

QUÉ NOS DA FELICIDAD

Ideas sobre el bienestar en tiempos de tormenta

Noticias de Revista: Domingo 22 de febrero de 2009

En Bután, un pequeño reino montañoso ubicado al sur de la cordillera del Himalaya, está prohibido fumar, estés donde estés. Se cree que el nombre Bután deriva del sánscrito y significa "tierras altas". Varios de sus picos superan los 7 mil metros de altura. El 90 por ciento de su población (poco más de 2 millones de habitantes) vive de la agricultura (arroz, trigo, maíz, frutas) y la ganadería (vacunos y yaks). Sus principales vecinos son China y Tíbet, al Norte, e India, al Sur. Bután se independizó de la India en agosto de 1949. En 1972, con 17 años de vida independiente, asumió Jigme Dorji Wangchuck, su cuarto rey, quien en 2006 abdicó en favor de su hijo Jigme Khesar Namgyal Wang Chuck, entonces de 26 años. El rey padre fue quien prohibió fumar en todo el territorio. Y quien, a poco de asumir, lanzó al mundo una propuesta novedosa y audaz: que la riqueza de los países dejara de medirse por sus índices económicos. Planteaba que se omitiera como referencia el producto nacional bruto y se tomara, en cambio, lo que él llamó producto nacional de felicidad.

Quizás el rey sabía de lo que hablaba. Bután tiene una renta anual per cápita de 1200 dólares y la esperanza de vida de sus habitantes alcanza a los 55 años. Aun así, figura octavo en el Ranking Internacional de Felicidad elaborado por el sociólogo británico Adrian G. White, de la Universidad de Leicester. Para llevar adelante su medición, White tomó como factores de referencia la satisfacción con la propia existencia, la expectativa de vida en cuanto a longevidad y el sustento ecológico (hábitat). El caso Bután nos remite, sin embargo, a una pregunta esencial: ¿es posible medir un hecho intangible como la felicidad? ¿Se la puede traducir en índices y porcentajes? Y, finalmente, ¿nos haría esa medición más felices?

La intención de "computar" la felicidad adquirió características de manía en la última década, al calor de la desmesurada algarabía económica que tiñó a Occidente y que acaba de desteñir de manera dramática y abrupta. En uno de sus rigurosos trabajos la New Economic Foundation (NEF), una organización británica integrada por prestigiosos especialistas en economía y sociedad que propone ampliar la mirada de los modelos prevalecientes en el mundo occidental, advierte sobre el riesgo de reducir todo a mediciones económicas. El triunfalismo de estas tendencias produjo, desde los años noventa en adelante, un peligroso reduccionismo. Se divulgó la creencia de que todo en la vida podía ser traducido a índices estadísticos y económicos. Si puede "economizarse", existe; si no, no vale la pena ocuparse de ello: ésta sería la síntesis de esa tendencia. La felicidad entró, así, en la calidad de medible. Incluso se creó una categoría para esto: la *economía de la felicidad* (ver nota relacionada).

La ilusión perfecta

La economía remedó de esta forma la euforia cientificista despertada por el positivismo hace cuatro siglos, cuando el inglés Francis Bacon sintetizó en una consigna el entonces naciente paradigma de la ciencia: "Le sacaremos a la naturaleza todos sus secretos, aunque para ello haya que torturarla". Nació la ilusión de saberlo todo, de controlarlo, de preverlo, de reproducirlo. La propuesta final detrás de eso, aunque nunca enunciada así, era la inmortalidad. Ya no serían necesarios ni Dios ni dioses, los hombres nos bastaríamos y no necesitaríamos nada más. No habría misterios, ni un entorno que cuidar.

Reducir la felicidad a números reitera aquel esquema. Si sabemos qué es la felicidad, si descubrimos su fórmula para reproducirla seriamente, si demostramos que depende de la economía y si logramos que la economía crezca sin cesar, todos seremos felices todo el tiempo.

Un plan perfecto. Otro pasó en la intención de controlar cada proceso de la vida, de eliminar la incertidumbre, el riesgo, el misterio, el imponderable, atributos todos inherentes a la existencia. Y, sobre todo, un intento de anestesiar o de eliminar la certeza que nos acompaña desde que nacemos y que el economista y epistemólogo belga Christian Arnsperger (autor de la lúcida e inspirada *Crítica de la existencia capitalista*) describe con claridad. Es la certeza de la doble finitud. Arnsperger nos recuerda que, como humanos, somos limitados en el espacio y en el tiempo. En el espacio nos restringe la presencia del otro (y no sólo la física, sino la psíquica, la de sus derechos y deseos, la de sus propuestas y proyectos, la de todo aquello que lo diferencia de nosotros y lo hace existir contemporáneamente con nosotros). En el tiempo nos limita nuestra mortalidad (aunque evitemos pensar en ella, aunque no la nombremos, aunque pretendamos ocultarla bajo diferentes apariencias).

