brockling 2015, 28).

### **1.5 La sociedad terapeuta y el capitalismo emocional, notas para el debate**

De acuerdo a Illouz (2010) la masificación de la literatura de autoayuda y la terapia psicológica ha significado un declive de la cultura que dio inicio a la modernidad debido, en gran parte, al abandono del sentido de comunidad, ciudadanía y política que ha dado paso a un narcisismo consumista que premia la individualidad como éxito social.

La terapia y los textos de autoayuda propician que “nos inventamos a nosotros mismos como individuos, con carencias, necesidades y deseos a ser conocidos, categorizados y controlados en pos de la libertad” (Illouz 2010, 13). Por consiguiente, la autoayuda ha permitido alejarnos de la dureza de la modernidad para llegar a una sensibilidad amigable.

El discurso terapéutico es entonces tanto un sistema de escritura de conocimiento formal, que tiene límites y reglas de escritura nítidos, es producido en organizaciones formales y es transportado a través de redes profesionales, especialmente a través de “productos de conocimiento” y un sistema cultural informal, difundido y amorfo presente en prácticas culturales corrientes y en autocomprensión (Illouz 2010, 23).

La cultura terapéutica es una invitación a la autocomprensión y al autodiagnóstico para aliviar los males psíquicos y corporales contemporáneos “[...] promueve la idea de que el ciudadano es responsable de generar sus propias oportunidades de desarrollo [...] El individuo es el responsable-culpable de su éxito o fracaso” (Ortiz 2017, 27). Las emociones, las sensibilidades y los dolores han sido agrupados como algo público y deben ser controlados mediante la medicalización de la vida tanto en la psiquis como en el cuerpo, es decir, un “capitalismo emocional”.

El capitalismo emocional es una cultura en que las prácticas y los discursos emocionales y económicos se configuran mutuamente y producen lo que considero un amplio movimiento en que el afecto se convierte en un aspecto esencial del comportamiento económico y la vida emocional -sobre todo de la clase media- sigue la lógica del intercambio y las relaciones económicas (Illouz 2007,19-20).

El capitalismo emocional aboga por un estilo de vida terapéutico enfocado en buscar soluciones rápidas y eficaces a los problemas de la vida, pretendiendo que “los modos en que la cultura del siglo XX llegó a preocuparse por la vida emocional, su etología, morfología y a desarrollar técnicas específicas-lingüísticas, científicas, interactivas para comprender y manejar las emociones” (Illouz 2007, 20-21). Esta literatura intenta crear una forma de administración del Yo empresarial como gestor único de la vida.

Nuestras personalidades, subjetividades y “relaciones” no son cuestiones privadas, si esto significa que no son objetos del poder. Por el contrario, están intensamente gobernadas. [...]. Las convenciones sociales, el escrutinio de la comunidad, las formas legales, las obligaciones familiares y los mandatos religiosos han ejercitado un intenso poder sobre el alma humana en tiempos pasados y en distintas culturas (Rose 1996, 1).

La autoayuda tiene una gran popularidad debido al desgaste social de las reglas morales y patrones culturales impuestos por los Estados, debido entre otras cosas a la globalización y la instauración del sistema neoliberal “bajo un patrocinio del discurso

terapéutico, las relaciones sociales son disueltas por un utilitarismo pernicioso que aprueba una falta de compromiso con las instituciones sociales y legitima una identidad narcisista y superficial” (Illouz 2010, 13).

La autoayuda se ha masificado como herramienta terapéutica, convirtiendo a los sujetos en sus propios terapeutas. De esta forma, estos textos se dirigen de una manera sutil y eficaz a las formas de pensar y accionar la vida de los lectores.

## **2. La industria cultural de la felicidad**

### **2.1 La industrialización de la felicidad y el éxito.**

La literatura de autoayuda ha pasado a constituirse como parte del sistema económico y cultural neoliberal, la disertación terapéutica, muchas veces, no profesional intenta garantizar el saber, el bienestar y el trabajo de los sujetos, utilizando primero la forma de manuales de publicidad y ventas de “hágalo usted mismo” destinados a mejorar las habilidades de persuasión de los vendedores; posteriormente la búsqueda de amigos, y por último la adquisición de habilidades gerenciales y la paz interior.

El éxito de esta literatura se vincula a las nuevas gramáticas que promueven el consumo cultural que dibuja nuevos gustos culturales de las masas que pueden ser reflexionadas como:

- a) Un desencanto por el conocimiento crítico.
- b) Una figura narrativa vivencial y cercana a las masas.
- c) La búsqueda de una socialidad basada en lenguajes sencillos.
- d) La estética narrativa que recae en nuevos lenguajes y escrituras que evidencian nuevos espacios del saber/verdad.

La influencia de esta literatura se extiende hacia otras ramas de las industrias culturales como las producciones audiovisuales, creando una amplia red terapéutica y de consejeros, para lo cual la utilización de un lenguaje sencillo es la clave para masificar el mercado de lectores.

La literatura de autoayuda al estar conformada por una serie de principios provenientes de las disciplinas “psico-expertas” se ha distanciado de su originalidad enfocaba en lo moral, el honor, la reputación y el éxito, y hoy se enfoca “a un consumo de masas que se encuadra en un modelo del “yo activo, expresivo y volcado hacia fuera” (Apodaka 2011, 1105). El complejo trama social de la autoayuda se estructura en torno a temas que estructuran una matriz de “psicologización egótica” de la vida social.

Los títulos de estos libros de autoayuda ofrecen una idea sobre “psicologización egótica” exceptuando títulos efectistas o metafóricos (como La vaca o ¿Quién se ha llevado mi queso? o algunos “místicos” como “El secreto”, y el “Manual del guerrero de la luz”. Los más descriptivos se ordenan en tres categorías: poder (atrévete, puedes, puedo, ser dueño, controlar, poder intuitivo, energía personal), cambio (aprender, me doy permiso, camino, reciclar, mejorar...) y estado personal final “pleno” (crecer, crecimiento personal, desarrollo personal, autorrealización, felicidad, paz interior, armonía, plenitud.

Por tanto, el código gramatical de autoayuda se orienta al éxito y felicidad “del dominio psicológico a la personalidad y se concreta sobre el mundo profesional. En este sentido dos lógicas presiden estos preceptos: una de corte expresivo y otra de perfil utilitario” (Ampudia 2010, 11).

Para Illouz (2010) gran parte de la vida emocional del siglo XX e inicio del XXI ha sido sostenido por el uso de metáforas y racionalidades sobre el control de las emociones y los sentimientos tendientes a crear conductas insertadas en una economía de mercado.

Controlar las emociones y sentimientos son propios de las sociedades donde se ha insaturado una “mercantilización de la vida”. Hoy la competencia no solo se da entre las empresas, sino a niveles micro sociales como: lo laboral, afectivo, entre otros, por ello, los sujetos tienden a crear una especie de espejismo para disimular sus emociones y sentimientos. No en vano:

Gran parte del material cultural contemporáneo nos llega en forma de consejo, admonición y recetas, y dado que en muchos lugares sociales el yo moderno es un yo que se hizo a sí mismo –recurriendo a diversos repertorios culturales para tomar un curso de acción-, es probable que la literatura de autoayuda haya jugado un rol importante en la conformación de los vocabularios públicos a través de los cuales el yo se entiende a sí mismo (Illouz 2010, 75).

Para Papalini (2015) existen etapas en la gramática de la autoayuda que conducen a su formación como industria cultural. La primera centrada en la búsqueda por alcanzar el éxito personal, característica propia de la década de los cincuentas; una segunda etapa va desde los sesentas, momento en que la cultura estadounidense denominada Mainstream empezaba un fuerte proceso de internacionalización,<sup>22</sup> y cuyo fin era la expansión del modelo económico neoliberal, enfocada en buscar la espiritualidad como guía. Por último, una etapa empresarial destinada a la formación de ejecutivos y empresarios desde los noventa.

Las dos últimas etapas tienen características que han delineado el presente de la literatura de autoayuda gracias a la presencia de una gramática espiritual-empresarial proveniente de la new age, destacándose: las técnicas de meditación, el yoga, la relajación

---

<sup>22</sup> Para el sociólogo francés Frédéric Martel, la cultura mainstream es una especie de lucha de masas basadas en las industrias del entretenimiento a escala global donde se impone la cultura estadounidense. Esta imposición también implica la aceptación de la vida estadounidense como ideal para ser replicada por el resto del mundo.

y el taichí. Los libros son una invitación a un cambio de pensamientos, por ejemplo, “has asimilado cientos de voces de un ambiente más amplio (familia, amigos, medios masivos y sociedad en general) para que te hablen desde el interior de tu mente” (Chopra 2010, 165). La justificación de los cambios espirituales con el fin de liberarnos de las cadenas que nos arrastran a una insatisfacción personal.

La autoayuda espiritualista contiene dos conceptos de felicidad. En primer lugar, el positivo, propio del *New Age* y relacionado con la energía y su poder para atraer bienestar y riqueza. El segundo y más importante, negativo. El sentido positivo se encuentra sobre todo en Deepak Chopra, que defiende que el dominio sobre uno mismo proveerá abundancia, dinero y éxito. La energía es un estímulo para el éxito. Nada es posible en ausencia de energía. La autoayuda espiritualista incurre en toda suerte de tensiones. Los mandatos contradictorios se explican por el maridaje de autores con repertorios de sentido opuestos (Béjar 2018, 11).

