

Capítulo 2

**Escépticos y optimistas:
dos miradas incompatibles sobre la felicidad**

Analizando las aproximaciones a la felicidad, los académicos, directivos y consultores dedicados al tema podemos separarnos en dos grupos: quienes consideramos que es la causa primera del bienestar humano y quienes estiman que es un tema de moda, sobrevalorado y al que miran con desconfianza, buscando mostrar sus vacíos e incoherencias.

Ante la ciencia de la felicidad o la psicología positiva emergen voces que las consideran poco serias, una especie de intento de engatusar a las personas con discursos blancos para anestesarlos y que no vean la vida desesperanzada que "en realidad" estamos viviendo.

Esas personas se autocalifican de realistas, aludiendo a un privilegiado acceso para evaluar las evidencias de la realidad, sabiendo lo que "es verdad". Al portar ellos el realismo, los que miramos diferente quedamos en la vereda de los ingenuos, ciegos o manipuladores de la realidad para hacerla más digerible. Son los escépticos.

La crítica escéptica a la felicidad

Durante los últimos dos años he participado de muchas conversaciones, mesas redondas y coloquios con otros académicos, directivos y consultores, y he leído sus columnas de opinión respecto del tema de la felicidad. A continuación se sintetizan las principales críticas que realizan los escépticos y detractores de la emergencia del tema de la felicidad en el tra-

bajo, ordenadas desde las más descriptivas e individuales a las más imaginativas.

Para algunos, la felicidad únicamente es posible en el ámbito individual, por lo que plantearlo a nivel colectivo sería un error conceptual grave. Solo derivaría del desarrollo de la compasión o de la evolución espiritual personal, siendo inimaginable que pueda ser colectiva o desarrollada intencionadamente por una organización. Un destacado profesor universitario escribió que era un insulto a la inteligencia humana pretender hablar de felicidad en el trabajo, que quienes nos dedicamos al desarrollo del tema dejásemos de tratarlos como estúpidos.

Algunos escépticos consideran que la felicidad es una promesa utópica en sí misma y que el hecho de plantear el tema impondría una obligatoriedad de ser feliz. No son pocos los que consideran que la felicidad en el trabajo es un tema superficial, banal e impracticable, pues la vida es bastante más seria que esto.

En una perspectiva centrada en los resultados, se plantea que la felicidad en el trabajo es un tema irrelevante pues no es un objetivo organizacional la promoción de la felicidad sino de la rentabilidad y creación de riqueza. Mirado solo desde la ganancia monetaria y de la rentabilidad a todo evento, gastar en impulsar prácticas promotoras del bienestar en el trabajo sería un costo y no una inversión de ninguna clase.

Desde el rol del trabajo para la vida humana, se plantea que no es función del trabajo producir felicidad, bienestar ni disfrute, ya que se sostiene una mirada de "ganarse el pan con el sudor de la frente".

En una perspectiva más social, algunas personas piensan que no estamos maduros como sociedad para abordar temas de felicidad en el trabajo, al menos en los países que no han alcanzado el nivel de una economía desarrollada. Usando la lógica de la pirámide de necesidades de Abraham Maslow, y entendiendo el logro de las necesidades inferiores como una

precondición de las necesidades superiores, no sería posible pensar en la satisfacción de una necesidad de alto nivel como el bienestar psicológico si buena parte de la población lidia cotidianamente para intentar satisfacer las necesidades de alimentación, salud, habitación y educación.

Desde esta mirada, altos niveles de pobreza y desigualdad imponen foco en la nivelación del acceso a las oportunidades y en la satisfacción de necesidad básicas. Poner atención al desarrollo de la felicidad (necesidad de "alto nivel") sería torpe como política pública pues distrae de los esfuerzos de equidad e igualdad de oportunidades. Existe una crítica abierta respecto de querer generalizar un estado de bienestar psicológico propio de los más acomodados. En esta crítica no se considera la posibilidad de desarrollos paralelos, superpuestos o imbricados sino solo escalables de lo menor a lo mayor en orden secuencial.

