

# El mercado de la felicidad

[Susana Fernández Caro](#)

*La búsqueda de la felicidad está de actualidad desde hace 3.000 años.*

*A diferencia de los tipos de interés, que quitan el sueño a los occidentales, o del cambio climático, que también concierne a los países en desarrollo, el deseo de ser afortunado no distingue países, religiones, sexos ni clases sociales.*

No obstante, los habitantes de las sociedades más prósperas cuentan con una ayuda de nuevo cuño en la búsqueda de la felicidad: la de académicos y políticos, algunos de los cuales consideran que la creación de bienestar es más importante para el progreso de un país que la producción de riqueza.

Las razones de este reciente interés por que los ciudadanos sean más dichosos tiene una explicación electoral en el caso de los políticos. El doctor Raj Persaud, especialista en psiquiatría del Hospital Maudsley de Londres y autor del libro *The Motivated Mind (La mente motivada)*, señala que "una postura cínica sería que los políticos se han dado cuenta de que hay una alta probabilidad de que una población feliz reelija al gobierno actual. Procurar la felicidad de la ciudadanía sería un camino fácil hacia la victoria electoral".

El líder de la oposición conservadora en el Reino Unido, David Cameron, ha dicho recientemente que "es hora de que admitamos que en la vida hay algo más que dinero y es hora de que nos concentremos no sólo en el PIB, sino también en el BGR (bienestar general)". Según Cameron, dicho bienestar se refiere a "la belleza de nuestro entorno, la calidad de nuestra cultura y, por encima de todo, la fortaleza de nuestras relaciones". El joven líder tory cree que mejorar la sensación de bienestar de la sociedad es el desafío político de nuestro tiempo.

Lo que Cameron no explica es cómo articularía sus propuestas si el Partido Conservador ganara las elecciones. El doctor Persaud apunta que "el logro de determinados objetivos mediante políticas gubernamentales no hace a la gente más feliz". A esto se suma el argumento económico de que existe un límite en la posesión de bienes materiales que relaciona directamente la riqueza con la dicha. Cuando una persona se encuentra en una posición económica desahogada, la diferencia entre un sueldo anual de 150.000 euros y un millón es escasa. "No estamos produciendo un incremento de la felicidad. El crecimiento económico tiene un techo. Para lograr la felicidad hay que conseguir otras cosas", explica el psiquiatra.

La tesis de que la correlación entre el aumento del dinero y de la dicha tiene un límite relativamente bajo también figura en el libro *The Secrets of Happiness (El secreto de la felicidad)*, cuyo autor es Richard Schoch, catedrático de Historia de la Cultura de la Universidad Queen Mary de Londres. "Hay una obsesión con el yo y concebimos la vida como un proyecto que tiene que ser fabuloso. Pero la existencia no puede reducirse a sentimientos positivos".

El incremento del bienestar en las sociedades occidentales desde la Segunda Guerra Mundial ha sido patente, pero la ausencia de dolor o el mayor confort no equivale necesariamente a la felicidad, a menos que esta última se equipare al placer. Todos los estudiosos de esta materia coinciden en que la obtención de placer es sólo una parte y que la satisfacción general con la vida propia y a largo plazo es igualmente importante.

Persaud apunta que el dolor y la ansiedad son esenciales para la supervivencia de la especie humana y también para la obtención de la felicidad. Diversos estudios demuestran que cuando se pide a las personas que vivieron la Segunda Guerra Mundial que citen un periodo de su vida en el que hayan sido felices, suelen responder que la posguerra. Esto se debe al alivio que sigue a un periodo de gran aflicción. "Si no hubiera pena, la felicidad sería menor. Ése sería el caso de alguien que pasa mucho tiempo ahorrando dinero para comprarse un Ferrari. Cuando por fin consigue el coche, después de un periodo de sacrificio, la felicidad es mayor", señala Persaud, quien añade que "todos los logros humanos provienen del deseo. Se trata de tener una necesidad profunda y satisfacerla, como señalaba Freud. La felicidad conduce a la complacencia".



Camino al bienestar: de izda. a dcha., niños masai en Kenia, un monje medita en Himeji, Japón, y occidentales practican budismo en Bangkok.

Los estudios sobre el tema coinciden en que los ricos son más felices que los pobres porque la felicidad relativa se mide por referencia al grupo más cercano. Esto se explica porque los ricos miran hacia abajo y los pobres hacia arriba para valorar en qué lugar de la escala social y económica se encuentran. Pese a ello, la vieja máxima de que el dinero no da la felicidad resulta válida. Lord Richard Layard, economista y fundador del Centre for Economic Performance de la London School of Economics, explica en su libro *Happiness: Lessons from a New Science (Felicidad: Lecciones de una nueva ciencia)*, que "en cualquier sociedad los ricos son más felices que los pobres, pero a la larga las sociedades ricas no son más felices que las pobres".