La espiritualidad busca una sociedad donde los sujetos puedan construir formas de sociabilidad por fuera de los sistemas políticos y éticos hegemónicos, y de esta forma ser libres para el desarrollo individual y espiritual dentro de un marco neoliberal. Para conseguir esto se necesita de una apropiación del discurso presentado como un misticismo y éxtasis hacia el cuerpo y la mente “que permite negar el orden tecnocrático, la competencia, la coerción social, la intelectualización de la vida, concibiendo nuevos principios para la convivencia” (Papalini 2015, 47).

La última etapa pretende crear un discurso de carestías emocionales, y con ello el fortalecimiento de la cultura terapéutica “Sus fundamentos abarcan desde el *management*-el *coaching* como su versión novedosa- hasta las versiones occidentalizadas del yoga, desde la psicología cognitiva hasta la filosofía” (Papalini 2015, 47).

**Tabla 1.** Etapas del género de autoayuda.

	<b>1930-1950 Surgimiento</b>	<b>1950-1970 Rebelión</b>	<b>1970-1990 Reencauzamiento</b>	<b>1990-2005 Expansión</b>
Características de los textos	Manuales de venta.	Libros de espiritualidad.	Manuales de <i>management</i> .	Biografías, autobiografías y novelas espirituales.
Objetivos	Técnicas para alcanzar el éxito.	La autoconfianza.	Desarrollar capacidades laborales.	Mejorar la cotidianidad.
Discurso legitimador	Psicología conductista	New Age	Liderazgo	Cognitivismo, <i>management</i> .
Área de acción	Trabajo	Interioridad	Inteligencia laboral.	Terapia de sanación a los

				problemas psíquicos.
Textos representativos	“Cómo ganara amigos e influir sobre las personas”	“El poder del pensamiento”	“El método Silva de control mental”.	“Los hombres son de marte, las mujeres de venus”.

**Fuente:** Papalini (2010). Elaborado por: el autor.

Hoy existe un regreso a las autobiografías de políticos, deportistas, religiosos y personas con capacidades diferentes que se convierten en inspiración para el mundo empresarial y familiar justificando el discurso “yo puedo, tú puedes” colonizado las narraciones de la autoayuda.

Las fronteras de la persona y las que distinguen a las personas entre sí constituyen el objeto de una preocupación tal que ya no se sabe “qué cosa es cada cosa” [...] Una sociedad de iniciativa individual y de liberación psíquica, en la medida en que lleva a cada uno a decidir permanentemente, alienta las prácticas de modificación de sí y, simultáneamente, crea problemas de estructuración de sí que no constituían objeto de ninguna atención en una sociedad disciplinaria (Ehrenberg 2000: 264).

La masificación de este tipo de lecturas ha dado paso a formas de sociabilización que quiebra la tradición moderna de convivencia social. El narcisismo, el individualismo y el hedonismo son categorías que si bien no son nuevas se han convertido en hegemónicas, particularmente, en occidente.

## **2.2 La cultura del narcisismo, una distinción de época**

En 1979 Christopher Lasch publica “La cultura del narcisismo” libro que constituye una crítica al sujeto inmerso dentro de una sociedad consumista, producto de una pérdida de confianza hacia los Estados y a las políticas de bienestar.

Para Lasch el narcisismo se apoderó del capitalismo bajo una forma de sospecha sobre la validez y credibilidad de los políticos y de la ciencia. Sospecha que puede entenderse como una forma de pesimismo hacia las ideologías que han sostenido a la modernidad. El narcisismo anidó una forma de autogobierno basado en la búsqueda de una felicidad y autonomía, y con ello “la guerra de todos contra todos y la búsqueda de la felicidad al punto muerto de una preocupación narcisista por el Yo” (Lasch 1991,16).

La sociedad narcisista crea un ideario de éxito económico, social y psicológico, es decir, el sujeto debe procurar tener un sentido de utilidad en la vida gracias a un compromiso consigo mismo, que convierte al otro en un competidor al que se debe ganar para ello se debe desplegar todas las herramientas, disponibles y una de ellas es la autoayuda.

Esta sociedad promulga la idea de una vida sin límites, la materialización de los deseos y placeres se convierten en necesarios, la competitividad es la clave para obtener el éxito, “vivir el momento es la pasión dominante, no para nuestros predecesores o para la posteridad” (Lasch 1991, 23).

Con la crisis del capitalismo contemporáneo apareció, nuevamente, el self y con ello la inserción de una cultura psicológica controladora de las emociones y sentimientos creando un movimiento de conciencia espiritual. “La gente de hoy no se muestra ávida de salvación personal; y no digamos ya de una época dorada anterior, sino de un sentimiento, de una ilusión momentánea de bienestar personal, de salud y seguridad psíquicas” (Lasch 1991,25).

La sociedad del narcisismo produce sujetos que necesitan de ayuda terapéutica para superar sus problemas, y por ello la figura del terapeuta es clave en la contemporaneidad que proporciona reglas para encontrar la paz interior, “la autorevelación del self y así llegar al esclarecimiento de la vida interior a través de la ayuda del plano psicológico” (Medina 2017,57).

Las crisis sociales, políticas y económicas del capitalismo han conducido a una fuerte dependencia al terapeuta y a la literatura de autoayuda que ofrecen una salida a los problemas. Para ello, la masificación de su consumo se ha consolidado como la mejor herramienta de superación personal.

Por tanto, la preocupación por el cuidado emocional, la superación personal, sexualidad, rendimiento laboral y el cuerpo esbelto son los discursos donde se afianza este tipo de lecturas ofreciendo al sujeto una salvación. “[...] se quiere tener el control de su autoestima y ser reconocido como “ganador” y no como “perdedor” (Medina 2014, 57).

Otra entrada para entender a la sociedad narcisista es la que expone Richard Sennet con una serie de libros que crítica las acciones de los sujetos para alcanzar el éxito, entre los que sobresalen: “El declive del hombre público” (1974), “La corrosión del carácter” (1998) y “La cultura del nuevo capitalismo” (2006).

En “El declive del hombre público” argumenta que desde el siglo XIX existe la presencia de una vida narcisista que ha socavado la vida pública a favor de una masificación de la intimidad, promoviendo un estilo de vida basado en la búsqueda de un refugio espiritual para escapar de la agobiante cotidianidad. “Hemos tratado de

transformar en un fin en sí mismo el hecho de estar en la intimidad, solos con nosotros mismos o con la familia y los amigos íntimos” (Sennet 2001, 16).

Para Sennet esto forma una “ideología del yo” que se alza como el último resguardo de la seguridad de los sujetos frente a una trampa amparada en los discursos de liberación que recluyen a los sujetos a una vida sumisa y controlada por esta literatura. La vida pública para los sujetos se convierte en una esfera vacía de contenidos, al vivir una especie de interioridad narcisista que busca experiencias de vida a través de este tipo de literatura que conlleva a un “embelesamiento del yo”.

De esta forma, la vida contemporánea, para Sennet, se presenta como una irrupción del narcisismo que legitima los placeres provenientes de una cultura light donde la superación personal es la priorización de la vida. Esta sociedad narcisista se caracteriza por la flexibilidad laboral a favor de los intereses corporativos. Por tanto, se justifica la creación y masificación de una cultura light para transparentar el yo, y de este modo dar paso a una cultura psicologista, hedonismo y corporativista, formando un nuevo ethos.

El ethos hedonista se expresa intentando reconciliar la distracción, el ideal, el placer y el corazón. Hoy el principio de la conducta es el goce de “las pasiones egoístas y de los vicios privados”, sin problemas de conciencia porque las “obligaciones hacia Dios” y al prójimo ya fueron sustituidas hace tiempo por las “prerrogativas del individuo soberano” (Lipovetsky, 1996, p. 53).

La consolidación de la cultura light parte de una serie de discursos mediáticos que pueden ser caracterizados por: a) espectáculos destinados a recrear a las audiencias, b) estéticas diversas para diferenciar a los sujetos, c) discursos anclados en una superficialidad donde el esfuerzo crítico es desplazado, y d) una circulación de bienes culturales y mediáticos a escala global. En “[...] nuestro mundo ya no celebra lo que nos haría libres: las artes, la Cultura con mayúscula, los valores de la razón y el argumento, la democracia y los derechos humanos. Ahora triunfa la bazofia, la televisión, la levedad y el mercado [...] Todo da igual” (Rincón 2009, 12).

Para Fredric Jameson (1991) la consolidación de un “ethos hedonista” prioriza la búsqueda de una celebridad mediática mediante un éxito comercial que tiende a desvanecer lo artístico a favor de lo comercial. La autoayuda ha desvanecido a la literatura como arte y se ha enfocado en crear una industria editorial a gran escala.

En las sociedades neoliberales al perseguir el alto rendimiento laboral los sujetos son proclives a convertirse en ansiosos, estresados y cansados. Por tanto, el culto a la

prevención se determina por dos vías: medicalización de la vida y la lectura espiritual (autoayuda). “La sociedad hedonista no denota el naufragio total de los valores éticos; no significa irresponsabilidad o nihilismo absolutos. La sociedad hedonista instituye la legitimidad de los placeres” (Medina 2017,41).