Un destacado psicoanalista estima que hablar de felicidad es una instalación deliberada para crear un nuevo mercado del cual beneficiarse, para administrar las incautas necesidades de las personas, exacerbando el consumo tras la idea subyacente de "a mayor consumo, mayor felicidad". La felicidad se concebiría como un bien de consumo y un mercado potencial a ser desarrollado. Lo homologan al mercado de la espiritualidad o de la autoayuda.

Promover felicidad en el trabajo podría ser una estrategia distractora para no hacerse cargo de mejorar las malas condiciones laborales imperantes en la mayoría de las organizaciones, especialmente micro, pequeñas y medianas empresas.

Incluso sin preocuparse del mejoramiento de las condiciones de trabajo se podrían llevar adelante estrategias de bienestar psicológico en la organización. Mirado desde el escepticismo, ello podría constituirse en una estrategia de *marketing* y manipulación a los trabajadores ("háganme rico y sean felices"), exacerbando la instrumentalización maquiavélica, cual titiritero.

Desde un ángulo más político, algunos académicos estiman que levantar el tema de la felicidad como central en la agenda laboral es una estrategia de silencio activo para acallar la movilización y reclamos de los trabajadores, distraendo la atención.

Profundizando la mirada escéptica, unos pocos consideran que la felicidad es un discurso de control social en el capitalismo contemporáneo. La felicidad sería un objeto social al servicio de un conglomerado de empresas que actúan coordinadamente, el *Management Fashion Arena*, cuya lógica sería maquillar y hacer atractivas, digeribles y aceptables las malas condiciones y relaciones laborales.

La felicidad se presenta entonces como un escudo engeguedor para continuar explotando a los trabajadores, manteniendo controlados a los sindicatos y a cualquier forma de participación laboral. Incluso desconfían de cualquier forma de gestión participativa en la organización que se articule en una estrategia de promoción del bienestar en el trabajo. Para estos escépticos se replicaría la lógica del imperio romano de darle "pan y circo" a la gente para mantener el control socio-cultural y organizacional.

Cerramos los argumentos escépticos con la mirada de la sospecha conspiradora: quienes promueven felicidad son mandados por "los oscuros" que quieren mantener el control socioeconómico mediante estrategias blancas y de fácil sensibilización humana. Habría un grupo de iluminados que llevan el control subterráneo del mundo y que, así como cada dos o tres años diseñan alguna pandemia para generar alta demanda para sus negocios y distracción de lo relevante (por ejemplo, sida, gripe porcina o ébola), ahora habrían lanzado a la primera plana de la atención el tema de la felicidad.

No está en mi ánimo desacreditar a los escépticos. Varios de estos argumentos resuenan en muchos de nosotros y contienen un conjunto de análisis críticos e inquietudes de las cuales es imprescindible hacerse cargo y reflexionar con

profundidad. Cualquier estrategia seria de promoción del bienestar psicológico y el florecimiento humano debe abordar las dificultades estructurales del sistema capitalista, la brutal inequidad que ha generado entre países, grupos y personas, y pensar en reformas profundas que permitan que el bienestar económico se distribuya de manera más justa y razonable como piso higiénico para el bienestar psicosocial.

Lo curioso es que justamente las estrategias de generación de felicidad en el trabajo pueden estar insertas en dicha mirada de mejoramiento de los síntomas y afrontamiento de las dificultades actuales en muchas organizaciones, generadas causalmente por un paradigma valórico dominado por la exclusiva primacía del capital económico y la rentabilidad a todo evento.

Aludir a la incompatibilidad entre escépticos y optimistas muestra una tensión paradigmática difícil de salvar. Reitero que no está en mi intención demonizar a los escépticos, pues comparto algunas de sus críticas, ni en santificar a quienes promueven felicidad. Lo que aspiro es a generar alguna perspectiva de análisis que permita movilizarlos hacia el desarrollo y la promoción del florecimiento humano en las organizaciones, con dos focos: resolver las dificultades laborales actuales e implementar prácticas de felicidad que generen resultados para la organización y bienestar subjetivo para los trabajadores.