Según Arnsperger, en el modelo económico en el que vivimos hay una doble promesa de infinitud. El que consume anhela entrar en un circuito que lo llevará de consumo en consumo. Mientras tenga algo nuevo para consumir, mientras haya una novedad, la vida continuará, está asegurada. Y si ahorra para consumos futuros, estará comprando inmortalidad a plazos. Hay quien produce eso que se consume, y quien produce recibe dinero del consumidor, y también reconocimiento. Como consecuencia, el productor siente que él mismo será inmortal, y poderoso mientras haya quien necesite ser abastecido. Para esto es necesario que quien consume siga deseando y es importante que el deseo se agote en sí mismo para, una vez saciado, dar paso a uno nuevo. Si este circuito se mantiene, sobreviene la satisfacción (que no es necesariamente felicidad, sino un remedo lejano de ella). Si se corta, crece el malestar, hay temor, angustia.

La paradoja imperfecta

Acaso por esto, un reciente sondeo de TNS Gallup sobre las reacciones de los argentinos ante la crisis económica global mostraba que los más altos índices de preocupación están relacionados con el tener que recortar gastos (66 por ciento) y con la imposibilidad de ahorrar (58 por ciento). Aun así, parecería que el simple bienestar económico no es un atajo hacia la felicidad. Poco más de un año atrás, en diciembre de 2007, en medio de la euforia oficial por un nuevo ciclo anual de crecimiento económico asiático, un estudio del Observatorio de la Deuda Social Argentina de la Universidad Católica Argentina indicaba que, entre 2004 y 2007, el índice de bienestar personal había subido apenas de 5,7 a 6 sobre un total de 10 puntos. Y que el 50 por ciento de los encuestados mostraba malestar psicológico (no recuperaba proyectos personales ni encaraba nuevos propósitos, no sentía control sobre su entorno ni había superado el estrés).

Dejar de tener, de comprar o de poder consumir genera incertidumbre e insatisfacción, pero, a la inversa, no parece haber un vínculo inmediato entre la recuperación de esos cupos y un atisbo de la felicidad. En esa línea, un trabajo que publica la revista *American Psychologist* informa que cinco investigaciones efectuadas en todo el mundo entre 39 mil personas (y coordinadas por el doctor David Gauss, de la Universidad de Austin) mostraron que la infelicidad es mayor en los países con economías más desarrolladas, y entre las personas más jóvenes. Por fin, el director del Instituto Australiano de estudios políticos y sociales, Clive Hamilton, retrata en *El fetiche del crecimiento*, un drama actual de la sociedad occidental: "Cuanto más queremos tener, más infelices somos".

Esto no parece ser casual, si se registran las famosas palabras de B. Earl Pucket, que fue presidente de Allied Stores Corporation, gigantesca cadena de tiendas que incluye a la mítica Macy's. Fallecido en 1976, Pucket dijo: "Nuestro trabajo es hacer infelices a las mujeres con lo que tienen". Sobran las pistas, parece, para sospechar que entre dinero, consumo y felicidad no hay una relación directa.

Quizás el malentendido provenga de confundir placer con felicidad, cuando en verdad no son sinónimos, sino antónimos. El placer tiene una base sensorial, es fugaz, nace del deseo y se disipa una vez percibido para dejarnos con necesidad de más. La felicidad, en cambio, puede describirse como una integración de sentimientos y emociones que aquietan las pasiones, armoniza el mundo interior, tiene resonancias espirituales y es un estado que se instala y fluye sin prisas.

Sin delivery

En su *Diccionario de filosofía*, obra ineludible para explorar los mapas de esta disciplina, el catalán José Ferrater Mora (1912-1991) recuerda las variadas perspectivas desde las cuales se intentó definir la felicidad. Así, señala, para San Agustín era el fin de la sabiduría y para Santo Tomás, "un bien perfecto de naturaleza espiritual". Aristóteles (con Platón y Sócrates motores iniciales del pensamiento occidental) identificaba la felicidad con las "mejores actividades". Luego, se trata de saber cuáles son esas mejores actividades. Por este motivo, para Ferrater Mora el concepto de felicidad es vacío si no se refiere a aquello que la produce. Aristóteles, en realidad, justificaba todo aquello que conduce a la felicidad, a la que consideraba como un fin y que entendía como un estado de plenitud y armonía del alma.