El narcisismo promueve un culto al yo que ha tenido una serie de fases que pueden ser agrupadas, según Gilles Lipovetsky (2001), en tres: del deber, del deseo y del exceso.

La primera sociedad se estableció entre 1880 a 1950 caracterizada por una serie de ideales políticos como: la disciplina, el sacrificio, la obediencia al Estado y a la familia, fue una consecuencia de los procesos sociales originados en el siglo XVII, basados en la moral cristiana protestante se apoderó de las acciones de los sujetos.

Esta sociedad justifica el imperativo disciplinar sobre el trabajo y los valores del Estado, “el deber no sólo se propagó en las actividades de la vida social; también se consolidó a través del capitalismo de consumo” (Lipovetsky 2001,27). Al crear una masificación sobre la producción de bienes a bajo costo, el consumo se ha convertido en una forma de vida gracias a la academización del marketing y la publicidad.

La sociedad del deseo, 1950-1970, se convirtió en una contraposición a la primera, el deber es remplazado por el placer, el goce y la búsqueda del individualismo como forma de vida que tiende a privatizar la vida, el ego, y el narcisismo, conformando el triunfo de una moral basada en los negocios, el dinero y la superficialidad argumentativa.

En el deseo los medios de comunicación desempeñan un papel moralizante sobre los gustos y placeres de los sujetos. Por consiguiente, la seducción sobre el consumo se convierte en la regla que las masas deben seguir “el individuo ya no se rige por los principios sacrificiales de la sociedad del deber y consigue desvincularse de la presión autoritaria. La tentación de la publicidad refuerza la expresión de la personalidad a través del consumo eufórico de las marcas” (Medina 2017, 39).

El constante bombardeo de información permite a los sujetos seleccionar un amplio abanico de ofertas procedentes de las industrias culturales y la literatura de autoayuda ocupa un lugar privilegiado convirtiéndose en una terapia para combatir la depresión, la angustia, la soledad y el fracaso.

La última sociedad, la del deseo, establece al consumo como una forma de vida y su inicio se remonta a finales de la década de los setenta y su influencia continua hasta hoy. La sociedad del exceso o hipermoderna coincide con el desarrollo y masificación de las tecnologías de la información que ha producido un debilitamiento del control y

disciplinamiento social a favor de una individualización, de esta forma el poder estatal pasa a manos del mercado “que se concentra en el liberalismo universal, en la comercialización casi general de los modos de vida, en la “explotación hasta la muerte de la razón instrumental, en la individualización vertiginosa” (Medina 2014, 63).

La figura del narcisismo contemporáneo puede ser ubicado dentro de un discurso posmoderno de autorrealización. Por ello, emerge como una imagen social que organiza de manera uniforme, unificada y dirigista que utiliza para su beneficio los discursos y valores que busca que los sujetos puedan vivir un vida simple, sin preocupaciones, disolviendo los criterios sobre lo verdadero y persigue como meta la afirmación de un sujeto libre e individual.

En la posmodernidad el sujeto se despolitiza y crea la ilusión de una libertad, es decir, cree que puede desarrollar sus estrategias de vida de manera particular, en este punto la autoayuda y el emprendimiento juegan un papel fundamental al crear estas ilusiones. Hoy el sujeto ha perdido la capacidad crítica, reflexiva convirtiéndose en un neo esclavo de esta literatura. Recordando que el saber debe estar sujeto a la rapidez y a los cambios provenientes de las políticas educativas globales que conjugan la “realización de la utopía de la absoluta autotransparencia [...] una sociedad libre es aquella en la que el hombre puede hacerse consciente de sí mismo en una esfera pública” (Vattimo 1990, 32).

La literatura de autoayuda se inscribe dentro de una lógica posmoderna gracias a los discurso del ocio que reivindica los placeres de la vida simples que “provee narraciones para conversar, re-encanta la vida del sujeto, otorga un lugar prioritario al placer corporal y proporciona modos públicos de estar juntos” (Rincón 2017, 8).

### **2.3 La economía del éxito, la industria cultural de la autoayuda**

La literatura de autoayuda es uno de los pilares económicos de la industria editorial gracias a las diversas temáticas que aborda. La seducción de esta literatura parte de su forma gramatical que mezcla un lenguaje científico, pseudocientífico, espiritual y religioso, conformado un collage textual de fácil comprensión lectora.

Un ejemplo es el libro “El arte de la felicidad” que mezcla lo espiritual del Dalai Lama con la visión científica de la neurología de Howard Cutler, la idea principal que teje este libro es “si logramos abordar los problemas con decisión y centrar nuestras energías en encontrar una solución, pueden transformarse en un desafío” (Dalai Lama y Cutler 2004, 163). De esta manera, “[...] la autoayuda abarca una creciente y amplia gama

de mercancías y prácticas cotidianas que ofrecen un rico vocabulario para el autoconocimiento y la comprensión de las relaciones interpersonales” (Golubov 2015, 204).

La autoayuda opera por dentro del individuo para que este pueda ser capaz por sí mismo de cambiar su vida, por ello despliega una serie de estrategias narrativas que empujan al lector a realizar una serie de actuaciones enfocadas a fortalecer el individualismo, la auto-reflexión, la auto-conducción, y el auto-desarrollo con la intención de convertirse en gestores emocionales de su vida.

Esta literatura abarca casi todos los aspectos de la cotidianidad desde: el tener negocios exitosos, ser un buen líder, buenos padres, exitosos amantes, superación de la muerte de un ser querido, etc. La gestión del yo, en todos los casos, ocupa un papel central en la gramática de autoayuda. Exponiendo una nueva estética de vida, otra forma de entender las dinámicas sociales que dan cabida nuevas formas de sentirse parte de un mundo lleno de ilusiones que pretenden alcanzar “una dinámica lúdica, nómada y reacia a la petrificación social (Onfray 2007, 134).

Con una fuerte influencia discursiva proveniente de la new age, en los últimos años la autoayuda ha sido asumida como terapias alternativas y complementarias a las prácticas de salud occidental y “han sido capaz de adaptarse y absorber persuasiones culturales diferentes, el discurso psicológico ha aumentado el rango de su influencia a través del siglo XX y ha llegado a organizar narrativas contemporáneas del self y de la identidad” (Illouz 2008, 155). De igual manera:

Esa nueva narrativa psicológica que admitía la posibilidad de que el yo cambiara y se autoconstituyera, pudo difundirse gracias a la “revolución del libro de bolsillo” que inició Pocket Books en 1939 y que permitió a los consumidores acceder con facilidad a libros baratos. Mediante esa revolución del libro de bolsillo, la psicología popular pudo llegar a un creciente número de personas de clase media y clase media baja. De hecho, esos libros podían comprarse en todas partes, tanto en estaciones de tren como en farmacias y kioscos, con lo que se consolidó una industria de autoayuda ya floreciente (Illouz 2007,99-100).

La literatura de autoayuda consiguió una gran popularidad debido a que los escritores se convierten en expertos y guías para mejorar la vida de los lectores ocupando, en muchos casos, un lugar que correspondía a la escuela y a los discursos científicos, el desgaste sufrido por estas instituciones ha anidado a la autoayuda como una balsa de esperanza para aquellos que han perdido la fe en los sistemas modernos.

La literatura de autoayuda combina una serie de exigencias. Primero debe ser, por definición, de carácter general, esto es,

debe utilizar un lenguaje similar al legal, que le confiere autoridad y le permita producir enunciados con estructura legal [...] En segundo lugar, si la literatura de autoayuda pretende ser una mercancía consumida de manera regular, debe variar los problemas que aborda. En tercer lugar, si aspira a dirigirse a segmentos variados del público lector, con valores y puntos de vista diferentes, debe ser amoral, esto es, debe ofrecer una perspectiva neutral acerca de los problemas que tengan relación con la sexualidad y la conducta en las relaciones sociales (Illouz 2010, 74,75).

Los textos de autoayuda al pretender crear soluciones espirituales al utilizar retóricas llenas de consignas prescriptivas tendientes a crear verdades absolutas que deben ser puestas en uso por los lectores. Las formas retóricas se dividen en:

**Tabla 2.** Retóricas de la autoayuda

<b>Voz narrativa</b>	<b>Tipo de intervención</b>	<b>Actor discursivo</b>	<b>Identidad</b>	<b>Fuente de la autoridad</b>	<b>Recurso</b>
1ª persona	Consejo	Autor-narrador	Singular, no ficcional	Competencia idónea	Pseudo-biografía, experticia, prestigio
1ª persona	Testimonio	Autor-narrador, otras voces	Singular, pretendiente no ficcional	Experiencia	Apoyo, evocación, ilustración
2ª persona	Interacción pautada	Lector-tutelado	Hipotética	Planteo del problema	Interacción. Diagnóstico, test.
2ª persona	Prescripción	Ley	Universal, impersonal	Solución	Tipificación, consignas

**Fuente:** Papalini (2010). Elaborado por: el autor.

La consolidación de estos textos se debe a una serie de conjunciones sociales, entre ellas: la liberación de los mercados capitalistas, nuevos artilugios tecnológicos y la crisis de la subjetividad, que han propiciado una levedad del pensar.