Layard señala que diversos estudios concluyen que el aumento de la riqueza y el bienestar en el Primer Mundo desde 1945 ha venido acompañado de un incremento del alcoholismo, la delincuencia y la depresión. Así, las sociedades desarrolladas son más ricas que hace 60 años, pero no son más felices. Layard forma parte de los economistas de la felicidad llamados *neobenthamitas*, que apoyan sus tesis en el principio de la máxima felicidad que el filósofo inglés Jeremy Bentham enunció en el siglo XVIII. Según dicho axioma, la mejor sociedad es aquella en la que los ciudadanos son más felices, por lo que la mejor política gubernamental es aquella que genera la mayor felicidad. A partir de esta tesis, Layard contextualiza el problema en la carrera por el dinero y el estatus social que impera en las sociedades occidentales modernas, la llamada *rat race (carrera de ratas)*. Ésta es una competición en la que tarde o temprano todo el mundo acaba perdiendo porque siempre hay alguien más rico o más influyente o con un estatus social superior.

La *rat race* es un juego de suma cero, es decir, por cada ganador siempre hay un perdedor. Cuando un individuo mejora sus ingresos con respecto a otro que los mantiene, el segundo se valora peor que antes con respecto al ganador, debido a que la distancia entre ambos ha aumentado.

Layard sostiene que los impuestos son la política gubernamental que podría incrementar la felicidad de los ciudadanos, pese al esfuerzo constante de éstos por mantenerse al mismo nivel o a uno superior que los demás miembros de su grupo social de referencia. El objetivo de la política fiscal que propone Layard sería ofrecer al ganador un incentivo para no causar aflicción al perdedor.

## ENSEÑAR A SER FELIZ

La Universidad de Cambridge en el Reino Unido ha creado el Instituto del Bienestar, que promueve el estudio científico de la felicidad. El enfoque adoptado es multidisciplinar, al integrar las investigaciones más recientes de campos como la psicología, la ciencia biomédica, la tecnología, las ciencias sociales, el medioambiente e incluso las artes.

Uno de los proyectos más notorios emprendidos por el Instituto del Bienestar ha sido la elaboración de un innovador programa escolar para el colegio privado Wellington, en el condado de Berkshire, al oeste de la capital, que el propio centro ha publicitado como "clases de felicidad". Durante dos años, alumnos de 14 y 15 años recibirán una clase de 40 minutos cada dos semanas sobre "las aptitudes del bienestar". El programa está estructurado en torno a la relación del alumno "con el alma y el cuerpo, entre el consciente y el subconsciente, con las personas que le rodean, con su vida pasada, presente, futura y la que se imagina, y con la naturaleza". El director del colegio, el doctor Anthony Seldon, señala que las clases están diseñadas para "ayudar a los alumnos a aprender a hacer de sí mismos y no otros (incluidos sus padres y amigos) los dueños de sus vidas. Estas iniciativas son nuestra respuesta a la necesidad de una educación más integral".

"Si hacemos los impuestos proporcionales al daño que un individuo causa a otros cuando obtiene más ingresos (por ejemplo, contaminando el medio ambiente), entonces sólo trabajará más si eso reporta una ventaja neta a la sociedad en su conjunto (...) Por tanto, los impuestos son una forma de contener la *rat race* y debemos dejar de disculparnos por sus 'terribles' efectos de desincentivación", explica Layard. No obstante, añade que para las políticas gubernamentales es más fácil reducir la aflicción de los ciudadanos que aumentar su dicha. Los motivos que llevan a Layard a defender la naciente ciencia de la felicidad es la evidencia de que el dinero no da la felicidad y la de que los economistas tradicionales, basándose en los conocimientos económicos del siglo XIX, equiparan los cambios en la felicidad de una sociedad con los cambios en el poder adquisitivo, tesis de la que disiente.

## EL PARAÍSO ESTÁ EN DINAMARCA

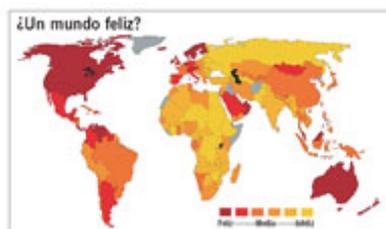
Adrian White, experto en psicología social de la Universidad de Leicester (Inglaterra), ha elaborado el primer mapamundi de la felicidad, que agrupa a 177 países. El análisis está basado en respuestas de 80.000 personas y considera parámetros como la esperanza de vida, el bienestar económico y el acceso a la educación de la población. Así, los daneses serían los más felices del mundo, mientras que los ciudadanos más infelices residen en Zimbabue y Burundi. España ocupa el puesto 46, Estados Unidos el 23 y el Reino Unido se sitúa en el 41. White señala que decidió elaborar el mapamundi "para demostrar que desde una perspectiva global la causa de la infelicidad es la pobreza. La psicología social se está convirtiendo en un negocio porque se puede hacer dinero con el desarrollo de actitudes positivas y enseñando a la gente a ser feliz. Este asunto de la felicidad está despertando interés en los países donde la

gente es más feliz, como el Reino Unido o EE UU. Pero los gobiernos deben concentrarse en los países pobres".