Emanuel Kant, el gran filósofo idealista del siglo dieciocho, figura esencial para la concepción de la ética, no creía que la felicidad fuera un fin en sí mismo. Kant ponía el acento en la voluntad que guía los actos humanos y sostenía que estas acciones debían apuntar a la libertad, la dignidad, la verdad, y a convertirse en leyes válidas para todos. Si esto ocurriese, sobrevendría una consecuencia llamada felicidad.

Muchos años después, ya en el siglo veinte, el médico y filósofo Viktor Frankl avanzaría en esa misma dirección. "Lo que el ser humano quiere realmente no es la felicidad en sí, decía, sino un fundamento para ser feliz. Si tenemos ese fundamento, la felicidad vendrá por sí misma, y cuando menos nos preocupemos de ella, más seguros podemos estar." Quizás aquí esté, después de todo, el quid de la cuestión. ¿Puede ser la felicidad una meta? ¿Puede ser atrapada, medida, envasada, pesada, planificada? ¿Puede ser encargada de acuerdo con nuestro talle? ¿O es consecuencia de nuestras acciones, algo que nos alcanza sin anuncio previo, cuando estamos comprometidos en vivir una vida con propósito, ligada a valores que trascienden la inmediatez y lo material?

Quienes una y otra vez emprenden mediciones estadísticas u observan conductas humanas como quien espía a conejitos de indias en cámaras vidriadas, parecen creer que, en efecto, se puede obtener la fórmula de la felicidad y, además, que es posible difundirla y convertirla en un nuevo bien de consumo. Sin embargo, este tipo de experimentos no suele ir más allá de una reiterada e insuficiente equiparación entre felicidad y placer o felicidad y bienestar. De hecho, pensaba Frankl, el placer (como el poder) puede ser un fin en sí. El placer y el poder no nos permiten ir más de allá de nosotros mismos, nos exigen desentendernos de los otros para dedicarnos a su siempre imposible perpetuación. En cuanto al bienestar, que en las encuestas se suele usar como equivalente de felicidad, Manfred Linz, investigador del Instituto Wuppertal, de Alemania, en donde dirige el proyecto Ecosuficiencia y Calidad de Vida (www.wuperinstitut.or/Seiten/org-einheiten/qp-suffizienz.html), lo define como un compuesto de tres elementos: a) riqueza de bienes, b) riqueza de tiempo y c) riqueza relacional.

Una buena noticia para estos tiempos de crisis es que, al parecer, la riqueza de bienes no asegura la felicidad. Pruebas al canto: en *La pérdida de la felicidad en las democracias de mercado*, el investigador Robert Lane concluye que, una vez dejada atrás la línea de la pobreza, no está claro que el dinero y el consumo proporcionen felicidad. Muestra Lane cómo, según miles de encuestas, entre 1948 y 1970 los salarios en Estados Unidos se duplicaron, mientras que la cantidad de personas que se manifestaban felices no aumentó. Entre 1975 y 1995 el producto bruto interno de ese país se incrementó en un 40 por ciento, pero la curva de la felicidad se mantuvo inmóvil.

Las otras dos riquezas, en cambio, pueden incrementarse aun (o especialmente) en tiempos difíciles. La riqueza relacional se refiere a nuestros vínculos, a la variedad y profundidad de éstos, a las experiencias compartidas con otros, a los proyectos comunes en los que prevalece el factor humano; se trata del reconocimiento, del respeto, del afecto que circula. Y cultivar esta riqueza necesita de la otra: la de tiempo. Están íntimamente relacionadas entre sí, pero no necesariamente con la riqueza de bienes. "Aspirar a cada vez más bienes, dice Linz, a cada vez más cantidades de todo lo que me pueda permitir, suele ir en detrimento del tiempo disponible y de las relaciones logradas. Y cuando me importa demasiado lo que desearía poseer, eso menoscaba la satisfacción de disponer de mi propio tiempo y vincularme con otras personas."