Como argumenta Omar Calabrese (1999) la literatura de autoayuda permite construir cegueras que impiden distinguir entre cultura del pensar y cultura del estar “gente que imagina la existencia de curiosas relaciones entre una sofisticada novela de vanguardia y un vulgar tebeo para muchachos” (Calabrese 1999, 11). De igual forma se

puede argumentar que “de ser culto, revolucionario, moderno, y de estar a la vanguardia, con un mínimo de esfuerzo intelectual” (Vargas Llosa 2012, 37).

Illouz (2007) plantea que estos textos se han convertido en una marca distintiva de la economía emocional, de ahí el uso de lenguajes persuasivos se destinan a controlar la gestión de las emociones que “venden significados y emociones [...] La emoción se convierte en medio de producción” (Han 2014, 70). Al encontrarse llena de códigos mandatorios que los lectores deben ejecutar la autoayuda se convierte en un discurso “imperativo y vinculante”. De acuerdo a Papalini (2013, 166) la autoayuda es mucho más que libros, ante todo, son un conjunto de bienes culturales destinados a una supuesta salvación del sujeto.

Sus principios y nociones fundamentales surgen tanto de la vulgarización del conocimiento experto de las ciencias sociales y humanas y del psicoanálisis, como del ideario de los movimientos contraculturales de los años 60. Vaciada de todo contenido impugnador, la autoayuda es una clave fundamental para un sistema social y laboral que reposa en la capacidad de resiliencia de los sujetos y su readecuación a sus cambiantes exigencias (Papalini 2013, 167).

Si los textos de autoayuda tienen un gran mercado de lectores es gracias a la falta de utopías. Meredith Haff (2012) reflexiona como que el nicho mercantil de esta literatura está conformado, especialmente, por jóvenes que necesitan recetas mágicas para vivir en sociedades desenfrenadas por el consumo, las tecnologías de la información y la presión social para ascender laboralmente.

De esta manera, “como ejercicio reflexivo, las publicaciones de autoayuda siempre parten de un procedimiento inicial de autoobservación mediante el cual se conmina a la persona para que adquiera conciencia acerca de su modo de actuar, su pensamiento, sus sentimientos y sus sensaciones corporales” (Giddens 1997, 94).

Al perseguir la felicidad y el éxito la autoayuda no se encuentra alejado de otros tipos de literatura como los cuentos de hadas que poseen, por lo general, un final feliz gracias a una gramática prometedora de una vida sin desdicha.

Este tipo de biblioterapia autorecetada es una práctica de consumo esencial entre muchas otras que conforman y producen lo que por economía llamaré el discurso de la autoayuda—el cual se articula en una amplia gama de prácticas, medios de difusión y formas de distribución, programas radiales y televisivos, películas, grupos, periódicos y revistas, blogs y páginas *web*, además de libros, grupos de apoyo, terapias, retiros, seminarios—. Es una de las mercancías más

exitosas en los circuitos de la industria cultural global que indica una tendencia dominante en el conjunto de prácticas y tecnologías culturalmente disponibles para ensamblar un yo (Golubov 2015, 205).

Sobre estos textos se pueden tener opiniones divididas y contradictorias, pero lo que no cabe duda es que hoy es uno de los sectores editoriales más importantes. “La autoayuda no se refiere solo a un repertorio de libros, sino a un conjunto de prácticas y de ideas que circulan socialmente y que son celebradas por los medios masivos” (Papalini 2013, 166).

La institucionalización de esta literatura se da gracias a su enorme capacidad de promover determinados valores y actitudes que han podido consolidarse en la esfera pública y privada de los sujetos. Históricamente la masificación de este tipo de lectura se da posterior de la Segunda Guerra Mundial, “la guerra resultó beneficioso para el negocio de los libros, porque las rápidas ventas de libros referentes a la guerra provocaron un aumento de las ventas en otros géneros” (Illouz 2014, 19). La masificación de la autoayuda fue posible gracias a la revolución del libro de bolsillo, 1939, permitiendo crear un mercado de libros a bajo costo.

El éxito comercial de la autoayuda es la consecuencia de una mercantilización basada en una retórica de salvación de la vida, una mercadotecnia de la felicidad que ha creado un mercado no solo de lectores, sino de escritores dentro de un “star power”. Illouz (2014), cita a Michael Schudson, para describir los factores del éxito de esta literatura:

- a) La recuperabilidad para poder llegar a ser accesible a un mercado de lectores,
- b) la retórica cercana a los lectores para identificarse con ella;
- c) la resonancia de una utilidad para leer;
- d) retención institucional se forma como una referencia común y aceptada por los lectores;
- e) resolución como la respuesta a los problemas.

Para comprender la producción editorial de la autoayuda se debe ubicarla dentro de un circuito comercial, colocando como una mercadería que hay que producir en grandes tirajes para encontrar una recepción amplia. Para obtener éxito comercial se debe conjugar un escritor carismático que otorgue un prestigio a la producción y un ejército de lectores para “evangelizar”.

Entre los escritores, más representativos, comparten ciertos rasgos relativos a su formación académica: médicos y psicólogos sobresalen; sus obras se encuadran en

colecciones editoriales de tono similar y varios de ellos son prolíficos en materia de escritura. En venta tenemos que en el contexto anglosajón sobresalen:

**Tabla 3.** Líderes en ventas de libros de autoayuda anglosajona.

<b>Autor</b>	<b>Libros principales</b>	<b>Ideas</b>
Deepack Chopra	La receta de la felicidad. El alma del liderazgo. Las 7 leyes espirituales del éxito. Conocer a Dios.	Pensamiento positivo.
Ronda Byrne	El Secreto.	Puedes atraer lo que desees con el pensamiento.
Jack Canfield	Sopa de pollo para el alma.	Renovación espiritual.
Stephen Covey	Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva.	Hábitos para desarrollar las potencialidades espirituales, sociales y laborales.
Waybe Dyer	Tus Zonas Erróneas.	Conocimiento interior.
John Maxwell	Las 21 Leyes irrefutables del liderazgo.	Liderazgo.
Brian Tracy	Máxima Eficacia.	Gestión de tiempo y eficacia.
Robert Kiyosaki	Padre Rico, Padre Pobre.	Prosperidad, éxito y abundancia.

**Elaboración propia.**

Entre los escritores de lengua española destacan:

**Tabla 4.** Líderes en ventas de libros de autoayuda española:

<b>Autor</b>	<b>Libros principales</b>	<b>Ideas</b>
Paulo Coelho	Once minutos El vencedor está solo El vencedor está solo Aleph El manual de guerrero de la luz	Autoayuda y novela reflexiva.
Walter Riso	¿Amar o depender? Amores altamente peligrosos Pensar Bien, Sentirse Bien	Autoestima y felicidad.
Cuauhtémoc Sánchez	Juventud en éxtasis Conflictos, creencias y sueños Ser feliz es la meta	Motivacional y superación personal.
Jorge Bucay	Rumbo a una vida mejor Rumbo a una vida mejor	Psicología motivacional.

	Las 3 preguntas. ¿Quién soy? ¿Adónde voy? ¿Con quién?	
Carmen Serrat	Tú puedes aprender a ser feliz	Espiritualidad.

Elaboración propia.

En la gramática de autoayuda se puede apreciar diferencias entre la inglesa y la española; los primeros destinan una escritura a la búsqueda del éxito empresarial y familiar, dentro de una ética protestante; mientras los libros en español persiguen una solución espiritual para encontrar “paz interior” basada en el romanticismo.

La mayoría de los escritores anglosajones e hispanoamericanos no se han dedicado exclusivamente a la escritura, tienen programas de televisión, son docentes universitarios, directores de centros de salud, entre otras actividades. Sobre ellos recaen una industria cultural convirtiéndose en una especie de “Rey Midas”, sus nombres son sinónimos de ventas millonarias y muchos se han transformado en estrellas mediáticas, un ejemplo es Paulo Coelho que según datos de <http://www.publishingtrends.com> posee 41 millones de seguidores entre Facebook y Twitter.

En cuanto a la facturación de esta literatura no existen datos actualizados (2017) y no se segmentan a un país o región en particular, para este año se vendieron 9.937.000 de ejemplares<sup>23</sup> de un total de ventas a nivel mundial de la industria editorial de 122.000 millones de euros.<sup>24</sup> La Agencia ISBN en 2017 inscribió 2.690 libros sobre esta temática que representa un aumento del 2,6 % en relación a los diez años anteriores.

En América Latina “El libro en cifras Boletín estadístico del libro en Iberoamérica, 2017” editado por Centro Regional para el fomento del libro en América Latina y el Caribe, proporciona datos consolidados sobre la producción editorial en general, registrando 189.857 títulos.

Ecuador no posee cifras sobre la venta de este tipo de literatura y pueden ser agrupados, siguiendo al informe de la Cámara del Libro del Ecuador (2018), en dos sectores editoriales: interés general y religioso que registran 2.371 producciones.

Diario el Universo en la nota publicada bajo el título “Los 10 temas más analizados del 2017” del 31 de diciembre de 2017, resalta los libros más vendidos en Ecuador para lo cual toma como referencia tres de las principales librerías del país.

<sup>23</sup> Federación de Gremios de Editores de España (FGEE)

<sup>24</sup> CERLALC, Centro Regional para el fomento del libro en América Latina y el Caribe.