Los economistas de la felicidad como Layard parten de que el grado de la misma que experimentan las personas se puede medir objetivamente mediante encuestas. El doctor Persaud discrepa y señala que para poder definirla, hay que concretar el objetivo. "¿En qué momento la gente se vuelve demasiado feliz? La respuesta es distinta para cada persona. La posibilidad de que el gobierno recete felicidad a escala masiva es preocupante", señala.

Donde sí hay consenso es en que existen dos clases de felicidad: las cosas agradables de la vida o felicidad placentera, que es temporal, y la felicidad intelectual, que es la dirección que toma la vida de cada persona y que consiste en los logros a largo plazo. La primera es más intensa, pero la segunda es más duradera. El doctor Persaud sostiene que debe existir un equilibrio adecuado entre ambas y que el problema es que la mayoría de la gente persigue sólo una de las dos. A esta tesis se suma Schoch, quien cree que la noción de que la felicidad puede medirse y, por tanto, graduarse mediante políticas gubernamentales, choca de frente con siglos de pensamiento filosófico. "Las encuestas tienden a presumir que la felicidad consiste en sentirse bien. No preguntan a la gente qué piensan que es la felicidad. La felicidad es un proyecto interior individual respecto al cual el gobierno no puede hacer nada". Schoch cree que la felicidad es una actitud ante la vida más que una emoción.

La actual obsesión por este asunto tiene sus raíces en el siglo XVIII, cuando el ascenso de la burguesía, con el consiguiente interés en el desarrollo del individuo, se conjugó con la progresiva desaparición de la religión de la vida diaria. "En 3.000 años de historia de la humanidad todo el mundo excepto nosotros (los occidentales desde hace 300 años) ha entendido la felicidad en el contexto de una experiencia religiosa. Todas las religiones transmiten el mismo mensaje: trascender el yo", señala Schoch. Y concluye: "El individuo secular burgués se juzga a sí mismo por no ser feliz. Él mismo se fija unos elevados estándares de expectativas que no son realistas". Así, la búsqueda de la felicidad se ha convertido en una sofocante obligación, en contraste con la naturaleza de derecho que le otorgó en 1776 la Declaración de la Independencia americana.



[Descargar Imagen Ampliada](#)

Pero como señala el psicólogo estadounidense Jonathan Haidt en su libro *The Happiness Hypothesis (La hipótesis de la felicidad)*, la propensión a ser dichoso es en gran parte hereditaria. Diversos investigadores atribuyen entre el 50% y el 80% de los niveles medios de felicidad de los individuos a causas genéticas más que a experiencias vitales. Así pues, si nuestro nivel de felicidad está tan fuera de control, quizá toda ayuda sea poca.

### [¿Algo más?]

El estadounidense Jonathan Haidt somete la sabiduría tradicional al escrutinio de la ciencia moderna en ***The Happiness Hypothesis. Putting Ancient Wisdom and Philosophy to the Test of Modern Science*** (William Heinemann, Londres, 2006), al igual que hace en castellano Eduardo Punset en ***El viaje a la felicidad. Las nuevas claves científicas*** (Destino, Madrid, 2006). ***The Secrets of Happiness. Three thousand Years of Searching for the Good Life*** (Profile Books, Londres, 2006), escrito por Richard Schoch, catedrático de Historia de la Cultura en la Universidad Queen Mary de Londres, indaga en la naturaleza moral del concepto.

En ***Happiness: Lessons from a New Science*** (Penguin, Londres, 2006), el economista Richard Layard argumenta su tesis de que la felicidad de una sociedad no equivale a su nivel de riqueza. Raj Persaud ofrece en ***The Motivated Mind*** (Bantam, Londres, 2006) las más recientes investigaciones para comprender las claves del éxito.

Susana Fernández-Caro es periodista y trabaja para el grupo Financial Times en Londres.

**Fuentes:** Adrian White, psicólogo social; Universidad de Leicester (Reino Unido), con datos de UNESCO, OMS, Fundación Nueva Economía

(Reino Unido), Base de datos Veenhoven, Latinobarómetro, Afrobarómetro, CIA y el Informe de Desarrollo Humano de Naciones Unidas.

**Fecha de creación**

30 mayo, 2008