Dos sistemas de pensamiento en oposición: el ego y el espíritu

Por rigor intelectual es necesario buscar alguna forma de comprender esta tensión de perspectivas entre optimistas y escépticos. Mi hipótesis comprensiva es que esta dicotomía revela dos sistemas de pensamiento que casi no se topan: el del ego y el del espíritu. Se presentan como polos de un intervalo continuo de evolución.

El pensamiento del ego considera que vivir esta vida es una tragedia. Mira la vida desde una culpa inconsciente que lo contamina todo, un defecto de fábrica, un pecado original que puede tener que ver con el mito del paraíso: nos alejamos del Creador al querer ser como él.

Instalada la culpa originaria y al sentirnos traicionando ese origen divino esencial, la mirada de la vida es una proyección permanente de emociones negativas hacia otros. Vemos culpa y separación en cada acto. La percepción queda teñida por la división, las categorías y los niveles, generando percepción de superioridad tras la necesidad de sentirnos especiales.

Una de las creencias humanas más generalizada es que somos especiales. Desde niños nuestros padres nos inculcan que somos especiales, ya sea por alguna habilidad, un talento específico o simplemente por la proyección egocéntrica de que somos sus hijos.

Esto asienta la idea del especialismo. Nos sentimos diferentes del resto, un poquito más arriba que los demás por ese par de cosas en que destacamos. Y comenzamos a mirar y configurar la realidad desde esa creencia.

El mundo se comienza a dividir y separar entre “nosotros, los especiales”, y ellos, los comunes y corrientes. Una sutil arrogancia, una superioridad que comienza tenuemente y que en la mayoría de las personas se solidifica como un ego distorsionado y discriminador hacia la adultez.

El mayor síntoma de este especialismo es la creencia de que las personas nacemos diferentes, que desde la cuna y el origen tenemos diferencias naturales, confundiendo cualquier distinción accidental (por ejemplo, el entorno sociocultural en el que nacemos) con una diferencia por naturaleza. Lo rudo de esta creencia es que no visualiza el principio de igualdad natural al nacer. ¿Qué diferencia hay entre dos bebés recién nacidos, sin la influencia de su ambiente? En la práctica, ninguna. El principio fundante de la vida es la igualdad en cuanto legitimidad y dignidad humana.

El especialismo vive de la separación, de las diferencias, de la comparación y de los juicios. Por la razón que sea, me siento diferente y superior, de una casta diferente, de una clase excepcional, quizás de una raza superior, una élite particular. Ello se traduce en juicios arrogantes de separación en la lógica de nosotros-ellos, por ejemplo, humanos y humanoides, arios y el resto, ricos y pobres, del colegio X versus del colegio Y, de la religión tal, etc. Cualquier estereotipo que asiente la diferencia a mi favor.

En la base está el ego, ese sistema de pensamiento que en cada momento en que aparece alguna intuición lúcida de que el especialismo está generando consecuencias inefectivas se encarga de convencerte de que estás en el camino correcto.

El “ser especial” se manifiesta en cualquier comportamiento que divida, separe y segregue, donde siempre es necesario tener la razón y ganar. En las relaciones humanas eso significa que yo gano y tú pierdes, por lo que la competencia interpersonal es lo propio de los especiales. Se crean atmósferas de desconfianza con los otros, de control, de un ejercicio vertical y férreo de la autoridad. Naturalmente no veo a los demás como pares, sino como competidores que amenazan aquello que quiero lograr. Comienzo a vivir en un mundo paranoico de ataque y defensa. Mis armas son los juicios y la descalificación. Mi premio, algún tipo de poder.