Causas y efectos

A estas alturas, quizá pueda decirse que la "economía de la felicidad" no es una economía que pase por el dinero o por lo reducible a él. Christian Arnspenger nos recuerda que la existencia humana es económica desde el momento en que se trata siempre de relaciones entre sujetos que se necesitan y que intercambian gestos, palabras, miradas, experiencias, conocimientos, símbolos, habilidades, objetos. En ese intercambio, en esa relación, encuentran su pluralidad las individualidades. Como diría Erich Fromm, es allí, en el encuentro e intercambio con el otro, en donde cada persona trasciende la *separatidad* en la que nace, esa condición de ser único que, cuando no se trasciende, es pura soledad, sufrimiento, insatisfacción y lleva a que muchos (aun a resguardo de las crisis económicas y rodeados de todo tipo de bienes) acaben por preguntarse: "¿Por qué no soy feliz si nada me falta?".

Ante esa pregunta, Viktor Frankl respondería, como lo hace en *El hombre doliente*, que "la felicidad no se puede fabricar. Sólo puedo ser humano y realizar mi individualidad en la medida en que me trasciendo a mí mismo de cara a algo o a alguien que está en el mundo. Ese algo o alguien es lo que debo tener presente". Trascender, en ese sentido, es encontrar el sentido de la propia vida, los valores que la sustentarán, los otros que la compartirán. La voluntad ética que la sostendrá. En la era del derrumbe de las bolsas de valores (económicos, mensurables), son otros valores los que podrán constituir la felicidad que nos alcance. "La felicidad -decía el ya nombrado Kant- tiene un valor relativo frente a la buena voluntad, ya que la felicidad del malvado genera

repulsión al observador objetivo, como si sólo fuéramos dignos de ser felices cuando poseemos una buena voluntad".

Acaso la felicidad no sea una zanahoria detrás de la cual debemos correr mientras se aleja una y otra vez. Acaso sea más acertado compararla con la estela que deja en el agua una embarcación cuando navega. Es decir, no está delante de nosotros, esperando a que lleguemos a ella, sino que aparece como una consecuencia de nuestras decisiones, nuestras elecciones, nuestro propósito. El agua es la vida, la embarcación es nuestra vida, la estela es la felicidad. No hay huella si no hay navegación, y ninguna embarcación navega por una estela prefijada. La produce al pasar. Si hubiera alguna fórmula para la felicidad, seguramente no estará en las estadísticas ni en las encuestas. Nadie puede prometerla. Quizá ni siquiera pueda afirmarse que la felicidad sea un derecho o un deber. Es siempre una consecuencia. La consecuencia de una manera de vivir. Si nos hacemos responsables de nuestra vida, no deberemos esperar que otros nos hagan felices, y tampoco otros resultarán culpables de que no lo seamos. Quizás esto es lo que saben los habitantes del remoto reino de Bután.

Por Sergio Sinay - revista@lanacion.com.ar

AFORISMOS FELICES

En 1979, las Pequeñas Hermanas de Jesús, una comunidad de religiosas francesas, elaboró una serie de aforismos para una vida de buenaventura. O sea, una vida feliz. Estos son algunos de ellos:

- Bienaventurados los que se ríen de sí mismos, porque siempre tendrán abundante conversación.
- Bienaventurados los que distinguen una montaña de un montículo, porque se ahorrarán muchos disgustos.
- Bienaventurados los que callan y escuchan, porque aprenderán cosas nuevas.
- Bienaventurados los que escuchan la llamada del prójimo sin creerse insustituibles, porque sembrarán alegría.
- Bienaventurados los que sepan ver las cosas pequeñas con seriedad y las grandes con tranquilidad, porque llegarán lejos en la vida.
- Bienaventurados los que puedan contemplar con benevolencia el comportamiento de los otros, incluso cuando las apariencias indiquen lo contrario, porque, aunque los tomen por ingenuos, ése es el precio del amor.

UN MUNDO FELIZ

La New Economics Foundation (NEF), con sede en Londres, propone un *Manifiesto para un planeta más feliz*, cuyos puntos deberían ser convertidos en políticas de Estado por parte de los países dispuestos a adoptarlo. Esos puntos son:

- Erradicar la pobreza y el hambre
- Implementar sistemas de salud que funcionen
- Alivianar las deudas
- Compartir valores
- Apoyar objetivos que den sentido a la vida
- Reforzar el poder ciudadano y promover el buen gobierno
- Identificar objetivos para el medio ambiente y desarrollar políticas económicas para trabajar en ellos
- Diseñar sistemas de producción y consumo sustentables y responsables
- Trabajar en el tema del cambio climático
- Valorar lo que de veras importa en relación con todo lo anterior