**Tabla 5.** Los libros más vendidos en Ecuador.

<b>Mr. Books y Librimundi</b>	<b>Librería Rayuela</b>
Más allá del invierno (Isabel Allende)	Autobiografía no autorizada (Mónica Varea)
Cuento de buenas noches para niñas rebeldes (Elena Favilli)	A la sombra del magnolio (Benjamín Ortiz)
Origen (Dan Brown)	El feriado petrolero (Fernando Villavicencio)
Uno siempre cambia al amor de su vida (Amalia Andrade)	El séptimo Rafael (Mónica Almeida y Ana Karina López)
Inteligencia emocional (Daniel Goleman)	Los viajeros de las gemas sagradas (Josette Burgaen)
Amor a cuatro estaciones (Nacarid Portal Arráez)	El sabio ignorado (Francisco Febres Cordero)
Por trece razones (Jay Asher)	Faltas ortográficas (Eduardo Varas)
El laberinto de todos los espíritus (Carlos Ruiz Zafón)	Humo (Gabriela Alemán)
Tres veces tú (Federico Moccia)	Prohibido olvidar... meee (Xavier Bonilla)
El séptimo Rafael (Mónica Almeida y Ana Karina López)	Un marciano en la oreja (Isabel Jijón)

Fuente diario El Universo. Elaboración propia.

### **3. Sobre los datos y otras cosas más**

#### **3.1 Inicio**

La literatura de autoayuda no puede pasar desapercibida dentro del campo académico sobre ella se ha constituido en un acercamiento a la lectura que, en primera instancia, resultaría algo muy apreciado, más aún en Ecuador donde el nivel de lectura es muy bajo en comparación a los países de la región<sup>25</sup>. Al recorrer las librerías de Quito, o por lo menos las más grandes, o los sitios donde venden copias encuadernadas se encuentran llenas de este tipo de literatura.

Con la llegada de las políticas neoliberales la educación ha emprendido una reestructuración metodológica sobre los procesos de enseñanza aprendizaje, y quizás las más importantes sean una modernización tecnológica y la instauración de lecturas más sencillas que buscan un compromiso con las diversas situaciones económicas y políticas derivadas del neoliberalismo.

Por ello, la utilización de este tipo de lectura se enfoca en crear mentes ocupadas, pero no ilustradas. Por tanto, los procesos de enseñanza y aprendizaje se construyen bajo la mirada de nuevos requerimientos basados en el trabajo empresarial y del emprendimiento mercantil-capitalista, como ideario perfecto para el futuro.

Además, el sistema de educación neoliberal produce formas de vivir al crear imaginarios sobre las relaciones sociales que forman un tipo de comprensión del mundo, y con ello una subjetividad moldeada bajo el amparo de la idea de la competencia como forma de éxito en una lógica empresarial. En las sociedades capitalistas la exigencia de convertirse en emprendedor del sí convierte a la educación en una “razón instrumental” que estructura y organiza la vida mediante reglas gubernamentales de conducta.

Al convertirse en una “razón instrumental” la educación se enfoca a la formación de emprendedores capaces de crear la idea de convertirse en un empresario exitoso y ser jefe de su tiempo, para esto se despliegan una serie de discursos que se encuentran inmersos dentro de la literatura de autoayuda, donde el uso de palabras como: competitividad, planificación, resultados, prosperidad, éxito, entre otras, seducen a los

---

<sup>25</sup> Datos del Centro Regional para el Fomento del Libro en América Latina la población lectora del Ecuador es del 43% y el de la región es del 77%. Las cifras del Instituto Estadísticas y Censos son más preocupantes 27% de los ecuatorianos no tiene hábito de lectura.

lectores que encuentran en esta literatura herramientas útiles para concretar sus aspiraciones.

La educación (secundaria y universitaria) parece haber sucumbido a los embates neoliberales, por más que se intente hacer políticas públicas que priorice la crítica, reflexión y productividad la literatura de autoayuda gana espacio, gracias a su capacidad de crear narraciones donde “la técnica de poder neoliberal explota una subjetividad libre” (Han 2014, 71).

Introducirse en una investigación sobre esta temática y alejándose, de las metodologías de análisis de discurso requiere en principio, de un capital cultural, en términos propuesto por Pierre Bourdieu, para poder comprender la apropiación de este tipo de lectura por parte de los estudiantes. La crítica lingüística, en estos casos, no alcanza para llegar a conversar con los jóvenes que buscan en estos textos la solución a sus problemas, y así encontrar la felicidad y el éxito. La reflexión sobre el discurso de autoayuda recae en tres categorías: la experiencia (desde donde se mira) las estructuras del sentir (por que leer) y los sentidos (que provoca esta lectura). Parafraseando a Rincón (2017) la autoayuda se enfoca en una relación de juegos que se establecen a partir de:

<b>Tiempo</b>	<b>Acción</b>	<b>Celebración</b>	<b>Tono</b>	<b>Experiencia</b>
<b>Ocio</b>	<b>Juego</b>	<b>Fiesta</b>	<b>Placer</b>	<b>Frivialidad</b>
Entretenimiento Pasamiento	Distracción Diversión Recreación	Espectáculo Risa Animación	Deleite Derroche	Alegría Amenidad Regocijo

Fuente Rincón (2007), elaboración propia.

Para tener “contacto” con los estudiantes lectores de autoayuda, es necesario un punto de encuentro, y la lectura de libros de autoayuda por parte del investigador fue determinante para este fin, entre el “coctel” de libros<sup>26</sup>, escogidos, de manera aleatoria constan:

Tus zonas erróneas, de Wayne Dyer

Los cinco lenguajes del amor, de Gary Chapman

Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva, de Stephen Covey

Once minutos, de Paulo Coelho

El Zahir, de Paulo Coelho

<sup>26</sup> La lectura de algunos libros, fue reducida a capítulos por la premura del tiempo y por la redundancia de la escritura presente.

Juventud en éxtasis, de Carlos Cuauhtémoc Sánchez

Dirigentes del mundo futuro, de Carlos Cuauhtémoc Sánchez

La primera impresión al conversar con el grupo de estudiantes, que accedió de manera voluntaria, es que para ellos la autoayuda no son solo libros, son referentes de vida evidenciando que la autoayuda se separa de cualquier otro producto cultural, dado a que representan consejos y enseñanzas, muchas veces, por fuera de la familia o del sistema educativo. Los consejos presentes en los libros ayudan tienden a moldear sus comportamientos sociales, afectivos y emocionales.

Para Cristina, estudiante de 21 años, los libros de autoayuda le han brindado consejos para ser mejor persona y superar muchos problemas que ha tenido, como la falta de comunicación con sus padres y hermanos, “cuando leí a Chopra puse en práctica sus consejos y con ellos puede lograr conversar con mis padres”. Consecuentemente, la autoayuda desempeña el papel de terapia por fuera del discurso científico de la psicología, configurándose el poder neoliberal de que cada uno es responsable de su vida.

En el grupo de estudiantes el más respetable escritor es Paulo Coelho. El respeto que ejerce este escritor se debe a que “trasmiten mensajes positivos para mejorar la vida, no usa palabras difíciles de entender y recordar” dice José, estudiante de 20 años.

Este tipo de lectura genera una estimulación para la productividad destinada a crear un “management emocional” que utiliza más la emocionalidad y motivacional que la racionalidad, por ello la presencia de la autoayuda en los corredores universitarios se ha instalado como un mecanismo de enajenación del espíritu crítico, recordando que hoy el sistema laboral empresarial necesita de “obreros titulados y cualificados” que rindan en el mercado corporativo.

En este sentido, Coelho parece haberse convertido en obligatoriedad en la educación, particularmente secundaria y universitaria, “desde el colegio nos obligan a leer no solo a Coelho, también a Sánchez” cuenta Luis de 18 años. Para Rosa, de 23 años, “Coelho era más importante que la historia”. La lectura obligada o personal de cualquier escritor de autoayuda puede entenderse como la búsqueda de sueños, personales o salidas a las agobiantes situaciones que atraviesan los sujetos en la cotidianidad.

Es un libro simple, no se necesita usar diccionario, no tiene palabras que se desconoce [...] una cuestión que viene inmediatamente ligada: a las recomendaciones que encuadran el uso del libro, de la misma manera que lo hacen las interpretaciones de los lectores, enfatizan la importancia de los libros en la experiencia vital (Semán 2007, 139).

Para muchos de los entrevistados el éxito de la autoayuda es que relata un testimonio de alguien que sabe lo que escribe, una escritura cercana y de fácil apropiación, “no es complicada como es el estructuralismo o los de Frankfurt”, “ayudan en la vida, dan consejos y no son aburridos” son algunos comentarios de los estudiantes.

Esto puede ser un síntoma del desgaste de la autoridad estatal y familiar a favor de una sociedad que privilegia la rentabilidad y el emprendimiento. De este modo, “la escuela pierde su centralidad y legitimidad como única fuente autorizada de saber formal; se ve fuertemente desafiada por las industrias culturales y los medios de comunicación” (Reguillo 2007, 93).

La literatura de autoayuda se ubica dentro del espacio por la disputa del discurso educativo válido. “[...] el poder del discurso no está en el discurso, sino en el proceso mediante el cual un sujeto se apropia de las propiedades de una institución o de una posición de enunciación privilegiada y desde ese lugar de privilegio reviste su discurso de un efecto de autoridad no sospechoso” (Reguillo 2007, 97).