Los “especiales” construyen relaciones especiales. Identifico “gente como uno”, verdaderos pares, otros especiales tan especiales como yo. Y nos juntamos. Armamos relaciones de pareja, vamos a los mismos colegios, somos amigos, trabajamos juntos, creamos nuestro propio gueto de clase especial. Y el ego susurra, “viste que la intuición del error del especialismo es falsa, hay más especiales como tú, naturalmente pocos. Eres parte de los elegidos”.

Los especiales tienen mucha fe en aquello que es su fortaleza, por ejemplo, el dinero, el intelecto, la red de relacio-

nes, un amor especial, una inspiración que se siente única, una parcela de poder, una causa, el sacrificio, la resignación, el aguante. Da lo mismo qué sea. El tema es que se interpreta para sentirse especial. Son los propios ídolos.

El especialismo tiene consecuencias que se valoran desde lo mundano y en el sistema de pensamiento del ego. Mirado desde la profundidad de lo humano y en perspectiva existencial, la ineffectividad del especialismo es altísima. Son personas que se quedan solas, acosadas por el sufrimiento, el dolor, la angustia de intuir que el mundo debe ser algo más que la posesión de esos ídolos tras los cuales he guiado mi vida y que solo me dan poder y orgullo transitorio.

El vacío y la angustia existencial del especialismo es que sabe que el ego fue una mala opción, pues, más allá de los triunfos egocéntricos y los logros mundanos, la ausencia de sentido y amor verdadero se cuele por todas parte. Se intuye que la otra opción, además del ego, era el camino del espíritu, con un sistema de pensamiento completamente diferente.

¿Quiénes son los especiales? Cada uno de nosotros. Tú que lees, yo que escribo, todos. Sabemos que sentirnos especiales nos tiene cuesta abajo en la rodada. ¿Quiero salir del especialismo?, ¿ha sido más ventajoso o desventajoso?, ¿qué me dice mi interior?. Si intuyo que el especialismo egocéntrico me tiene angustiado, sin perspectiva y agotado del día a día, ¿cómo salir de él?, ¿qué hacer?, ¿qué nueva elección necesito transitar?

A pesar de querer sentirnos especiales, y como en el origen inconsciente nos sentimos miserables, proyectamos esa miseria en nuestras relaciones y quehaceres.

Pero no queremos sentirnos desvalorizados. El ego toma el control de nuestra mente, diciéndonos que somos mejores que otros, que esa intuición de Dios que cada uno siente en algún momento es una trampa, que la clave es entender que somos superhombres y supermujeres. Eso debe mostrarse en cada acto.

Aparece la competencia, la necesidad de sentirme superior a otros, de ganarles y valorizarme por comparación y

por la derrota de los demás. Nace el sentido de propiedad, lo mío que defenderé con todo. Surge el ataque y la defensa. El conquistador por cuidar su conquista se vuelve esclavo de lo que conquistó. Operamos con la creencia del ilegítimo otro, sintiéndome superior o inferior a los demás, descartando que seamos iguales en dignidad y naturaleza.

Si el estilo de pensamiento del ego me domina, es natural construir un sólido sistema de creencias e interpretaciones que refuercen esta forma de ver el mundo. Es necesario sostenerlo a como dé lugar, pues esa mente del ego intuye que es un castillo de naipes que se puede desmoronar con ideas tan "aterradoras" como la existencia de Dios, la felicidad, el amor, la hermandad, la colaboración o la entrega desinteresada.

El otro sistema de pensamiento es el del Espíritu, la mente que proviene de lo Superior y que está presente y disponible para todos. Dentro de nosotros existen estas dos posibilidades mentales (ego o Espíritu) y somos nosotros quienes optamos por cómo pensar, percibir y actuar.

El pensamiento del Espíritu es lo opuesto al ego. Cree en la unicidad y la unidad, en la noción de legítimo otro y en la comunidad. Percibe a los demás como iguales y como pares existenciales, valora la colaboración y la co construcción como caminos colectivos, y tiene su fuerza motriz en el amor, la paz y la abundancia disponible para todos. Se basa en el dar generoso y en la certeza de su multiplicación.

