

## «En la autoayuda el problema siempre acaba siendo nuestro»

**Por: Espacio suma no cero. 05/07/2024**

Me alegra comprobar que se ha publicado una segunda edición de *Una filosofía de la resistencia*. Se trata del ensayo con el que el profesor, filósofo y divulgador Carlos Javier González Serrano desenmascara lo que subrepticamente promociona la literatura de autoayuda. Siempre es reconfortante que a los libros que invitan a pensar se les dispense una buena recepción. El ensayo de González Serrano es una crítica sin tregua a la colonización digital y a la autoayuda que tanto prolifera en nuestros días, confirmando que cuanto más despolitizadas están las vidas, mayor es la incursión de la autoayuda y el protagonismo de las pantallas en ellas. «La autoayuda es la aliada perfecta del sistema productivo. Da por hecho los malestares estructurales, nos doma y enseña a soportarlos y gestionar nuestras emociones», nos recuerda González Serrano. Frente a las estrategias de esta manipulación emocional, o «tiranía felicifoide», en el libro propone una resistencia filosófica que «nos sacude en lo más hondo y nos impide transitar el mundo de manera indolente». Esta apelación a la resistencia recuerda a *La resistencia íntima* de Josep Maria Esquirol, aunque hay autores a los que me adhiero que impugnan el hecho de resistir en favor de idear e inventar. Proponen imaginación en vez de reacción, soñar en vez de rechazar, pensar en vez de contestar, especular realidades nuevas a las que dirigirnos en vez de defender melancólica y numantamente realidades pretéritas a las que regresar.

En el ensayo de Carlos Javier González Serrano no se instiga a una resistencia irresoluta. Cada página es una invitación, como se cita en el libro trayendo las palabras de María Zambrano, a no aceptar vivir pasivamente resbalando por la existencia. «La filosofía de la resistencia nos ofrece herramientas especulativas para analizar y después cuestionar e intervenir en aquellas estructuras sociales, políticas y económicas que generan cualquier tipo de opresión, malestar o desigualdad. A la vez, nos empuja a asumir nuestra responsabilidad como individuos que forman parte de una comunidad ciudadana». Es fácil ver cómo la literatura de autoayuda va en la dirección opuesta. Lo privatiza todo mimetizando en el orden afectivo lo que el neoliberalismo ejecuta en el ámbito económico. Propone una felicidad autárquica y

narcisista como si en el mundo no hubiera nadie más que nuestro yo.

La autoayuda confunde las dolencias del alma producidas por formas de existir dañosas con problemas de salud mental. Patologiza la aflicción e incluso la estigmatiza acusándola de incompetencia psicológica o de un psiquismo poco resiliente, tergiversando la resiliencia con la resignación. La tristeza no es el sentimiento que germina cuando la realidad se opone al cumplimiento de nuestros propósitos, es el resultado de un carácter pusilánime. La indignación que nace de contemplar o padecer la injusticia es una incapacidad de los sujetos para adaptar su conducta a las demandas de un entorno laboral que exige flexibilidad, adaptabilidad y disponibilidad plenas. La satisfacción vital es una mixtura de mediocridad y adocenamiento propia de personas timoratas que se cobijan en una complaciente zona de confort. Ante problemas sociales, la autoayuda, como bien indica su nombre, propone soluciones individuales. Entremezcla aviesamente hechos ontológicos como la impredecibilidad e inestabilidad de la vida con fenómenos políticos como la precariedad y la desigualdad, para naturalizarlos y fomentar su aceptación acrítica. Es rareza encontrar en la autoayuda alusiones a la lógica mercantil, a la desmesurada optimización incremental de la ganancia, a las medidas políticas que actúan en concierto con la lucropatía corporativa. Hace creer que todo depende del control mental que dispongamos sobre nuestras narraciones (la realidad no es lo que ocurre, es cómo te cuentas lo que te ocurre), y que por lo tanto lo exterior no debería incidir en aquellas personas con una honda vida interior.

Incluso desde existencias privilegiadas, como explica Belén Gopegui en *El murmullo* (su tesis doctoral sobre la literatura de autoayuda convertida en ensayo), se permite aleccionarnos con discursos sonrojantes. «La felicidad está en el ser, y no en el tener, repiten numerosos libros de autoayuda, pero que la población viva en casas con luz y disponga de una sanidad pública en condiciones forma parte de ese lugar donde el tener no equivale a una idea barata de consumismo, y donde los recursos objetivos penetran en los subjetivos en forma de confianza y claridad». Para más inri, todo este argumentario de autoayuda se promulga con retórica gerencial para que el ser narrativo que somos se relate con conceptos y expresiones propios de la gestión corporativa, y se trate a sí mismo no como una persona trenzada con otras personas en un espacio y unas necesidades comunes, sino como una empresa que rivaliza con otras empresas en el competitivo y descarnado mundo de los negocios (como si ser una empresa fuera lo mismo que tener una empresa). En *Una filosofía de la resistencia* Carlos Javier González Serrano explica qué ocurre si capitulamos a esta mercantilista forma de entender la vida. «Si debemos referirnos a la realidad

con el lenguaje económico, los individuos quedamos supeditados a la lógica del proceso productivo: nos tenemos que “gestionar”, debemos “sacarnos rendimiento” o, incluso, “ser nuestra propia empresa”. Al margen de las circunstancias que rodeen al sujeto, el problema siempre acaba siendo nuestro». Es alentador que un libro así alcance la segunda edición muy poco tiempo después de ver la luz. Enhorabuena.

[LEER EL ARTÍCULO ORIGINAL PULSANDO AQUÍ](#)

Fotografía: Espacio suma no cero

**Fecha de creación**

2024/07/05