Al ser asumida como un discurso válido la autoayuda provoca en los lectores una carga emocional fuerte, formando un pacto implícito, de ahí su defensa como algo útil y válido. “Sus consejos son muy buenos y prácticos, no sé porque dicen que son malos” dice Roberto, estudiante de cuarto semestre.

Los discursos de la autoayuda, y siguiendo los criterios expuestos por Vanina Canavire (2013 10), se cimientan en tres puntos concretos. El primero en una legitimidad discursiva sustentada en la “psicología”. El segundo punto es el discurso terapéutico que permite concretar la legitimidad psicológica tendiente a provocar sensibilidades en los lectores. Por último, la narrativa de la autoayuda pretende convertir al lector en un sujeto de doble variante, en paciente y en un consumidor “como alguien que necesita ser cuidado y que puede, si se lo ayuda, poseer el control sobre sus acciones” (Canavire 2013, 11).

En tiempos de crisis estos libros parecen convertirse en una fuente no solo de consejos, sino de “salvavidas”, cumpliendo la función de “estrategias sanadoras” para soportar las crisis. “Choprak funcionó para mí cuando murió un amigo cercano, no encontraba explicaciones por su muerte, los libros de Choprka permitieron que entendiera a la muerte como un proceso normal de la vida” Diego, estudiante de 21 años. Situación que Papalini denomina como “biblioterapia” (2008).

Estos textos como denomina Reguillo (2007) son una especie de “decálogos para el buen vivir” necesarios para sus lectores que, no obstante, son direcciones para se preparen para poder desenvolverse dentro de un escenario social neoliberal, al proponer una autoexplotación voluntaria de los sujetos en los ámbitos cotidianos por medio de la retórica de la “auto-transformación”, “entrega personal”, entre otras.

A partir de esta situación la literatura de autoayuda cumple la función de guías de actuación, siendo una de las partes más apreciadas por los lectores “estos libros me ayudan a comprender la vida y de esta forma apreciarla”, Manuel estudiante de segundo semestre. Es decir, crean un discurso de “hacer y hacer-hacer sobre sí”.

Sin duda, muchos de los escritores de autoayuda crean espacios ideales de vida, una especie de refugio o escape para diseñar nuevas formas de actuación, momento donde se configura un escenario perfecto de consolidación simbólica del neoliberalismo como: ser una persona autónoma, libre y con capacidad de tomar sus mejores alternativas de vida. En tal sentido:

Los libros de autoayuda, lejos de promover el alejamiento de la realidad, insertan al lector en ella de una manera diferente: lo animan a retomar las riendas de su vida y afrontar sus tragedias íntimas. Ahora bien, los textos extienden su dominio más allá de la esfera del pensamiento: explicitan pautas que se insertan en el terreno de la conducta individual. Por lo tanto, la apropiación lectora implica poner en práctica los enunciados del libro: consiste en un hacer-hacer sobre sí. Se trata, pues, de ejercer una acción sobre sí mismo, técnicas del sí que apuntan a reparar los sentimientos deteriorados, rearmar lo fragmentado, reconstruir lo hecho trizas (Canavire (2013 11).

La lectura de autoayuda para sus lectores es un aprendizaje, aunque pueden compartir espacios con otro tipo de literatura “no me incomoda leer que se llevó mi queso, con Foucault, los dos sirven para algo”, Juan, estudiante de sexto semestre.

Los textos de autoayuda han formado parte de los libros de los estudiantes de la carrera de Comunicación Social no como anexo a sus estudios, sino que se encuentran inscritos en ciertas asignaturas y comparten espacio con libros de comunicación, emprendimiento, filosofía, liderazgo, entre otros.

### **3. 2 De los datos**

Bajo esta situación “los intelectuales críticos, independientemente de su nacionalidad, son empujados al silencio y la inutilidad: por ejemplo, Sontag, Chomsky,

Said y otros más son invalidados a priori y expulsados por una geopolítica neoliberal que los utiliza como nota de pie de página” (Reguillo 2007, 99). En una muestra de 90 encuestados el porcentaje de conocimiento sobre esta literatura dentro de los estudiantes de comunicación es elevado:

**Tabla 6.** ¿Conoce este tipo de literatura?

<b>Variables</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Sí	80,0	72
No	20,0	18
Total	100,0	90

**Fuente:** Encuesta a estudiantes de Comunicación Social.

**Elaborado por:** El autor

De la muestra presentada la mayor parte afirma conocer a este tipo de literatura de los cuales 52 personas indican haber leído algún libro que hace referencia a la autoayuda, mientras que 38 personas correspondiente al 42,2% revelan que no ha leído ningún libro de esta literatura.

Sin duda, son diferentes momentos y lugares los que han influenciado a los estudiantes a la lectura de la autoayuda; la mayor parte de ellos los leyó en algún momento de su vida especialmente luego de una ruptura amorosa. José de 24 años afirma que “Sánchez y Coelho llegaron a su vida luego de terminar con su novia; primero por curiosidad y luego porque encontró en estos libros fórmulas para olvidar a su ex pareja y poder recobrar su efectividad estudiantil.

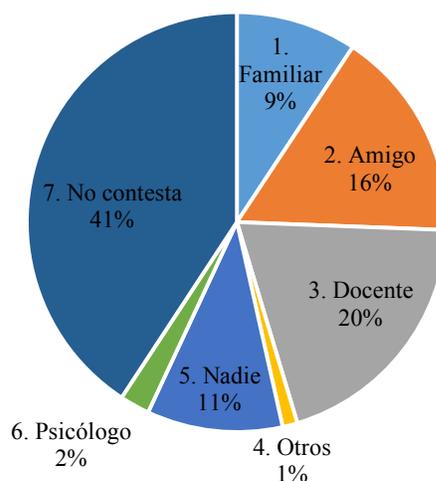
El estado de ánimo es uno de los factores más importantes para que los estudiantes decidan leer este tipo de literatura. El 10% de los encuestados leyeron algún libro de autoayuda porque necesitaba superar problemas personales y familiares, mientras otros escogieron este tipo de literatura para buscar una salida para enfrentar diferentes aspectos de sus cotidianidades.

No obstante, también hay estudiantes que en su momento se vieron obligados a leer por algún profesor de la secundaria o de universidad, la influencia de los psicólogos ha sido determinante para avocarse a este tipo de lectura.

En la pregunta ¿Quién le aconsejó leer este tipo de literatura? la mayor parte de estudiantes prefirieron no contestarla. Sin embargo, Martha de 18 años mencionó que por

miedo a perder puntos en alguna materia, “estos libros son enviados a leer por que los profesores obligan, especialmente en el colegio”.

¿Quién le aconsejó leer este tipo de literatura?



**Figura 1.** ¿Quién le aconsejó leer la literatura de autoayuda?

**Fuente:** Encuesta a estudiantes de Comunicación Social.

**Elaborado por:** El autor

Al indicar cuál o cuáles fueron las personas que recomendaron leer estos libros, familiares, docentes, amigos o psicólogos, sobresalen. La pregunta ¿Esta literatura realmente tienen algún aporte académico? En ciertas materias la autoayuda puede encajarse con los objetivos de las asignaturas, pero de acuerdo a los resultados hay materias como: Metodología de la Investigación y Lenguaje Comunicación dónde se induce a los estudiantes a este tipo de textos. Aunque hay un porcentaje de estudiantes que manifestaron no haber leído este tipo de lectura en ninguna asignatura.

**Tabla 7.** Asignatura en la que se leyó este tipo de literatura

Variables	Frecuencia	Porcentaje
No contesta	33	36,7
Lenguaje	4	4,4
Emprendimiento	1	1,1
Teoría Social	1	1,1
Metodología de la investigación	6	6,7
Ninguna	45	50,0
Total	90	100,0

**Fuente:** Encuesta a estudiantes de Comunicación Social.

**Elaborado por:** El autor

Sin embargo, no se puede desestimar que muchos estudiantes confunden la autoayuda con novelas y ensayos. Para Pilar de 22 años “A Sangre fría era una novela de autoayuda porque atraparon a los criminales”. Para Sebastián de 20 años “El diario de un seductor era para enamorar”. Mientras Sandra de 24 años el “Arte de Amar era una novela que enseñaba a como amar de verdad y superar las decepciones amorosas”.

También se consultó sobre los autores más leídos, el brasileño Paulo Coelho y sus obras: “Verónica decide morir”, “Brida”, “Once Minutos”, “A orillas del río me eché y lloré”, entre otras, es el más conocido. Asimismo, Walter Riso han sido objeto de lectura, entre los que se encuentran: “Desojando margaritas”, “Amores altamente peligrosos”, “Enamórate de ti”, “Amar o depender”. Hay otros autores entre los que se encuentran:

**Tabla 8.** Autores y obras citadas.

<b>Autor</b>	<b>Obra</b>
Carlos Cuauhtémoc Sánchez	Volar sobre el pantano, Un grito desesperado, Juventud en éxtasis, Sangre de campeón,
Daniel Goleman	Inteligencia emocional
Napoleón Hill	Piense y hágase rico
Wayne Dyer	Tus zonas erróneas
Agustín Grau.	La fórmula del éxito
Robin S. Sharma	El monje que vendió su Ferrari
Spencer Johnson	¿Quién se ha llevado mi queso?
Stephen Covey	Los siete hábitos de la gente altamente efectiva

**Fuente:** Encuesta a estudiantes de Comunicación Social.

**Elaborado por:** El autor

Se ha hecho mención de una infalible obra como es “La culpa es de la vaca” de Jaime Lopera Gutiérrez y Marta Inés Bernal Trujillo.