El pensamiento del ego se considera realista y evalúa como poco científico e indemostrable al sistema de pensamiento del Espíritu. Esa es una de sus mejores trampas: la fundamentación científica. Si no se ve, no existe. De ahí el descreimiento de lo metafísico.

El pensamiento ego es el dominante hoy. La mayoría de las personas lo enarbola. El pensamiento del espíritu es minoritario aunque creciente, y recibe los embates de la ciencia, de los escépticos y del pensamiento que se explica a sí mismo.

Dimensión	Escépticos: foco en el ego	Optimistas: foco en el espíritu
Relación con lo Superior	Separación	Unidad
Atractor conductual	Yo: individualismo	Nosotros: comunidad
Concepción del otro	Ilegítimo otro: enemigo	Legítimo otro: hermano, par
Sentimiento hacia los otros	Egoísmo, odio, ira	Amor
Tipo de relación	Competencia (ganar-perder)	Colaboración (ganar-ganar)
Sensación cuando al otro le va bien	Pérdida	Expansión
Emoción dominante	Enojo y envidia	Armonía
Sentido vital	Sentido autorreferente	Sentido compartido trascendente
Actitud ante la vida	Deber ser, expectativas y deseos	Aceptación
Noción de la verdad	Mi verdad es la verdad, imposición	Respeto a las verdades de otros
Nivel de conciencia	Piloto automático	Conciencia ampliada
Foco existencial	Tener y poseer	Ser
Relación con lo material	Apego	Desapego
Reacción ante el error	Culpa	Perdón
Efecto del perdón	Miedo causa angustia	Perdón causa alegría
Bienestar subjetivo	Desesperación e infelicidad	Felicidad
Estado corporal	Enfermedad	Salud
Relación con lo Superior	Error, pecado y culpa	Paz
Criterios de validación	Medible y observable	Experiencia sentida e intangible
Foco de la atención	Pasado o futuro	Presente

Cuadro 3: Comparación entre escépticos y optimistas.

Me parece esencial distinguir estas dos aproximaciones al tema de la felicidad, pues define las posturas ontológicas y epistemológicas de cada uno y muestra con honestidad desde qué observador se está pensando y opinando.

Yo me ubico en el grupo de los optimistas, queriendo expandir e implementar estrategias de florecimiento humano y a la vez haciéndome cargo de las críticas escépticas. Lo escribo en primera persona por honestidad intelectual y para mostrar que estas son mis cartas abiertas, que no hay agendas ocultas ni sensación de superioridad respecto de nadie. Todos somos estudiantes evolutivos de la vida, transitando nuestro propio camino de automaestría.

Me aproximo a la vida con una mirada metafísica, creo en la existencia de una gran inteligencia superior directora, que se mueve por el amor, y que nos creó con el poder del libre albedrío. Valoro y busco la evidencia científica al servicio de un norte superior (el bienestar colectivo), con alto foco en lo práctico: traducir estas ideas inspiradoras en prácticas cotidianas concretas medibles y contrastables.

Ante la idea de lo Superior tenemos dos opciones: nos mantenemos conectados a esta gran mente superior, ubicándola como horizonte de sentido, o permanecemos desconectados (usualmente de modo inconsciente), recelando de esta fuente primigenia y originaria, definiendo solo al yo humano como referente existencial y operando con un sistema de pensamiento en torno al poder del ego y lo humano, descreyendo de lo invisible y metafísico.

Tener claridad de estas dos formas de definir, observar y actuar en el mundo es fundamental, pues nos permite la claridad de distinguir desde donde observamos, ubicando las fuentes de proximidad o diferencias con otros en el observador que uno es, con lo que se evitan disputas y descalificaciones sobre argumentos de menor nivel lógico o sobre la validez de los métodos y los datos. Es más eficiente develar

los propios paradigmas y chequear si existe la voluntad de construir puentes entre ambos o lograr una metamirada integradora, que estar disparando desde la propia trinchera, ya sea escéptica u optimista.

Capítulo 3

Organizaciones saludables