**Tabla 9.** ¿Cambiaría este tipo de literatura?

<b>Variable</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Sí	41	45,6
No	11	12,2
No contesta	38	42,2
Total	90	100,0

**Fuente:** Encuesta a estudiantes de Comunicación Social.

**Elaborado por:** El autor

La literatura de autoayuda forma parte como herramienta de apoyo para ciertas personas que buscaban realizar cambios en su vida, una razón para salir adelante o también la curiosidad ha influido para leer esta literatura.

En este sentido, el 45,6% de los encuestados afirmó que cambiaría y que lo ha hecho a este tipo de literatura por una más útil, pues no ha sido de ayuda para su formación académica y personal, muchos han encontrado en ella una lectura rápida y sin argumentos, sin enriquecerse intelectualmente e inclusive llegado a afirmar que el contenido de estos libros “no ayudan a cambiar un estado de ánimo” ni “produce interés”.

### **Cierre**

La industria editorial de la autoayuda goza de un buen estado financiero gracias a popularidad entre los lectores. Desde la mercadotecnia puede ser reflexionada como un éxito comercial, incluso las ventas no se equiparán con ningún otro tipo de literatura, esto se debe a que no se vende un libro, sino esperanzas e ideales para encontrar soluciones a las diversas problemáticas de la vida, tratando de suavizar los malestares psíquicos y físicos que atormentan a los sujetos en tiempos neoliberales.

Esta literatura posee mecanismos discursivos que intentan crear espejismos de transformación de la vida, dejando en el pasado a un Yo “perdedor” o “enfermo espiritual” por un Yo “fuerte”, productivo, sin debilidades para afrontar los dilemas familiares, laborales, entre otros, que a diferencia de las “tecnologías del yo” busca un autoconocimiento del yo, la autoayuda tiende a “pacificar” al sujeto para afrontar los dilemas cotidianos sin que las tensiones se apoderen de las decisiones que se deben tomar para solucionar los problemas de la vida; sumergiendo a lector en un espejismo de tranquilidad, y con ello los cambios solo operan en un nivel insuficiente, superficiales y efímeros.

La insuficiente crítica que provoca esta literatura puede desembocar en una farmacología de la psiquis, que aprovecha la ansiedad del sujeto al no poder alcanzar las soluciones de la vida, es decir, nos encontramos frente a una crisis de la subjetividad. Por ello, y como lo sostiene Papalini “los libros de autoayuda ofrecen una versión consoladora del transcurrir del mundo” (2005, 329).

Socialmente este tipo de lectura intenta sustentar sus narrativas bajo la idea de autonomía y libertad de los sujetos para que puedan actuar dentro de una economía

neoliberal, que en primera instancia puede entenderse como un mecanismo de libre elección, y con ello los sujetos puedan cambiar su vida por medio de una auto-modificación de sus ideales que escapan a las reglas morales determinadas por el Estado, la familia o las amistades.

La autoayuda promueve una forma de adaptación al modelo de vida insertados en el neoliberalismo disimulando los malestares que provoca este sistema político y económico, e introduciendo a los sujetos a un consumismo y narcisismo como símbolos de éxito, categorías que forman parte de una explotación (auto-explotación) laboral y afectiva de los sujetos.

La libertad y autonomía que promueve esta literatura evidencia la justificación de la auto-explotación del sujeto como el único camino al éxito y la felicidad en la vida. Desde la Teoría Crítica, de manera particular Adorno y Horkheimer, la autoayuda permite crear una enajenación sobre los lectores que son conducidos a una simplificación de las formas de afrontar los dilemas de la vida; evitando la densidad discursiva. En la literatura de autoayuda expresa en los lectores un autorreflexión del Yo, poniendo en práctica los consejos escritos para su experimentación, de esta forma la autoayuda se convierte en técnicas de aprendizaje.

Con estas técnicas los sujetos intentan crear un supuesto ideal de autenticidad para sobrevivir dentro del consumismo y narcisismo que propone el neoliberalismo. Con el gerenciamiento los sujetos construyen sus proyectos de vida trazados por el neoliberalismo al resquebrajar el poder de los Estados al momento de dictar normas éticas de convivencia social; incluso el poder de estos discursos como reguladores de las conductas han sido desplazados por discursos terapéuticos enfocados al acceso a la creación de conductas individualistas.

La justificación donde se cimienta la lectura de autoayuda, es que los sujetos obtienen una descentralización y autonomía y con ello la posibilidad de una descentralización en la toma de decisiones en los contextos neoliberales.

En el modelo civilizatorio que propone el neoliberalismo de la libertad y autonomía también se incorpora la flexibilidad no solo dentro del mercado laboral, sino, en casi todas, las esferas sociales, llegando a que los sujetos se puedan auto-vigilar y castigar por el bajo rendimiento y por los fracasos que se tienen en la vida, haciéndose responsables de sus fracasos y con ello la inexistencia del Estado; y como lo manifestó Baruj Spinoza, citado por Papalini (20015) asistimos a un tiempo de “pasiones tristes”

que no solo provoca iras, lágrimas, desencanto del mundo, y frente a este escenario lúgubre la literatura de autoayuda florece como respuesta y contraofensiva a los malestares contemporáneos. La literatura de autoayuda se ha convertido en la nueva “fábrica social” de vida.

Por consiguiente, esta literatura es un reflejo de lo que Alessandro Baricco (2008) sostiene sobre la existencia de dos tipos de literatura, y que metafóricamente hace alusión a “la yema y la clara”, es decir, una “literatura de calidad” y una “literatura industrial”.

Los discursos presentes en la autoayuda son apropiados por los lectores desde sus experiencias de vida, de las estructuras del sentir, es decir, la forma de apropiarse de estos discursos, y por los sentidos que brindan a los lectores, gracias a una redacción seductora y emotiva que expresa, en muchos casos, un discurso autorreferencial y una promesa permanente de felicidad.

Pero esta literatura no puede ser solamente atacada por creerla como una herramienta del neoliberalismo para control de manera sutil a los lectores, quizás un punto a su favor es que molesta al poder académico dado a que representa una contrariedad para el desarrollo, a lo civilizado, al progreso e ilustración; pero estas situaciones deberían ser asumidas como un reto por la academia para reflexionar a la literatura de autoayuda como un dispositivo de control de la subjetividad contemporánea y no quedarse en la esfera de la literatura como tal, sino desplegarse hacia las Ciencias Sociales, en particular a la comunicación.

## **Bibliografía**

Agamben, Giorgio. ¿Qué es un dispositivo? *Revista Sociológica*, año 26, número 73, pp. 249-264. (2011).

Ampudia de Haro, Fernando. El logro del éxito: la dimensión social de la literatura de autoayuda. *Revista Española de Sociología* n° 13 (2010) pp. 11-30. [en línea]. <https://recyt.fecyt.es/index.php/res/article/view/65163/0>. (2010).

Ampudia de Haro, Fernando. La duda de Norbert Elias: ampliaciones en la teoría del proceso civilizatorio. *Revista Política y Sociedad*, 2008, Vol. 45 Núm. 3: 177-197. (2008).

Ampudia de Haro, Fernando. Administrar el yo: literatura de autoayuda y gestión del comportamiento y los afectos. *Revista Española de Sociología*, N° 113, pp. 49-72 [en línea]. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/1993709.pdf>. (2006).

Apodaka, Eduardo. La autoayuda y el consumo de dispositivos psíquicos en el caso de la innovación. Revista ARBOR Ciencia, Pensamiento y Cultura Vol. 187 - 752 noviembre-diciembre 1103-1118. (2011)

Arfuch, Leonor. El espacio biográfico. Dilemas de la subjetividad contemporánea. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica. (2002).

Aubert, Nicole, de Gaulejac Vincent. El coste de la excelencia: ¿del caos a la lógica o de la lógica al caos? Madrid: Ediciones Paidós. (1993).

Baricco, Alessandro. Los bárbaros. Barcelona: Ediciones Anagrama. (2008).

Bourdieu, Pierre, Wacquant, Loïc. Una invitación a la sociología reflexiva. México: Siglo Veintiuno Editores. (2005).

Brockling, Ulrich, El self emprendedor. Santiago de Chile: Ediciones Universidad Alberto Hurtado. (2015).

Calabrese, Omar. La era neobarraca. Madrid: Cátedra. (1999).

Canavire, Vanina. Del diván y la lectura: a propósito de los libros de autoayuda como soportes terapéuticos. Revista Razón y Palabra. Número 85 2013 [en línea]. Recuperado de [http://www.razonypalabra.org.mx/N/N85/V85/11\\_Canavire\\_V85.pdf](http://www.razonypalabra.org.mx/N/N85/V85/11_Canavire_V85.pdf). (2019).

Carnegie, Dale. Como ganar amigos e influir sobre las personas. Madrid: ELIPSE. (2008).

Castro-Gómez, Santiago. Historia de la gubernamentalidad. Razón de Estado, liberalismo y neoliberalismo en Michel Foucault. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana – Siglo del Hombre – Universidad Santo Tomás. (2010).

Chopra, Deepak. Reinventa tu cuerpo, resucita tu alma. (Cómo crear un nuevo yo). Madrid: Santillana. (2010).

Davies, William. La Industria de la felicidad. Cómo el gobierno y las grandes empresas nos vendieron el bienestar. Barcelona: Malpaso Ediciones. (2016).

Deleuze, Gilles. “Post-scriptum sobre las sociedades de control”. Revista Polis, número, 13 | Recuperado de <http://journals.openedition.org/polis/5509>. (2006).

Díaz, Esther. Posmodernidad. Buenos Aires: Editorial Biblos. (2009).

Energici, Alejandra. Propuesta metodológica para un estudio de gubernamentalidad: Los procesos de subjetivación y los mecanismos de regulación poblacional como ejes de análisis para su abordaje empírico. Revista Psicoperspectivas, número 72 [en línea]. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=171046557004>. (2016).

Ehrenberg, Alain. La fatiga de ser uno mismo. Depresión y Sociedad. Buenos Aires: Nueva Visión. (2000).

- Foucault, Michel. La Hermenéutica del Sujeto: Curso en el Collège de France. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica de Argentina. (2006).
- Foucault, Michel. La vida de los hombres infames, Ed. Altamira: Buenos Aires. (1994).
- Foucault, Michel. Tecnologías del yo y otros textos afines. Barcelona: Paidós. (1900).
- Dalai Lama, Howard Cutler. El arte de la felicidad. Barcelona: Grijalbo Mondadori. (2004).
- Gergen, Kenneth. Realities and relationships: Soundings in social construction. Cambridge: Harvard University Press. (1994).
- Giddens, Anthony. Modernidad e identidad del Yo. Barcelona: Ediciones Península. (1997).
- Golubov, Nattie. La literatura de autoayuda como tecnología del yo. Revista De Filosofía. N° 138, pp. 203-216 [en línea]. Recuperado de <http://revistas.iberomx.com/filosofia/uploads/volumenes/9/pdf/Revista-filosofia-138-web.pdf>. (2015).
- Grinberg, Silvia. Tecnologías del gobierno de sí en la era del gerenciamiento: la autoayuda entre el narcisismo y la abyección. Revista Psicoperspectivas, VIII (2), 293-308. [En línea]. Recuperado de <https://www.redalyc.org/html/1710/171014434014/> (2009).
- Haaf, Meredith. Dejad de lloriquear. Barcelona: Alpha Decay (2013).
- Han, Byung-Chul. Sobre el poder. Barcelona: Herder Editorial. (2016).
- Han, Byung-Chul. Psicopolítica. Barcelona: Herder Editorial. (2014).
- Haraway, Donna. Ciencia, cyborgs y mujeres. La reinención de la naturaleza. Madrid: Cátedra. (1995).
- Honneth, Axel. Organized Self-Realization: Some Paradoxes of Individualization, European Journal of Social Theory, 7(4), pp. 463- 478. (2004).
- Illouz, Eva. Erotismo de autoayuda. Buenos Aires: Katz editores. (2014).
- Illouz, Eva. La salvación del alma moderna. Buenos Aires: Katz editores. (2010).
- Illouz, Eva. Intimidades congeladas. Las emociones en el capitalismo. Madrid: Katz editores. (2010).
- Jameson, Frederic. Ensayos sobre el posmodernismo. Buenos Aires: Imago Mundi. (1991).
- Lasch, Christopher, La cultura del narcisismo. Barcelona: Andrés Bello. (1991).

- Laval, Christian, Dardot, Pierre. La nueva razón del mundo. Ensayo sobre la sociedad neoliberal. Barcelona: GEDISA (2014).
- Lipovetsky, Gilles. El imperio de lo efímero: la moda y su destino en las Sociedades modernas. Barcelona: Anagrama. (2002).
- Lipovetsky, Gilles. La era del vacío. Anagrama: Barcelona. (2002).
- López-Ruiz, Osvaldo. Ethos empresarial: el "capital humano" como valor social. Revista Estudios sociológicos, número 74. 2007 [en línea]. Recuperado de <https://estudiossociologicos.colmex.mx/index.php/es/article/view/455>Luchtenberg Erwin, Bruno Daniela. Sociedad post-disciplinaria y constitución de una nueva subjetividad. Un análisis de los discursos de "autoayuda" y del nuevo management desde la perspectiva de Michel Foucault. Revista Nómadas - Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas, N°. 13. Enero-junio.2006 [en línea]. Recuperado de [https://webs.ucm.es/info/nomadas/13/bruno\\_luchten.html](https://webs.ucm.es/info/nomadas/13/bruno_luchten.html). (2006).
- Martel, Frederic. Cultura mainstream: como nacen los fenómenos de masas. TAURUS: Madrid. (2011).
- Medina, Lizeth. El fenómeno social del individualismo: una lectura del pensamiento sociológico de Gilles Lipovetsky. Universidad Autónoma Metropolitana: Ciudad de México. (2014).
- Miller, Peter, Rose, Nikolas. Governing the present. Administering economic, social and personal life. Cambridge: Polity Press. (2008).
- Miranda, Fernanda. Dispositivos de (des)subjetivación contemporánea: a propósito de la pluralidad. [En línea]. Recuperado de <http://reflexionesmarginales.com/3.0/dispositivos-de-dessubjetivacion-contemporanea-a-proposito-de-la-pluralidad/> (2017).
- Mur Effing, Mercé. The Origin and Development of Self-Help Literature in the United States: The concept of Success and Happiness, an Overview, ATLANTIS Journal of the Spanish Association of Anglo-American Studies, 31. (2), pp. 125-141. (2009).
- Ortiz, María Guadalupe. Industria de autoayuda y gubernamentalidad neoliberal: la reconfiguración del rol ciudadano. Tla-Melaua, revista de Ciencias Sociales. Facultad de Derecho y Ciencias Sociales. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México núm. 41, pp. 26-39. [en línea]. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/tla/v10n41/1870-6916-tla-10-41-00026.pdf>. (2017).
- Papalini, Vanina. Garantías de felicidad. Buenos Aires: Adriana Hidalgo editora. (2015).

- Papalini, Vanina. Literatura de autoayuda: una subjetividad del Sí-Mismo enajenado. La trama de la comunicación. Editorial UNR. N° 11, pp. 331-342. [en línea]. Recuperado de <http://www.latrama.fcpolit.unr.edu.ar/index.php/trama/article/view/411/348>. (2006).
- Papalini, Vanina. La domesticación de los cuerpos. Revista Venezolana de Información, Tecnología y Conocimiento. No. 1, pp. 39-53. [en línea]. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=82340104>. (2007).
- Pardo, Neyla. Análisis crítico del discurso: Análisis crítico del discurso: Análisis crítico del discurso: Conceptualización y desarrollo. Cuadernos de Lingüística Hispánica. No. 19, pp. 41-62. [en línea]. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=322227527004>. (2012).
- Reguillo, Rossana. Formas del saber. Narrativas y poderes diferenciales en el paisaje neoliberal, en: Grimson, Alejandro, Cultura y Neoliberalismo. Buenos Aires. Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales. (2007).
- Rincón, Omar. Pensar el entretenimiento: discursos y mutaciones de la cultura del espectáculo. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia. (2017).
- Rincón, Omar. Culturas mediáticas. Barcelona: Gedisa. (2009).
- Rose, Nikolas. Políticas de la vida. Biomedicina, poder y subjetividad en el siglo XXI. La Plata: UNIPE. (2013).
- Rose, Nikolas. El Gobierno del Alma. La formación del yo [self] privado. [En línea]. Recuperado de <http://www.unal.edu.co/ces/documentos/Temp/rose/Rose-gobierno.pdf>. (1996).
- Rutllant, Amanda. Los cuidados del sí. Ensayo sobre la construcción del sujeto en los libros de autoayuda. Santiago de Chile: Universidad Alberto Hurtado. (2013).
- Saidel, Matías. La fábrica de la subjetividad neoliberal: del empresario de sí al hombre endeudado. Pléyade revista de humanidades y ciencias sociales Número 17. (2016).
- Semán, Pablo. Retrato de un lector de Paulo Coelho, en Grimson, Alejandro. Cultura y Neoliberalismo. Buenos Aires: Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales. (2007).
- Sennett, Richard. El declive del hombre público. Anagrama: Barcelona. (2001).
- Sibilia, Paula. La intimidad como espectáculo. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica. (2008).
- Sibilia, Paula. El hombre postorgánico. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica. (2006).

Souroujon, Gastón «El infierno son los demás». La concepción del otro en la ética de la autoayuda». Athenea Digital – No. 16, pp. 59-75. [en línea]. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=53712934008>. (2009).

Vargas Llosa, Mario. La civilización del espectáculo. Quito: Alfaguara. (2012).

Vásquez, Francisco. Empresarios de nosotros mismos, Biopolítica, mercado y soberanía en la gubernamentalidad neoliberal, en Javier Ugarte Pérez, La administración de la vida: estudios biopolíticos. Barcelona: Anthropos: Barcelona. (2005).

Vattimo, Gianni. La sociedad transparente. Paidós: Barcelona. (1990).